



Рецензия
на методическую разработку
«Просто быть здоровым»
Умаровой Мадины Курбановны



Для анализа и рецензирования была представлена методическая разработка Умаровой Мадины Курбановны. По своему типу разработка является авторским материалом. Ее основной целью является создание системы по формированию 'навыков' здорового образа жизни и повышению двигательной активности учащихся в школе. содействовать формированию социально-позитивных потребностей и установок по сохранению здоровья обучающихся. Работа при этом решает и иные методические задачи, обозначенные в ее пояснительной записке.

Разработка предназначена для воспитанников (обучающихся) 7 лет. Разработка в полной мере соответствует ФГОС и требованиям ГОСТ к структуре и оформлению работ данного типа.

Лакунарность современного методического и дидактического обеспечения образовательной деятельности в МБОУ "СОШ №2 ", г. Каспийск обуславливает актуальность разработки «Просто быть здоровым».

Разработка «Просто быть здоровым» дает педагогам возможность для проведения эвристических проб, что обеспечивается ее содержанием и использованием в работе активных методов обучения. При этом содержание анализируемой разработки видится полным и хорошо структурированным.

Отметим, что включенный в разработку «Просто быть здоровым» материал может применяться для различных групп (категорий) воспитанников, что достигается обобщенностью включенных в данную работу знаний. Особенность методической разработки заключается в нестандартном подходе, учтены взгляды и интересы современного общества и тенденции развития современных технологий. В языковом и стилистическом плане разработка «Просто быть здоровым» носит четкий, ясный характер, автор выдерживает научно-методический стиль на протяжении всей рецензируемой работы.

С позиции здоровьесбережения, работа «Просто быть здоровым» не создает учебных перегрузок обучающимся, соблюдаются все требования СанПиН.



Разработка Умаровой Мадины Курбановны реалистична с точки зрения использования учебно-методических и материально-технических средств, кадровых возможностей ОУ, временных затрат. Разработка «Просто быть здоровым» рекомендуется к использованию в ОУ, а также к публикации в печатных сборниках нашего портала, к участию в конкурсах педагогического СМИ «Солнечный свет».

Главный редактор
Международного образовательного
портала «Солнечный свет»
(свидетельство о регистрации
СМИ №ЭЛ ФС 77-65391)



Космылина И.А.

30.12.2023



АВТОРСКОЕ
СВИДЕТЕЛЬСТВО

О ПУБЛИКАЦИИ В СМИ

МП-2903851

Умарова
Мадина Курбановна

Опубликовал(а) на образовательном портале
«Знанио» авторскую разработку



Социальный проект "Просто быть здоровым!"



Директор
и главный редактор
Григорьев В.И.
30.12.2023



Проверка подлинности: <https://znanio.ru/p/МП-2903851>

Публикация прошла редакционную экспертизу и была опубликована по адресу:
<https://znanio.ru/media/sotsialnyj-proekt-prosto-byt-zdorovym-2903851>



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2»
г. Каспийска



Социальный проект

«Просто быть здоровым»



Разработала:
Умарова Мадина Курбановна
учитель начальных классов первой категории

2022 учебный год

Пояснительная записка

Здоровье человека является важнейшей ценностью жизни и зависит от множества факторов. В современной литературе под здоровым образом жизни понимается оптимальный режим работы и отдыха, сбалансированное питание, достаточная двигательная активность, закаливание, отсутствие пагубных привычек, положительное восприятие жизни. Особую актуальность эти факторы приобретают в подростковой и молодёжной среде – потенциально наиболее активной части нашего общества. От того, насколько здорова молодёжь, зависит и наше будущее. Молодежь и подростки наиболее подвержены социально – негативному влиянию среды и общества.

Современный подход в решении данной проблемы говорит нам о том, что наряду с активным просвещением в вопросах различных видов зависимостей, обучением безопасному для здоровья поведению должна идти пропаганда здорового образа жизни. Важно стимулировать интерес молодежи к здоровому образу жизни, демонстрировать подрастающему поколению как можно больше позитивных примеров, чтобы у молодых людей была возможность выбора не между здоровым или нездоровым образом жизни, а из большого количества разнообразных вариантов здорового и созидającego поведения.

