Муниципальное бюджетное образовательное учреждение -

средняя общеобразовательная школа №5 им. Н. Островского

г. Клинцы Брянской области

Проект

« ВОДА,

КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

ОБУЧАЮЩИХСЯ»

Исполнители:

Шуваева Анна Николаевна,

учитель начальных классов

МБОУ – СОШ № 5 им. Н.Островского,

группа обучающихся 4 класса,

группа родителей обучающихся 4 класса.

Клинцы 2017

**Проект**

«ВОДА, КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ»

**Тип проекта:** практико-ориентированный.

**Сроки реализации проекта**: апрель – май 2017 г.

**Обоснование:**

Отсутствие личных мотивов в сохранении здоровья привело к тому, что в настоящее время во всем мире все большую тревогу специалистов вызывает тенденция к его ухудшению. Без сомнения, Россия является одной из тех стран, где ухудшение состояния здоровья населения приобрело катастрофический характер. Состояние здоровья детей в России вызывает обоснованную тревогу. Сохраняется тенденция ухудшения здоровья школьников от первого класса к одиннадцатому. Поэтому охрана здоровья подрастающего поколения является **важнейшей государственной задачей** не только потому, что определяет качество жизни ребенка, но и в силу того, что фундамент здоровья взрослого населения страны закладывается в детском и подростковом возрасте. Отмечаемые в последние годы неблагоприятные сдвиги в состоянии здоровья детей и подростков,  если не принимать определенные меры, в дальнейшем  могут нанести огромный социальный и экономический ущерб, отрицательно сказаться на продолжительности жизни в стране.

Состояние здоровья подрастающего поколения в последние годы неуклонно ухудшается, что вызывает обоснованную тревогу. Данные многих авторов свидетельствуют о том, что за время обучения в школе численность здоровых обучающихся сокращается в 4-5 раз. Различные патологические изменения обнаруживаются у 86% обучающихся старших классов. Это объясняется низким исходным уровнем здоровья поступающих в школу детей, что неблагоприятно отражается на процессе их адаптации к школьным нагрузкам, являясь причиной дальнейшего ухудшения их здоровья и плохой успеваемости. На современном этапе подключение системы образования **к решению проблем укрепления и сохранения здоровья учащихся** является особенно **актуальным.**

Очевидно, что значительную помощь в решении этой задачи должна оказывать школа.

**Что делает школа для укрепления здоровья детей?** Учителя используют здоровьесберегающие технологии в целях улучшения ситуации со здоровьем обучающихся. Работают спортивные секции, которые призваны укреплять здоровье школьников, проводятся различные мероприятия, мотивирующие на сохранение здоровья. Образовательные учреждения организуют **питьевой режим школьников.**

Однако, как и в большинстве вопросов, существует главное **противоречие**

**между необходимостью и возможностью организации питьевого режима в школе,** а именно:

- наличие чистой питьевой воды

- финансирование поставки чистой питьевой воды

**Концепция проекта:**

Укреплять здоровье можно различными средствами, в частности используя для питья чистую воду путём формирования привычки ежедневно употреблять необходимое количество воды для утоления жажды, как сигнала организма для принятия необходимых мер по укреплению собственного здоровья.

**Гипотеза:**

**Укрепить здоровье можно при условии не забывать о главном: человек в зависимости от возраста на 65 % - 80% состоит из воды, а, значит, она является для него продуктом первой необходимости.** (см. Приложение 1)

**Ключевые понятия:**

**« вода», «здоровье», «питьевой режим школьника»**

**Сфера использования:**общеобразовательная школа.

**Цель проекта:**создать стратегию улучшения здоровья обучающихся и систему мер по сохранению и укреплению здоровья обучающихся через использование чистой питьевой воды в школе.

**Задачи:**

* развитие активной здоровьесберегающей среды;
* создание системы мотивации обучающихся, родителей и учителей школы на сохранение и укрепление здоровья;
* освоение основ культуры здоровья.

**Ожидаемые результаты:**

1.Создание активной здоровьесберегающей среды в школе, способствующей сохранению здоровья, мотивации участников образовательного процесса на здоровый образ жизни.

2.Высокий уровень понимания участниками образовательного процесса ценности физического здоровья.

**Целевые индикаторы реализации проекта:**

Эффективность реализации проекта определяется с помощью системы показателей и индикаторов, отражающих приоритеты, обозначенные в национальных проектах «Образование» и «Здоровье».

