

**МБОУ «СШ №10» г. Смоленска**

Проект:

# «СТИЛЬ ЖИЗНИ - ЗДОРОВЬЕ!»

Выполнила:  
Учитель биологии  
Конькова Л.Н.

**2017-2018**



**В основе идеи проекта лежит комплексный подход, сочетающий в себе организацию мероприятий для сохранения и укрепления здоровья учащихся, ребятами волонтерского отряда, которые на личном примере пропагандируют здоровый образ жизни, показывая его преимущества при помощи акций, тематических выступлений, конкурсов.**



**ЦЕЛЬ:** формирование и развитие у подрастающего поколения культуры здорового образа жизни, укрепление нравственных ориентиров и сохранение физического и духовно-психического здоровья школьников

**ЗАДАЧИ:**

- повышение компетентности школьников в вопросах здоровья и здорового образа жизни;
- воспитание ценностного отношения школьников к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей;
- активная пропаганда здорового образа жизни;
- формирование и развитие социально-коммуникативных, творческих и организаторских навыков;
- воспитание активной жизненной позиции, ответственного отношения к своему здоровью;
- формирование культуры здорового образа жизни.



**Актуальность** проекта обусловлена низким уровнем побуждений школьников к ведению здорового образа жизни, что снижает эффективность здоровьесберегающей среды школы

**Проблемные вопросы:**

- Почему люди болеют?
- От чего зависит здоровье человека?
- Как сохранить своё здоровье смолоду?
- Модно ли сегодня быть здоровым?

**Механизм реализации проекта**

Вовлечение обучающихся во внеклассные мероприятия, воспитывающие культуру общения, культуру здорового образа жизни, способствующие обогащению их духовного мира





## ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА:

1. Организационный : создание волонтерской команды.
2. Обучающий : обучение волонтеров навыкам первичной профилактики и пропаганды ЗОЖ.
3. Подготовительный : планирование мероприятий по пропаганде волонтерского движения.
4. Реализация проекта : реализация деятельности по блокам, проведение мероприятий.
5. Итоги проекта : анализ работы, определение перспективы её дальнейшего внедрения в практику работы школы

## Ожидаемые результаты:

- повышение уровня знаний школьников по вопросам здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной активности;
- изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательным воздействиям окружающей среды, желания и умения вести здоровый образ жизни;
- повышение уровня информированности о проблемах никотиновой, алкогольной и наркотической зависимости
- повышение удовлетворенности школьников и их родителей здоровьесберегающей средой в школе;
- привлечение детей и подростков к общественно значимой деятельности

# Реализация проекта по блокам

## Теоретический блок

Мероприятия проводит педагог.

1. Час откровенного разговора «Жить или...?»

Цель: способствование формированию знаний о вреде табакокурения.

2. Час вопросов и ответов «Жить стоит того, чтобы жить!»

Цель: способствование формированию знаний о вреде алкоголизма для подросткового организма

3. Урок-предупреждение «Дорога, ведущая в ад»

Цель: способствование формированию знаний о вреде наркотиков

Задачи всех мероприятий:

1. Формировать отрицательное отношение к вредным для здоровья веществам и последствиям их употребления.
2. Формировать и развивать положительное отношение к жизненным ценностям.
3. Формировать чувство ответственности за совершаемые поступки.



## Практический блок

Мероприятия подготавливают и проводят сами обучающиеся – волонтеры 9 класса

**Акция «Красная ленточка»:** Символом борьбы со СПИДом является красная ленточка, ни одно мероприятие, касающееся этой проблемы, не обходится без нее. Эта лента, как символ борьбы со СПИДом. Обучающимся кроме красных ленточек раздавались информационные листы о профилактике ВИЧ-инфекции и СПИДа.





**Акция «День без сигарет»:** Целью акции стало привлечение внимания к проблеме вреда, наносимого здоровью подростков курением.

Началась акция с «голосования» против курения, повязывая цветную ленточку на руку, обучающиеся выражали свое отношение к проблеме курения.



На переменах демонстрировались рекламные ролики против табакокурения, проводились весёлая зарядка, конкурсы





## Печа-куча «О наркотиках с разных сторон»

Печа-куча - это методология представления кратких докладов, специально ограниченных по форме и продолжительности, на неформальных конференциях, сопровождаемых видеорядом. Специально подготовленные докладчики выступили в роли специалистов – нарколога, медика, юриста, психолога. Они рассказали о том, к каким последствиям приводит употребление наркотиков молодыми людьми с точки зрения врачей, психологов и юристов. Выступления были краткими, аргументированными и яркими, сопровождались показом видеороликов.



## Тренинг-мотиватор «Верни себе мечту!»

Обучающиеся на примере специальных психологических упражнений учились верить в себя, в свои возможности, мечтать о будущем и преодолевать препятствия для достижения результата, бороться с вредными привычками, стимулировали себя вести здоровый образ жизни.



**ВЫБИРАЙ ЗДОРОВУЮ  
ЖИЗНЬ!!!**

**Здоровье**

**Успех**

**Веселье**

**Сила**

**Энергичность**

**Позитив**

**Вдохновение**

**Спорт**

**Счастье**

**Красота**



## **Результаты реализации проекта:**

- формирование устойчивых моделей поведения, препятствующих употреблению ПАВ;
- формирование навыков регуляции факторов, определяющих здоровье;
- повышение самооценки, личностный рост, формирование установки на развитие личностных качеств, необходимых для успешной жизнедеятельности в современном обществе;
- творческое и интеллектуальное самовыражение подростков.