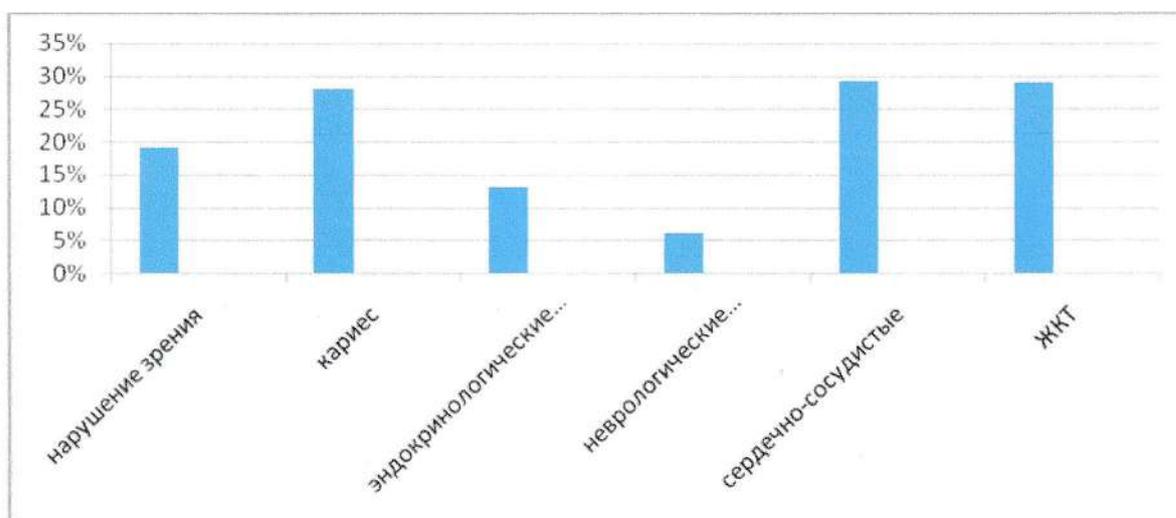
Одной из главных задач школы является всесторонняя забота о сохранности жизни и здоровья, забота о физическом развитии и воспитании детей, обеспечение образовательных условий, способствующих развитию и сохранению физического, психического и нравственного здоровья обучающихся.

Чтобы реализовать задачи по формированию ЗОЖ обучающихся в школе, администрация и педагогический коллектив решают следующие задачи:

- ✓ четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- ✓ проведение диспансеризации учащихся школы;
- ✓ медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- ✓ выявление учащихся специальной медицинской группы.
- ✓ гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- ✓ освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
- ✓ планомерная организация полноценного горячего сбалансированного питания учащихся;
- ✓ привлечение системы дополнительного обучения и внеурочной деятельности к формированию здорового образа жизни учащихся;
- ✓ организация и контроль уроков физкультуры;
- ✓ обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- ✓ разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- ✓ организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- ✓ организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- ✓ организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- ✓ организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- ✓ организация и проведение профилактической работы с родителями;

