

**ПОЛНОЕ НАИМЕНОВАНИЕ оу:**

**Муниципальное КАЗЕННОЕ оБЩЕОбразовательное учреждение «КИРЕЕВСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ №1»**

**муниципального образования киреевский район**

**аДРЕС оу: 301260, ТУЛЬСКАЯ ОБЛАСТЬ, Г.КИРЕЕВСК, УЛ. ЛЕНИНА, Д.32**

**СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ**

**«нОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ ВЫБИРАЕТ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»**

**ИНИЦИАТИВНАЯ ГРУППА:**

**КЕМПЕЛЬ МАКСИМ,**

**Шибанов АртЁМ,**

**Амочкин АНДРЕЙ,**

**МЕЗЕНЦЕВ ДАНИЛ**

**рУКОВОДИТЕЛЬ: ЛЯЛИН ВЛАДИМИР ВЛАДИМИРОВИЧ, ПЕДАГОГ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Аннотация проекта.**

Данный социальный проект **способствует формированию гражданской инициативы и гражданской ответственности детей и подростков,** приведёт к осознанию решения острых социальных проблем территории конкретными собственными усилиями, приобретение навыков самореализации и самоуправления. Потребность данного проекта обусловлена необходимостью совершенствования информационно-просветительской работы по пропаганде здорового образа жизни среди населения разных возрастных групп Киреевского района.

**Актуальность проблемы.**



Здоровье – ни с чем не сравнимая ценность. Каждому человеку присуще желание быть сильным и здоровым. Ученые считают, что если принять условно уровень здоровья за 100%, то на 20% он зависит от наследственных факторов, 20% - от действия окружающей среды, 10% - от деятельности системы здравоохранения, а остальные 50% - зависят от самого человека, от того образа жизни, который он ведет.

Девизом нашей работы по формированию ЗОЖ стали слова Карлейля: «Здоровый человек – самое драгоценное произведение природы», следовательно, основную цель мы видим в формировании у учащихся ценностного отношения к своему здоровью, навыков культуры здорового образа жизни, приобщении к занятиям физической культурой и спортом. Думается, ни у кого нет сомнения в том, что здоровый образ жизни ведет к процветанию. Все мы от рождения получаем определенный генетический набор, который должен обеспечить достижение максимально возможных жизненных целей. Но реализовать эти возможности на практике и достичь своего жизненного потолка даже в идеальных жизненных условиях могут только здоровые люди, которых среди ведущих здоровый образ жизни существенно больше.

Состояние здоровья конкретного человека является результатом взаимодействия наследственных особенностей его организма с условиями окружающей среды. Оно никогда не бывает постоянным и меняется медленно или резко в сторону улучшения или ухудшения в зависимости от мероприятий, которые человек предпринимает для его сохранения и текущих внешних воздействий. Если Вы хотите склонить чашу весов здоровья в благоприятную сторону, реализовать заложенные в Вас колоссальные жизненные ресурсы, добиться того жизненного уровня, который определен родительскими генами, то это возможно только при здоровом образе жизни.

**На данный момент, укрепление здоровья населения и формирование здорового образа жизни является общегосударственной задачей. В понятие «здоровый образ жизни» входят следующие составляющие:**

* отказ от вредных привычек;
* оптимальный двигательный режим;
* рациональное питание;
* закаливание;
* личная гигиена;
* положительные эмоции;
* высоконравственное отношение к окружающим людям, обществу, природе;
* содержательная жизнь» (смысл жизни). К здоровью она имеет самое прямое отношение. Все остальное – и питание, и движение, и гигиена имеет смысл, лишь, когда человеку есть для чего вставать с постели каждое утро, если есть дело, которое кроме него или лучше него никто не выполнит, есть интерес к миру, есть любовь хоть к чему-нибудь.

