**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕУЧРЕЖДЕНИЕ**

**«МИРНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА РОДИНСКОГО РАЙОНА»**

  **ПРОЕКТ**

**Школа и здоровье. Наше здоровье – в наших руках**

Выполнил: Негода Николай Сергеевич

учитель физической культуры

п.Мирный

2018 год

**Содержание**

1. Цели
2. Задачи проекта
3. Актуальность проекта
4. Сроки реализации проекта
5. Этапы реализации проекта
6. Формы работы
7. Ресурсы и источники
8. Практическая реализация проекта
9. Ожидаемые результаты

**Цели проекта:**

1. Создать условия для сохранения и развития здоровья учащихся.
2. Изучить основные факторы окружающей среды, которые пагубно влияют на здоровье.
3. Использовать знания по экологии, физической культуре при исследовательской и диагностической деятельности для выяснения экологической обстановки в школе и дома.
4. Разработать и осуществлять меры по улучшению экологической обстановки, предложить администрации школы, родителям систему мер, направленных на создание благоприятных условий для здоровья и развития учащихся.

.

 **Задачи проекта:**

1. Формирование осознанного отношения школьников к своему физическому и психическому здоровью.
2. Формирование важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также профилактике вредных привычек.
3. Организация системы спортивно-оздоровительной работы.

**Актуальность проекта:**

Здоровье ребёнка, его физическое и психическое развитие, социально-психологическая адаптация в значительной степени определяются условиями жизни в школе. Как показывают многолетние исследования Института возрастной физиологии, у многих детей времени, свободного от школы, просто нет. Их рабочий день, особенно в старших классах, намного превышает продолжительность рабочего дня взрослых и составляет 12–14 ч.

В обычных школах появилось много новых предметов, увеличился объём информационных нагрузок, резко возросли интенсивность и эмоциональность учебного предмета. Всё это неизбежно приводит к нарушению режима дня школьников, сокращению времени сна, отдыха, прогулок, двигательной активности, что отрицательно сказывается на физическом и психическом здоровье учащихся. Школа, давая знания детям, очень часто, приносит огромный вред их здоровью. К окончанию школы многие дети приобретают ряд заболеваний, которые впоследствии переходят в хронические. Более 80% детей до 14 лет – приобретают заболевания во время обучения.

Безусловно, ухудшение состояния здоровья школьников нельзя связывать только с негативным влиянием так называемых «школьных факторов». Надо учитывать также неблагоприятные социально-экономические условия жизни многих семей, отрицательное влияние экологических факторов, сниженный адаптивный ресурс большинства детей.

Я хочу видеть своих учеников здоровыми и счастливыми, чтобы они жили в ладу с собой, с окружающим миром, с людьми. Секрет этой гармонии – здоровый образ жизни:

* поддержание физического здоровья;
* отсутствие вредных привычек;
* правильное питание;
* альтруистическое отношение к людям;
* радостное ощущение своего существования в этом мире.

Здоровый образ жизни – это радость для больших и маленьких, это залог счастливой и благополучной жизни человека. Настало время, когда каждый должен не только думать о своём здоровье, но и действовать. Дорога жизни бывает трудна. И хочется, чтобы на нашем жизненном пути не встречались губительные дорожные знаки: «СПИД», «Алкоголь», «Наркотики», «Никотин».

Надо работать над созданием школы, содействующей укреплению здоровья. Такой школы, где состояние каждого ученика под контролем, где быть здоровым учит любой педагог, где главными союзниками учителей являются родители. В результате получить выпускника, не отягощённого приобретёнными недугами, умеющего заботиться о себе, ценящего своё здоровье в самом широком понимании этого слова.

**Сроки реализации проекта**:

 Сентябрь 2018 - август 2019 годы

**Этапы реализации проекта:**

1. **Организационный этап**: подготовка и изучение учебно-методической литературы, повышение уровня знаний у учащихся о влиянии негативных факторов на здоровье человека.
2. **Реализация проекта**:

а) сбор данных по школе;

б) обработка собранного материала;

в) внесение данных в таблицы

г) постройка наглядных графиков.

1. **Заключительный этап**: ученики проводят анализ и диагностику полученных данных.
2. **Представление опыта работы**

**Формы работы:**

1. Работа с научной литературой по экологии и физической культуре, методам исследования;
2. Практическая деятельность (сбор материалов, анализ данных);
3. Формулирование выводов и обобщений.

**Ресурсы и источники:**

*1. Организационный этап:*

- литература по экологии, физической культуре, медицине, информация о методах исследования;

- интернет – ресурсы.

*2. Практическая деятельность:*

- умение фиксировать факторы влияния окружающей среды на здоровье человека.

**Практическая реализация проекта:**

1. Работа с литературой;
2. Сбор и подготовка необходимых данных по школе;
3. Обработка собранного материала;
4. Внесение данных в таблицы;
5. Постройка наглядных графиков;
6. Анализ работы;
7. Представление опыта работы.

**Ожидаемые результаты:**

Реализация предложенного проекта может способствовать:

1. Снижению уровня заболеваемости у учащихся.
2. Приобретению опыта здорового образа жизни и житейских знаний у школьников.
3. Выработке личной стратегии поведения (в том числе, как способа решения проблемных ситуаций).