

АТТЕСТАЦИОННАЯ РАБОТА

**СЛУШАТЕЛЯ КУРСОВ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ПО ПРОГРАММЕ:
«ПРОЕКТНАЯ И ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СПОСОБ ФОРМИРОВАНИЯ
МЕТАПРЕДМЕТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС»**

МАРЬЯСОВА ЕЛЕНА ВИКТОРОВНА

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
РЕСПУБЛИКИ ХАКАСИЯ «ЧЕРНОГОРСКИЙ ТЕХНИКУМ ТОРГОВЛИ И СЕРВИСА», Г.
ЧЕРНОГОРСК, РХ**

социальный проект

***«Ты счастлив завтра,
если думаешь о здоровье сегодня»***

Здоровье гораздо более зависит от наших привычек и питания, чем от врачебного искусства.

Д. Леббок

- **Данный социальный проект был создан с целью изменить существующее отношение к своему здоровью на основе воспитания психически здоровой, физически развитой и социально-адаптированной личности среди обучающихся «Черногорского техникума торговли и сервиса» через пропаганду здорового образа жизни в подростковой среде.**



Для реализации проекта были определены следующие направления деятельности:

- Проведение социологического опроса среди обучающихся с целью выяснения ценностного отношения к здоровому образу жизни;
- Формирование здоровьесберегающих компетенций: знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о собственном здоровье, личной безопасности;
- Повышение информационной осведомленности обучающихся о социально значимых заболеваниях, таких как наркомания, алкоголизм, табакокурение, ВИЧ-инфекции;
- Вовлечение обучающихся в общественную, спортивную, творческую жизнь «Черногорского техникума торговли и сервиса» путем проведения большого количества различных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни;
- Сотрудничество с партнерскими учреждениями и организациями для совместной деятельности.



АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

- Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее. Трудовые ресурсы страны, ее безопасность, политическая стабильность, экономическое благополучие и морально-нравственный уровень населения непосредственно связаны с состоянием здоровья детей, подростков, молодежи.
- Здоровье будущего поколения в наших руках, если мы не воспитаем в наших детях культуру здорового образа жизни, то это может губительно повлиять на нашу нацию и на здоровье последующих поколений. Наше физическое состояние непосредственно влияет на состояние наших будущих или уже рожденных детей. Это очень глобальная проблема, которая затрагивает общекультурные ценности и нормы, она настолько большая, что имеет огромное множество проблем, которые нам с вами предстоит решить.



СТАТИСТИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ СВИДЕТЕЛЬСТВУЮТ, ЧТО УРОВЕНЬ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ПОДРОСТКОВ В ГОРОДЕ ЧЕРНОГОРСКЕ ВЫШЕ, ЧЕМ ВСЕГО НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА. САМЫМИ РАСПРОСТРАНЕННЫМИ ЯВЛЯЮТСЯ БОЛЕЗНИ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

- Несмотря на очевидность вреда курения, судя по данным опроса обучающихся, (опрошено 150 подростков 16-19 лет), ежедневно курят более 69 % опрошенных. Регулярными курильщицами являются как юноши, так и девушки. Физкультуре и спорту уделяют внимание менее половины опрошенных подростков (45 %). Отвечая на вопрос о том, что сдерживает их от занятий физкультурой и спортом, 24 % ссылались на лень, 16 % - на отсутствие финансов, на приобретение спортивной одежды или инвентаря, 5 % - что никак не могут организовать.
- Результаты проведенного опроса показали, что обучающиеся имеют проблемы со здоровьем, не только из-за вредных привычек (ПАВ) но и из-за отсутствия знаний применения правил личной гигиены, «саморазрушающего поведения», пренебрежения заботы о собственном здоровье, и личной безопасности.
- По данным Всемирной организации здравоохранения, здоровье человека лишь на 10% зависит от медицины, на 20% от наследственности, на 20% от воздействия внешней среды, а на 50% от образа жизни самого человека.
- Особенно это относится к молодежи, поскольку именно в этот возрастной период в силу физиологических, функциональных и психологических особенностей нарушения здоровья чаще носят функциональный характер, они еще обратимы и поддаются коррекции. Но в силу этих же особенностей молодежь чрезмерно подвержены влиянию среды, под воздействием которой в основном происходит формирование поведенческих установок, привычек, от которых зависит их здоровье.
- Поэтому особенно острым становится вопрос сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения.

Цель проекта: Содействие в формировании у обучающихся сознательной потребности в ведении здорового образа жизни и пропаганда здорового образа жизни

Задачи проекта

- формировать установки на ведение и активную пропаганду здорового образа жизни;
- формировать отношение к своему здоровью как к важной личной и общественной ценности;
- стимулировать и поддерживать инициативы обучающихся по реализации проекта;
- обучать ответственному отношению к способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья;
- повышать двигательную активность воспитанников;
- профилактическая работа, направленная на недопустимость употребления вредных привычек;
- установление связи между субъектами внеучебной деятельности по взаимодействию в реализации комплексных воспитательных программ, а также в проведении конкретных мероприятий

ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Результаты работы по данному проекту можно оценить по следующим показателям:
- повышение мотивации к здоровому образу жизни через творческое и интеллектуальное самовыражение подростков;
- развитие социально-коммуникативных навыков, таких как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения, формирование установки на развитие личностных качеств, необходимых для успешной жизнедеятельности в современном обществе;
- улучшение знаний детей о ЗОЖ;
- повышение мотивации к двигательной активности;
- формирование устойчивых моделей поведения, препятствующих употреблению ПАВ;
- проведение совместных акций и мероприятий по пропаганде здорового образа жизни с партнерскими учреждениями и организациями.



ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

1 этап Подготовительный

- Определить источники информации (научная и справочная литература, Интернет-ресурсы, беседы с медицинскими работниками, педагогами, социальным педагогом, психологом, воспитателями, родителями).

2 этап Планирование работы

- Составить и согласовать организационный план совместных действий по формированию ключевых компетенций обучающихся в вопросах сохранения и укрепления здоровья; повышению информационной осведомленности о социально значимых заболеваниях, по поддержанию психического равновесия и тренировке стрессоустойчивости.

3 этап Реализация проекта

- Реализовать проект в соответствии с разработанным планом действий.

4 этап Результаты проекта

- обеспечить занятость студентов во внеурочное время;
- увеличение числа обучающихся, ведущих здоровый образ жизни, занимающихся спортом и физкультурой;
- общее оживление культурной массовой жизни.



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ПОСРЕДСТВОМ

- - организации спортивных праздников и познавательно-развлекательных мероприятий различного уровня;
- - организации работы волонтерского движения, агитбригад;
- - организации встреч с интересными людьми;
- - работы кружков и секций по интересам;
- - проведения малых форм физкультурной работы (зарядка, динамические паузы);
- - организации подвижных игр на свежем воздухе;
- - организации различных конкурсов;
- - совместных с общественными и партнерскими организациями мероприятий по ЗОЖ



ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- реализация образовательных здоровьесберегающих технологий, обеспечивающих комфортное сотрудничество всех субъектов образовательного процесса;
- сформированная у студентов системы знаний о здоровье человека и навыков ведения здорового образа жизни;
- осознание студентами здоровья как ценности, наличие мотивации на сохранение своего здоровья и здоровья окружающих людей;
- создание банка методических разработок, направленных на пропаганду здорового образа жизни



ПОКАЗАТЕЛИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

- наличие наград и призов, грамот и поощрений в области воспитания здорового образа жизни;
- активность студентов в мероприятиях (вовлечение обучающихся в спортивные секции, массовость);
- сформированность ключевых компетенций выпускника