Мы – новое поколение российских граждан. Будущее страны, её физический, интеллектуальный, оборонный и кадровый потенциал сегодня сидят за школьными партами. Какие мы? Сумеем ли достойно ответить на вызовы времени. Это волнует сегодня всё общество. Это зависит только от нас самих. Россия столкнулась с такими явлениями, как подростковый, детский алкоголизм, табакокурение, наркомания. Сегодня остро стоит вопрос о пивном алкоголизме. Пиво – очень популярный напиток. И молодежь, и взрослое поколение, и мужчины, и женщины пьют его везде: в метро, на улице, на вокзале, на ходу и это никого не удивляет, скорее наоборот – это считается нормой.



Большинство людей считает, что пиво – практически не алкоголь, поэтому *пивной алкоголизм* создает иллюзию благополучия. Желание пить пиво не вызывает таких опасений у человека, как потребность в водке. Пивной алкоголизм, в отличие от водочного, развивается медленно и вкрадчиво, и приводит к тяжелым формам алкоголизма. Широкая реклама пива также играет немалую роль. Ни одна жизненная ситуация не обходится без выпивки. Люди считают, что если пиво рекламируют, то оно безопасней, чем водка. Но следует учесть, что большая часть населения в нашей стране генетически предрасположена к алкоголизму, и поэтому пиво так же опасно, как и водка. Имеется много научных исследований, доказывающих, что пиво — вовсе не безопасный напиток. Содержащиеся в пиве алкогольные токсины и другие вредные для организма соединения изменяют обменные процессы в организме, ухудшают работу жизненно важных органов и систем. И в первую очередь страдают органы пищеварения, сердечно-сосудистая система и головной мозг. При регулярном употреблении пива желудочно-кишечный тракт находится в состоянии постоянного перенапряжения, особенно печень. Алкогольные токсины пива, как и других крепких напитков, стимулируют выработку в клетках головного мозга сильнодействующего гормона адреналина, который приводит к вспышкам агрессии. Одновременно в кровь выбрасывается гормон грусти, что способствует подавленному настроению, депрессии. Пиво быстро всасывается в организм, переполняет кровеносную систему. Большое количество пива способствует варикозному расширению вен и расширению границ сердца. Рентгенологи назвали это «синдромом пивного сердца». При злоупотреблении пивом сердце становится дряблым, провисает и безвозвратно теряет свои функции мотора.

Согласно данным статистического отдела Роснадзора, в 2011 году ежедневно употребляли спиртные напитки около 33% процентов юношей в возрасте до 20-ти лет и около 20% девушек того же возраста. Причем, самое страшное, что подростковый алкоголизм стремительно молодеет. В настоящее время пик самого массового приобщения к «питию» перешел в возрастную группу 14-15 лет. Эту же группу в массовом порядке начинает захватывать и наркомания. Если в 2000 году официальное количество больных алкоголизмом и наркоманией среди подростков составляло 18,1% на каждые 100 тысяч, то в 2011 эта цифра достигла 20,7% на каждые 100 тысяч населения. Особо заметим, не подросткового населения, а общей численности. Это раз. Второе – это только официальная статистика тех подростков, которые уже обращались за помощью в наркодиспансеры. А сколько всего имеют проблему с алкоголем – никому не известно и вряд ли когда станет известным. Как говорят исследователи, чтобы узнать более-менее реальное положение дел необходимо официальные данные статистики умножать на пять.

В 2011 году психологи из Института социологии Академии Наук России проводили анонимный опрос детей в возрасте до 14 лет с целью выявления причин, побуждающих их употреблять алкогольные напитки. Были получены совершенно ошеломляющие данные – около 63% детей первую дозу алкоголя получили из рук родителей или близких родственников. Причин для этого горе-родители находили много, от праздника и до горя. Более 2% детей признались, что ежедневно употребляют пиво или другие алкогольные напитки. Как следствие, к 18 годам полностью здоровыми заканчивают школу лишь 4,5% выпускников. К сведению, по показателям употребления алкоголя детьми Россия в десять раз обогнала Великобританию, которая в мире не считается «трезвой страной». Главная причина [детского алкоголизма](http://nodrink.me/articles/detskij-alkogolizm/) – бездушное отношение к этой проблеме взрослых. Каждый третий учащийся начальной школы пробовал алкогольные напитки, до 11 лет с ними познакомились 38-42% мальчиков и 25% девочек, а к 17-ти годам более 90% употребляли спиртные напитки. 40% школьников употребляют алкогольные напитки не реже одного раза в месяц, а 20% пьют их ежедневно. В течение 4-х последних лет употребление слабоалкогольных напитков среди детей школьного возраста увеличилось в 2,5 раза. Иногда встречаются вообще дикие случаи, когда детей приучают к алкоголю с грудного возраста, подмешивая им в питательные смеси алкогольные напитки.