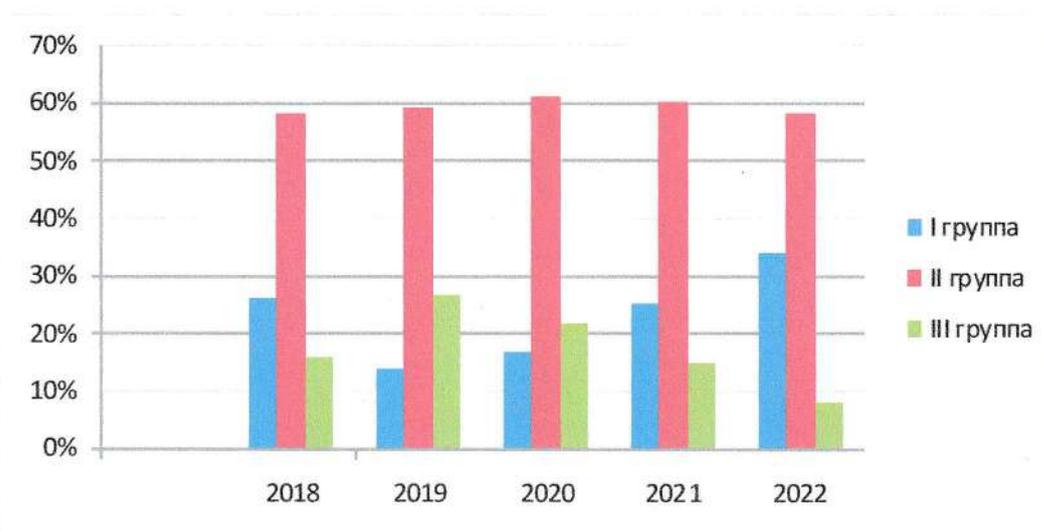
- ✓ организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, медработниками, наркологами;
- ✓ организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- ✓ организация спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- ✓ проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
- ✓ посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
- ✓ контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
- ✓ проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
- ✓ организация физической и психологической разгрузки учащихся:

Ежегодно проводятся медицинские осмотры детей с целью выявления заболеваний. В 2021 – 2022 учебном году также было проведено обследование, были определены основные заболевания учащихся:

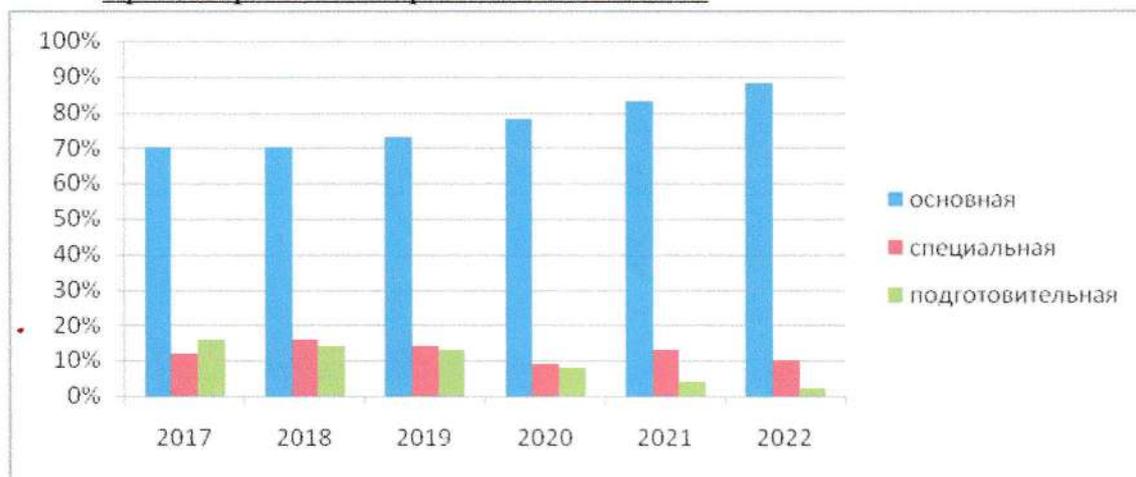


По результатам видно, что преобладают ухудшение зрения, кариес, ЖКТ и сердечно-сосудистые заболевания. По сравнению с прошлым годом вырос процент ухудшения зрения на 2% и ЖКТ – на 4%.

Распределение учащихся по группам здоровья:



Уровень физического развития школьников



Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Важным условием обучения и воспитания культуры здоровья является побуждение ребенка к достижению цели: – формирования собственного здоровья, достижения успеха в данной деятельности, что осуществляется через активные формы и методы деятельности.