В контексте рассматриваемой проблемы реализация проекта призвана решать задачи укрепления здоровья школьников.

**Новизна разработки:**

Новизна проекта заключается в использовании **комплексного подхода** к здоровьесбережению обучающихся, а именно: в общеукрепляющем свойстве чистой питьевой воды для здоровья человека.

**Уровень проработанности проекта:**

практический этап – апробация;

оценка результатов.

**Методы реализации проекта:**

1. Практические.

2. Диагностические.

3. Организационные.

4. Мобилизационно – побудительные.

5. Методы совершенствования.

**Основные направления проекта**:

1. Диагностическое.

2. Организационное.

**Роль родителей:**мотивация на сохранение здоровья.

**Стимулы для ученика:** укрепление здоровья, повышение умственной и физической работоспособности, снижение эмоциональной напряжённости.

**Риски:**

Нежелание родителей оздоровить своего ребенка в школе.

Недоверие родителей в целесообразности  применения воды, как средства общеукрепляющего для здоровья детей.

**Критерии оценки проекта:**

Уровень удовлетворенности ученика и его родителей результатами реализации проекта.

**Ожидаемые результаты:**

1.Повышение умственной работоспособности.

2.Снижение эмоциональной возбудимости.

3.Формирование культуры здоровья.

**Содержание проекта:**

За основу содержания проекта взята статья В.  И.  Шахненко, кандидата педагогических наук, действительного члена Международной академии культуры безопасности, экологии и здоровья (МАКБЕЗ), напечатанная в журнале « ОБЖ. Всё для учителя!» № 7 (19) июль 2015  г. в разделе: БЕЗОПАСНАЯ ШКОЛА:

«…**Учителям основ безопасности жизнедеятельности и классным руководителям следует в доступной форме ознакомить учеников и их родителей с изложенным выше материалом, предложить детям и подросткам разработать памятку «Питьевой режим ученика» и основные его положения внести в Индивидуальные оздоровительные программы учеников…**

В.  И.  Шахненко, кандидат педагогических наук, действительный член Международной академии культуры безопасности, экологии и здоровья (МАКБЕЗ). ОБЖ. ВСЁ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ! № 7 (19) июль 2015  г. БЕЗОПАСНАЯ ШКОЛА» (см. Приложение 2)

А так же статья в местной газете «ВАШЕ ДЕЛО» автора Евдокии Ивановой от 8 июня 2015 г., аналогичная статья в местной газете «ТРУД» от 26 апреля 2016 г. (см. Приложение 3)

**Методика проведения апробации:**

В работе над проектом использован **принцип добровольности.**

**Ведущий метод – практический**, а так же диагностический, организационный, метод совершенствования.

**Обеспечение обучающихся продуктом** необходимым для реализации проекта – **водой, а так же тарой для хранения воды** **производится родителями,** согласовав это решение на семейном совете.

**Учителя и другие работники школы так же на добровольной основе могут участвовать в реализации проекта, с целью создания единого здоровьесберегающего пространства в образовательном учреждении.**

**Результаты :**

По итогам анкетирования получены следующие результаты:

(см. Приложение 4)

**Вывод:**

Таким образом, в результате работы над проектом получены свидетельства о эффективности использования чистой питьевой воды и целесообразности  применения воды на протяжении 4 учебной четверти, как средства общеукрепляющего для здоровья детей в условиях общеобразовательной школы МБОУ – СОШ № 5 им. Н. Островского г. Клинцы Брянской области, способствующего повышению умственной работоспособности, снижению эмоциональной возбудимости и формированию культуры здоровья.

Приложение 4

**Анкета**

**« Вода, как средство укрепления здоровья обучающихся»**

1. **Считаете ли Вы, что ежедневное достаточное употребление чистой питьевой воды** **повышает умственную работоспособность?**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Да** | **Нет** | **Не знаю** |
| ВЗРОСЛЫЕ |  |  |  |
| ДЕТИ |  |  |  |

1. **Считаете ли Вы, что ежедневное достаточное употребление чистой питьевой воды** **снижает эмоциональную возбудимость?**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Да** | **Нет** | **Не знаю** |
| ВЗРОСЛЫЕ |  |  |  |
| ДЕТИ |  |  |  |

1. **Считаете ли Вы, что участие в проекте привлекло Ваше внимание к собственному здоровью и способствовало формированию культуры здоровья?**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Да** | **Нет** | **Не знаю** |
| ВЗРОСЛЫЕ |  |  |  |
| ДЕТИ |  |  |  |