**[](http://www.nosmoking18.ru/kuryashhie-deti/kuryashhie-deti-3/) Статистика курения в России** на сегодняшний день выглядит следующим образом.В первую очередь надо отметить, что Россия в настоящее время занимает первое место  в мире по потреблению табака.  И печальный факт, что мы на первом месте и по уровню [подросткового курения](http://www.nosmoking18.ru/detyam-o-vrede-kureniya/).

В России курит:

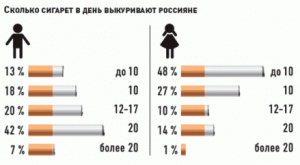
-  65 %  мужчин

- 30 %  женщин

-  Всего курят 44 млн. взрослых. Это составляет 40% населения страны – самый высокий показатель употребления табака.

- Интенсивность курения в России: в среднем мужчины выкуривают по 18 сигарет в день, женщины по 13   сигарет.

- 7, 3% млн. человек в России начали курить в возрасте моложе 15 лет, самый ранний возраст приобщения к курению 8-10 лет. [Курящие дети](http://www.nosmoking18.ru/kuryashhie-deti/) - очень печальный факт.

[](http://www.nosmoking18.ru/wp-content/uploads/2012/07/kurenie-statistika1.gif)-В возрасте 15-19 лет курят 7% девушек и 40% юношей. При этом в день они выкуривают в среднем 12 и семь сигарет в день соответственно. Если представить эти данные в абсолютных числах, то окажется, что в России курят более 3 миллионов подростков: 2,5 миллиона юношей и 0,5 миллиона девушек. В последние годы наблюдается отчетливая тенденция "**к увеличению распространения табакокурения среди молодежи и более раннему началу регулярного курения**". Так, в старших классах курят 50% мальчиков и 40% девочек.

- Умирает от курения в России ежегодно в среднем 350-400 тыс.человек,  для сравнения -  в  автокатастрофах в России погибает ежегодно около 36 тыс.человек. **В мире табак убивает 8 тысяч людей ежедневно**. Исследования показали, что курение является причиной:

* + 98% смертей от рака гортани (98 из 100 умерших, если бы не курили, жили бы дольше!),
  + 96% смертей от рака легких,
  + 30% всех случаев смерти от рака,
  + 75% смертей от хронического бронхита и эмфиземы легких,
  + 20% всех случаев сердечной смерти,
  + 25% умерших от ишемической болезни сердца погубили себя курением.

- [Пассивному курению](http://www.nosmoking18.ru/vred-passivnogo-kureniya/) подвергаются  35% россиян на работе,  78, 6% - в ресторанах,  90, 5% - в барах.

- 92% курящих родителей признаются, что курят в присутствии собственных детей

- На сегодняшний день [цены на сигареты](http://www.nosmoking18.ru/tsenyi-na-sigaretyi/) в России остаются  одними из самых низких в мире, что делает их доступными для всех групп населения независимо от их дохода

-По данным Минздрава РФ более 17% смертей в России связано с табакокурением.

**Статистика курения в России показывает, что наша страна,  некогда самая некурящая страна в мире, сегодня  приняла на себя мировое первенство по потреблению табака.  Может, эту ситуацию исправит разработанный Минздравом РФ**[**законопроект – «О защите здоровья населения от последствий потребления табака»**](http://www.nosmoking18.ru/zakon-o-kurenii/)**.**

Будущее страны, её физический, интеллектуальный, оборонный и кадровый потенциал сегодня сидят за школьными партами. Какие мы? Сумеем ли достойно ответить на вызовы времени. Это волнует сегодня всё общество. Что же делать в условиях, когда масштабы и темпы распространения наркомании, токсикомании, алкоголизма, детской пивной зависимости приняли в России характер национального бедствия?