Современное представление о здоровье имеет системный характер: Всемирная организация здравоохранения еще в 1946 году в своем Уставе записала, что «...здоровье следует понимать как состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только как отсутствие болезней или физических дефектов». Занятия физической культурой и спортом, здоровый образ жизни являются надежной психологической защитой молодежи, способствуют духовному развитию. Охрана здоровья школьников - одна из важнейших задач школы.

Ежегодно в школе и районе проводятся множество спортивно- массовых мероприятий, где мы активно участвуем. Но, несмотря на все эти мероприятия, которые способствуют укреплению здоровья школьников, можно отметить, что состояние здоровья ухудшается и ухудшается.

Казалось бы, все делается для улучшения и сохранения здоровья учащихся, а получается наоборот. В чем же причина? Каких факторов мы не учитываем? Каковы пути решения этой проблемы? Подобная ситуация обусловлена, прежде всего, общеизвестными факторами риска:

- Школьные – это стрессовая педагогическая ситуация; интенсификация учебного процесса; провалы в существующей системе физического воспитания, низкая материально-техническая база.
- Семейные – это недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей; употребление алкоголя и курение; негативная психологическая обстановка в семье.
- Урочные - это перегрузки, большой объем домашних заданий, малая подвижность, характер воздействия учителей и учащихся.
- Экологические – это экологическое состояние среды, экология питания
- Вредные привычки - это употребление алкоголя, курение.

Таким образом, наиболее актуальной в условиях нашей школы становится проблема создания системы по форматированию здорового образа жизни у учащихся.

Считаем, что реализация ежегодных проектов способна решить задачу формирования здорового образа жизни. В данном учебном году будет реализован проект **«Просто быть здоровым»**.

Идея ПРОЕКТА:

Создание системы по формированию 'навыков' здорового образа жизни и повышению двигательной активности учащихся в школе.

Стратегия проекта:

Предлагаемый проект ориентирован на создание в школе системы работы по формированию навыков ЗОЖ и оздоровлению учащихся.

Решение этой проблемы планируется через эффективное использование материально – технической базы школы, разработку диагностических, методических документов, изменение учебного плана школы с учетом применения ЗОЖ-технологий в преподавании учебных предметов.

Проект направлен на организацию систематизированной работы педагогического коллектива школы по сохранению и укреплению здоровья всех участников образовательного процесса, а также на распространение ценностей ЗОЖ на заинтересованные группы общественности.

Цель проекта содействовать формированию социально-позитивных потребностей и установок по сохранению здоровья обучающихся.

ЗАДАЧИ:

- Разработать учебно – воспитательный план с учетом применения здорового образа жизни в образовательном процессе.
- Привлечь к самостоятельным занятиям физическими упражнениями всех учащихся школы, формировать у них навыки здорового образа жизни.
- Исследовать соответствие уровня физического развития и физического подготовленности возрастным нормам учащихся.
- Выявить наиболее физически подготовленных учащихся для комплектования сборных команд по видам спорта для участия в районных соревнованиях.

Механизмы реализаций.

Проект реализуется посредством проведения ежедневных общешкольных дней здоровья по следующей тематике: «День бегуна», «День прыгуна», «День игровика», «День эрудита», «День силача», «День меткости», «День знатока», «День гибкости», «День радости».

Работа по разработке и реализации плана оздоровительных мероприятий школы будет сопровождаться специально организованными мастерскими при участии подготовленных учителей – тренеров, организации «круглых столов» по обсуждению достигнутых результатов, информированию заинтересованных групп о выполнении поставленных задач.

Этапы реализации проекта

Продолжительность проекта – 2 месяца – ноябрь, декабрь 2023 года.

Участники – обучающиеся, педагоги, родители.

Подготовительный этап

В подготовительном этапе разрабатывается положение. В расписание войдут часы для подготовки к соревнованиям и для консультаций к теоретическим конкурсам.

Организационный этап:

Формируется группа ориентированных на основе здоровьесберегающих вопросов и заинтересованных членов педагогического коллектива и учащихся. После формирования группы проводится обучение по вопросам здоровьесбережения. Приобретается диагностическое оборудование для запланированных исследований. Формируется пакет научно – методических материалов по внедрению здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе.