**Как отмечают врачи:**

* заболеваемость детей и подростков возросла практически в 2 раза;
* число здоровых детей примерно 25 %. До 60% школьников уже не могут заниматься спортом по состоянию здоровья. Причина – в малоподвижном образе жизни, дефиците двигательной активности. Объём двигательной активности на всех возрастных этапах должен составлять – 6-8 часов в неделю. 3 часа физической культуры не могут в полной мере решить эту задачу. Гиподинамия стала бичом века, резко помолодели многие болезни.

**По данным Всероссийского научно-исследовательского института физической культуры,** с возрастом снижается интерес к урокам физической культуры. Анализ показал: у девушек с 92% в 1-ом классе до 55% в 9-ом, у юношей соответственно с 97% до 80%. В числе причин пропусков занятий сами подростки на 1место ставят лень.

**В результате социологических опросов, проводимых среди старшеклассников, были выявлены такие факторы, способствующие ухудшению здоровья:**

* курение и употребление пива,
* злоупотребление компьютером,
* нездоровое питание,
* недосыпание,
* большая учебная нагрузка,
* недостаточное пребывание на свежем воздухе,
* нерегулярные занятия спортом.

**В рейтинге жизненных ценностей молодежи здоровье** **занимает лишь 4 место, вслед за значимостью семьи (1 место), дружбы и общения (2 место), финансового благополучия (3 место).** Последствия такого невнимания, а подчас и наплевательского отношения к собственному организму сказываются уже в более зрелом возрасте.

Чем раньше у ребёнка сформируется мотивация, то есть осознанная необходимость заботиться о своем здоровье, тем здоровее будет каждый конкретный человек и общество в целом. Большинство школьников очень мало знают о своем теле, об особенностях его строения и функциях, о здоровье как главной ценности человека. Из-за отсутствия элементарных медицинских знаний молодой человек совершает множество ошибок. К сожалению, очень часто эти ошибки становятся роковыми.

**Мы, авторы проекта, считаем, что проблема сохранения и укрепления здоровья детей, формирования осознанного стремления к здоровому образу жизни действительно является актуальной и может быть решена, на наш взгляд, путем реализации проекта «Новое поколение выбирает здоровый образ жизни».**

**Цель проекта:**

целью настоящего проекта является объединение и вовлечение социально активной молодёжи в отряд волонтёров, деятельность которого будет направлена на активную пропаганду здорового образа жизни среди жителей Киреевского района.

**Задачи проекта:**

* привлечение внимания общественности к проблемам города;
* формирование в сознании учащихся позитивного отношения к своему здоровью, как к важнейшей духовно-нравственной и социальной ценности;
* воспитание культуры здорового образа жизни;
* формирование готовности к интерактивному взаимодействию, развитию навыков совместной деятельности в различных жизненных ситуациях;
* формирование крепкой связи между семьей, школой и социумом;
* формирование осознанного здорового поведения, способствующего успешной социальной адаптации и противостоянию вредным привычкам;
* реализация программ: «Школа-территория здоровья», «Страна здоровья», «Мы за здоровый образ жизни»

**Управление и кадры:**

* Воспитанники ДЮСШ
* Тренеры-преподаватели
* Родители
* Администрация района
* Представители общественности
* СМИ
* Центр Здоровья
* Спонсоры

**Финансовое обоснование**

* Обращение с предложением в городскую администрацию: увеличить в 2018году финансирование мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни среди жителей г.Киреевска.
* Привлечение к реализации проекта спонсоров, руководителей предприятий и организаций.

**Механизм реализации проекта**

Проект рассчитан на 1 год.

Созданию проекта предшествовал обучающий сбор – учеба актива школы “Что такое социальный проект”, на котором обучающиеся познакомились с алгоритмом создания социального проекта, проанализировали проблемы, существующие в нашем городе , и своё возможное участие в их решении. С помощью педагога дополнительного образования Лялина В.В. мы собрали и проанализировали информацию по заинтересовавшей нас проблеме. На собрании учащихся мы представили идею данного проекта и пригласили желающих принять участие в реализации проекта работать в организационном комитете. После проведения стартового исследования запросов, интересов, уровня мотивации к различным видам деятельности членов организационного комитета были сформированы 4 рабочие группы:

**1. Группа аналитиков.** Цель работы данной группы – изучение законодательной и нормативно-правовой базы проблемы, проведение социологических опросов среди разных групп населения изучение материалов о СМИ и Интернета для обоснования актуальности выдвигаемой проблемы, встречи с компетентными специалистами.

**2. Группа фоторепортёров.** Цель работы группы – подбор иллюстративного материала на тему «Здоровый образ жизни», «Профилактика вредных привычек».

**3. Экономическая.** Цель работы экономической группы – финансовое обоснование возможностей реализации данного проекта.

**4. Рекламная.** Цель работы рекламной группы – выпуск и распространение листовок, привлекающих внимание общественности к данной акции, связь со средствами массовой информации.

**Этапы деятельности.**

**1этап**

1.Исследовать причины, возможные варианты решения проблемы низкой мотивации школьников к ведению здорового образа жизни.

2.Определить источники информации (справочная литература, Интернет, беседы с компетентными лицами, педагогами, родителями).

**2 этап**

1. Составить и согласовать организационный план совместных действий по повышению компетентности членов волонтёрского отряда в вопросах пропаганды ЗОЖ.

2. Сплотить единомышленников из числа учащихся, преподавателей, родителей, общественности для реализации проекта.

**3этап**

1.Реализовать проект в соответствии с разработанным планом действий.

**4 этап**

1. Произвести оценку результатов проекта, сделать выводы и опубликовать отчёт в доступных формах.
2. Распространить идею проекта в образовательной среде.

**Содержание деятельности**

* **Организация отряда волонтёров**

Каждое учебное заведение ищет свой неповторимый, индивидуальный почерк в работе, который бы способствовал решению важнейшей задачи – формированию целостной, гармонично развитой и социально зрелой личности. Одним из таких результативных направлений является волонтёрская деятельность. Волонтёрское движение как средство формирования здорового образа жизни у детей и подростков позволяет раскрыть лучшие человеческие и гражданские качества, демонстрирует зрелость и приносит реальную пользу.

В основе работы волонтёров лежит овладение необходимыми знаниями в области практической психологии, навыками пропаганды здорового образа жизни, умение проводить общественные компании-акции, умение привлекать новых добровольцев, планировать и анализировать результаты своей деятельности, а также развитие таких качеств, как коммуникабельность, доброжелательность, умение держаться перед аудиторией, организаторские способности. Практика волонтёрской работы показывает, что эффективность мероприятий, проводимых волонтёрами, оказывается высокой. Подросткам легче и проще найти язык со сверстниками. К тому же, информация, полученная от сверстника, вызывает больше доверия.

**Деятельность волонтёров в нашей школе осуществляется в четырех направлениях:**

* информационно - просветительское;
* физкультурно-оздоровительное;
* работа с детьми 1-4 классов;
* работа с детьми дошкольного образовательного учреждения – детским садом «Рябинка».
* **Использование методики позитивного действия в предупреждении вредных привычек и формировании здорового образа жизни.**

**1)Клуб как форма сотрудничества.** Каждый, кто вступает в клуб, должен разделять его идеи, принимать его цели и участвовать в их реализации. Данная форма позволит подобрать множество ключей к формированию ЗОЖ и одновременно решать многие воспитательные задачи.

* **«Клуб противников вредных привычек»**, который объединит на добровольных началах тех, кто не имеет вредных привычек и хотел бы помочь удержаться или вернуться тем, кто стоит перед выбором или уже сделал первый шаг.

**Формы работы:**

* акции;
* конкурсы;
* более или менее долгосрочные программы.