Практический этап:

- «День бегуна» - (бег 30 м, 60 м, челночный 4х9 м);
- «День прыгуна» - (в длину, с места, через скакалку за 1 мин.);
- «День игровика» - (броски в корзину баскетбольным мячом.);
- «День эрудита» - (вопросы по Олимпийским играм древности и современности, российские спортсмены-участники Олимпийских игр, чемпионатов Мира и Европы);
- «День силача» - (сгибание-разгибание рук, в упоре лежа, в висе, наклоны вперед из положения, лежа за 1 мин и пр.);
- «День меткости» - (дартс)
- «День знатока» - викторина (вопросы по здоровому образу жизни, влиянию вредных привычек на здоровье и пр.);
- «День гибкости» - (наклон, вперед сидя);
- «День радости» - («Веселые старты» по параллелям.);
- «День рекламы» - (конкурс плакатов «Шаг навстречу здоровью»)
- «День 25 кадра» (выставка фотографий «Я люблю тебя Спорт!»)

Ожидаемые результаты.

Проект даст возможность укрепить сложившиеся традиции сплоченной работы педагогического коллектива, усилить поддержку администрации в творческой деятельности учителей и учащихся.

Проект будет способствовать освоению педагогами новых технологий обучения здоровью, а также создаст благоприятные условия для формирования навыков здорового образа жизни у учащихся с учетом их индивидуальных возможностей. Классные руководители совместно с учащимися и их родителями будут иметь возможность апробировать новые формы сохранения и укрепления здоровья, создавая условия для перевода учащихся, родителей в позицию людей, заинтересованных в поддержания здорового образа жизни.

По завершении каждого очередного этапа реализации проекта планируется представление отчета и информирование о достигнутых результатах всех заинтересованных групп. По завершении действия проекта планируется публичная презентация полученных результатов.

В процессе реализации проекта будет максимально эффективно задействовано имеющаяся материально – техническая база школы.

Действующая модель системы по формированию навыков здорового образа жизни у учащихся.

Пакет диагностических методик по изучению физического и психологического состояния учащихся и учителей.

Заключительный этап

На заключительном этапе проводится обобщение и подведение итогов проделанной работы. Проводится анализ динамики изменений ценностных установок на здоровый образ жизни у учащихся и учителей, уровня сформированности навыков здорового образа жизни у учащихся, уровень владения ЗОЖ-технологиями педагогов по сравнению с прошлым учебным годом. Проводится публичная презентация полученных результатов проекта после подведения итогов по параллелям и награждения победителей грамотами и переходящими призами.

Приложение:







Отчет о реализации проекта

"Просто быть здоровым!"

Название: "Просто быть здоровым!"

Участники: обучающиеся 1 «Е» класса

Сроки реализации: ноябрь 2023- декабрь 2023 г.

Цель проекта: пропаганда здорового образа жизни, воспитание и формирование ответственного отношения к сохранению здоровья как наиважнейшей ценности человека.

Задачи:

- выявление и систематизация знаний по теме "Здоровый образ жизни".
- развитие творческих способностей учащихся;
- развитие коммуникативных навыков;
- воспитание активной жизненной позиции, ответственного отношения к своему здоровью;
- формированию навыков ЗОЖ;
- воспитания культуры общения;
- формирование чувства ответственности за своё здоровье;
- формирование потребности коллективной работы и работы в группах.

Проект должен сориентировать ребёнка на формирование позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков культуры здоровья, формирование привычки к здоровому образу жизни.

В результате нашей деятельности с ноября 2023 по декабрь 2023 года проводились спортивные мероприятия в классе, спортивные соревнования между классами.

1. Планируем и проводим зарядки для учащихся 1 классов.
2. Выпустили плакаты пропагандирующие здоровый образ жизни.
3. Проводились активные игры во время динамических пауз между уроками и внеурочными занятиями.

Директор МБОУ «СОШ № 2»



Казанбиев А Р ./