**Направления деятельности в рамках проекта:**

* Акция «Спорт вместо наркотиков».
* Конкурс фоторабот «Мы за здоровый образ жизни».
* Конкурс сочинений «Спорт и мы».
* Конкурс мультимедийных презентаций по профилактике вредных привычек.
* Городской конкурс юных журналистов «Молодёжь – за здоровый образ жизни».
* Реклама здорового образа жизни.
* Конкурс на лучший антирекламный текст на пачке сигарет, результаты которого будут переданы в районную газету «Маяк» или на местное ТВ.
* Конкурс идей. Что можно сделать в школе для воспитания в малышах неприятия курения?
* **Клуб «Мода и здоровье».** Задача - научить ребят оценивать модные явления с точки зрения ущерба или пользы для здоровья, подвести их к пониманию того, что проявлять заботу о здоровье, вести здоровый образ жизни – это модно.

**Тематика заседаний клуба:**

* Модная фигура – символ здоровья?
* Модные привычки и здоровье.
* Модные привычки. Курение.
* Есть ли вред от модных диет?
* Здоровье и спорт.
* Компьютер – друг или враг человека?
* Преимущества жизни без алкоголя, сигарет и наркотиков.

**Формы деятельности клуба:**

* дискуссии;
* конкурсы «антимоды»;
* встречи с интересными людьми;
* литературные и музыкальные встречи (формируя у ребёнка интерес к искусству, способствуем его духовному здоровью, помогаем нравственному выбору);
* экскурсии.

**2) Агентство рекламы здоровья.**

Мы считаем, что телереклама наносит большой вред здоровью людей, и если её нельзя запретить, необходимо противопоставить ей рекламу здоровья, которая помогала бы людям избавляться от всего, что представляет опасность для здоровья. Разработкой такой рекламы должно заниматься детское «Агентство». Его деятельность позволит достичь нескольких целей:

* прямо или опосредованно влиять на выбор детьми «здорового» поведения, поступков, решений;
* развивать детское творчество;
* помогать детям ощутить причастность к серьёзному, «взрослому» делу;
* способствовать их объединению.

**Конкурс детской рекламы «За здоровую Россию» - одно из направлений деятельности.**

Сюжеты рекламы не должны носить развлекательный характер. С их помощью можно ответить на вопросы:

* Сколько стоит курение?
* Куда ведёт алкоголизм?
* Чем опасно курение для здоровья детей и взрослых?
* Что является причинами курения молодёжи?
* Чем можно заменить курение?
* Как защитить некурящих?
* Миф и правда о наркотиках.
* Чем опасны наркотики?



**Её цель** – заставить задуматься, удержать от опасного шага. Лучшие рекламы можно демонстрировать в школьной газете (компьютерной, настенной), инсценированные рекламные сюжеты - во время различных школьных мероприятий (собраний, вечеров, родительских собраний, встреч с малышами).

**3) Модель взаимодействия детей разного возраста во время совместной деятельности в движении к здоровому образу жизни «Малыши-няньки».**

Хорошо известно, что представления об отношениях с внешним миром у детей основываются на наблюдении за поведением старших, подражании им. Это даёт импульс развитию ребёнка. Каждому периоду детства свойственны особый понятийный уровень и особый язык. Ребёнку более понятен язык близкого по возрасту человека, чем взрослого. Мнения, слова и поступки детей, которые старше всего на несколько лет, оказывают на малышей гораздо большее влияние, чем если бы с ними работали взрослые.

**Общие цели сотрудничества детей:** помочь формированию и утверждению позитивного отношения к здоровью, убеждённости в возможности его сохранения и улучшения, освоение навыков здорового образа жизни, а также содействие тому, чтобы выбор поведения, полезного здоровью, стал прочной мотивацией в дальнейшей жизни.

**Формы работы:**



* «Дежурство по здоровью» - детский контроль за выполнением самых простых гигиенических правил.
* «Азбука здоровья» - беседы на различные темы о здоровом образе жизни.
* «Весёлые переменки» - занятия с малышами физическими упражнениями, играми и танцами.
* «Клуб выходного дня»- проведение спортивных мероприятий для детей и их родителей.

**4) Семейная гостиная как форма общения с родителями. Дети в роли учителей родителей.**

Воздействие детей на родителей, влияние на их поступки может быть очень сильным.

**Цели сотрудничества:** помощь детям в реализации потребности в действиях в защиту здоровья; внесение своего вклада в улучшение образа жизни своей семьи и семей своих друзей; воспитание себя через воспитание родителей; ощущение себя партнёрами взрослых в очень важном деле; формирование умения ставить и воплощать позитивные цели.

**Формы деятельности:**

* Подготовка информационной части встречи в семейной гостиной с сопровождением мультимедийных презентаций:
* Профилактика вредных привычек.
* Рациональное питание.
* Режим дня.
* Закаливание.
* Изгнание серого дыма.
* Курение или жизнь.
* Влияние алкоголя.
* Профилактика наркомании.
* Наркомания.
* Презентация рекламных проектов «За здоровую Россию».
* Проведение спортивных мероприятий под рубрикой «Спорт для всех»:
* Лыжня здоровья.
* Папа, мама, я – спортивная семья.
* Зимние забавы.
* Весёлые старты.
* Будь здоров.
* Зимняя семейная олимпиада.

**5)Оздоровительная работа в период каникул.**

**Содержание деятельности:**

* **Многодневные походы по родному краю**

При современном неблагополучном экологическом состоянии города (был подвержен радиационному загрязнению) туристическая деятельность – мощное и эффективное средство оздоровления и физического развития учащихся. Соревнования, спортивно – массовые мероприятия, проведённые на свежем воздухе, снимают нервное напряжение, дают могучий заряд бодрости и энергии, позволяют жить и тренироваться с творческим подъёмом и хорошим настроением. Поход – это хорошая жизненная школа, где учатся стойкости, выносливости, взаимовыручке, умению сообща бороться с трудностями. **Туристический поход в идеале - эффективное коллективное творческое дело, способствующее формированию у детей основных жизненных навыков.**

**Формы работы:**

* Медицинская академия (возглавляет медицинский работник).
* Школа здоровья.
* Школа танца «Грация».
* Спортивный праздник «День Нептуна».
* Игра «Маршруты здоровья».
* Игры-забавы, потехи; подвижные игры; сюжетно - ролевые игры, народные игры.
* Аттракционы двигательного характера.
* Комический футбол.
* Соревнования по ориентированию «Найди клад».
* Спортивный праздник «Быть здоровым – значит быть счастливым».
* Военизированная игра – соревнование на местности «Приказано выжить**!»**
* День чистоты.





* **Турслёт.**

Главные цели – командная работа и лидерство. Но при этом можно добавить, что это дает:1) выработку стратегии группой при решении проблемы; 2)самовыражение; 3) результативное лидерство; 4) уверенность в себе;4) умение вести себя в экстремальной ситуации.

* **Велопробеги.**

**6) Обратиться с предложением о сотрудничестве в местное ТВ, в редакцию районной газеты «Маяк».**

**Цели:** повышение уровня информированности различных категорий и групп населения Киреевского района по вопросам ЗОЖ; формирование у населения потребности в активных занятиях спортом и ЗОЖ; сохранение и укрепление здоровья нации, генофонда страны.

**Направления деятельности:**

* Систематически рассказывать о положительном опыте организации спортивно-оздоровительной работы.
* Широко освещать мероприятия, направленные на пропаганду ЗОЖ, вовлечение людей в активные занятия физической культурой и спортом.
* Разъяснять людям, что такое двигательный режим, какое место он занимает в жизни каждого.
* Систематически насыщать каналы информации материалами, позволяющими каждому человеку пополнять свои знания по ЗОЖ.
* Регулярно предлагать читателям, зрителям конкретные советы, рекомендации, комплексы упражнений и т.д. для тех, кто дома.

**7) Выйти с предложением к главному врачу МУЗ « Киреевская ЦРБ» Константинову А.А. о создании на базе «Центра здоровья» «Школы учителей здоровья».**

**Направления деятельности:**

* Освоение основ ЗОЖ.
* Знакомство с традициями и системами оздоровления у различных народов; методами массажа.
* Изучение целебных свойств растений, их применение.
* Оказание первой помощи при авариях, катастрофах, стихийных бедствиях, в иных экстремальных ситуациях.

**Нормативно-правовая база**

Ребята проектной группы глубоко исследовали проблему, изучили нормативно-правовую базу **- документы, характеризующие российскую государственную политику, региональные нормативные акты, локальные акты образовательного учреждения, методические материалы.**  Ребята познакомились и проанализировали Стратегию государства в отношении национального здоровья, документом «Основы государственной политики в области здорового питания населения РФ до  2010 года», рекомендованным Советом РФ;.  Письмом Министерства образования Российской Федерации от 28 апреля 2003 г. № 13-51-86/13: Методические рекомендации об увеличении двигательной активности обучающихся  общеобразовательных учреждений. //Вестник образования России.-2003, июль, №13.

Было выделено, что нормативно-правовойи документальной основой нашего проекта формирования культуры здорового жизни о детей и подростков являются:

* **Конвенция о правах ребенка**
* **Законы и подзаконные акты Российской Федерации**
  1. Закон РФ «Об Образовании», статья 2, п.1 (от 13.01.1992 № 12-ФЗ с внесенными позднее изменениями).
  2. Закон РФ «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан».
  3. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской федерации»
  4. Закон РФ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» (от 30.03.1999 № 52-Ф3).
  5. Закон РФ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
  6. «Федеральная целевая программа развития образования на 2011 - 2015 годы».
  7. Национальная образовательная инициатива «НАША НОВАЯ ШКОЛА» Министерства образования и науки РФ.
  8. План действий по модернизации общего образования на 2011–2015 гг., утвержденный Распоряжением Правительства Российской Федерации от 07.09.2011 № 1507-р;
  9. Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.).

**Ожидаемые результаты.**

* Привлечение внимания родителей, общественности, СМИ к данной проблеме.
* Привлечение большого числа детей и подростков к реализации проекта.
* Приобретение участниками проекта навыков социального поведения и применение их в повседневной жизни.
* Расширение сотрудничества с другими школами и дошкольными образовательными учреждениями
* Саморазвитие, самоанализ личности на основе познавательной деятельности.

**Гипотеза.**

**Если нам удастся осуществить данный социальный проект, то будут выполнены следующие задачи:**

* Исследованы факторы влияния на ценностные ориентации молодежи города и формирование через изучение данных факторов ценностного отношения к своему здоровью.
* Проведены практические мероприятия по пропаганде ЗОЖ среди различных групп населения Киреевского района (школьники, дошкольники, родители).
* Подготовлены и изданы просветительские материалы, повышающие уровень информированности детей и родителей о проблемах никотиновой, алкогольной и наркотической зависимости; о культуре ЗОЖ.
* Запущен механизм непосредственного участия подростков в разработке и реализации стратегии по пропаганде ЗОЖ.

**Мнение участников проекта**

Проанализировав всю информацию, разработав программу действий по реализации нашего социального проекта, мы пришли к выводу к выводу, что создание проекта - это замечательный пример сотрудничества детей, педагогов, родителей и общественности. Работа над проектом стала для нас прекрасным жизненным опытом. Мы научились осознанно подходить к пониманию сущности актуальных социальных проблем, в ходе диалога выбирать эффективные пути решения проблемы, приобрели умение работать в команде; научились обрабатывать и анализировать информацию, полученную из СМИ и Интернета, результаты анкетирования, социологических опросов. Работа над проектом помогла нам понять: как важно иметь каждому из нас активную гражданскую позицию и чувство гражданской ответственности за то, что происходит в том мире, в котором мы живём.

**Жизнеспособность проекта (перспективы):**

Жизнеспособность проекта обусловлена тем, что учащиеся решают реальные задачи, соизмеримые уровню их возможностей.

**Возможное развитие проекта в дальнейшем:**

1. Расширение географии проекта.
2. Привлечение большего числа детей и подростков к реализации проекта.
3. Передача накопленного опыта учащимся, желающим реализовать подобный проект.