**Пропаганда здорового образа жизни через проектно-исследовательскую работу в условиях перехода на ФГОС второго поколения**

Кондрашина А.А.

МАОУ «СОШ №3»

г. Краснокамск

В конце прошлого года Государственная Дума Российской Федерации приняла закон о новых государственных образовательных стандартах. Примечательно, что новые стандарты предъявляют требования не только к качеству образования, но и к условиям, которые необходимо создать в школе. В частности эти условия направлены на здоровьесбережение учащихся.

Уровень здоровья в значительной степени зависит от того образа жизни, который ведёт современный человек, поэтому главной задачей является обучение детей принципам здорового образа жизни, создание условий для сохранения и укрепления их здоровья.

Процесс формирования понимания ценности здоровья я осуществляю по следующим направлениям:

1. Формирование и пропаганда знаний о здоровье и его значимости.

2. Внедрение здоровьесберегающих образовательных технологий.

3. Организация оздоровительной работы.

4. Профилактика вредных для здоровья привычек.

5. Изучение правил здоровьесберегающего поведения.

Новые стандарты образования выдвигают новые требования к содержанию образования. Предусматривается перевод содержания образования в деятельностную позицию (введение новых образовательных технологий: обучение на основе учебных ситуаций; проектных задач; проектные методы обучения и д. р.) На первый план, наряду с общей грамотностью, выступают такие качества учащихся, как разработка и проверка гипотез, умение работать в проектном режиме, инициативность в принятии решений. Эти способы, безусловно востребованы в современном обществе.

Новые стандарты требуют научить ребёнка таким способам достижения результата, которые являются всеобщими, и срабатывают независимо от конкретного содержания. В рамках традиционной классно-урочной формы обучения сделать это можно, но затруднительно, гораздо удобнее применить метод проектов.

Принимая во внимание стойкую тенденцию к ухудшению здоровья подрастающего поколения, его можно считать весьма актуальным решением проблемы повышения эффективности здоровьесберегающей деятельности школы. В последние годы многие люди осознали, что в современном динамичном и информационно насыщенном мире только здоровый человек может успешно решать профессиональные задачи, а здоровье составляет значительный ресурс, необходимый для полноценной и счастливой жизни, реализации планов и замыслов.

Уже в начальной школе мои ученики думают о том, как стать успешным в жизни, сделать карьеру. Успешность в карьере связана не только с компетентностью, интеллектом, но и устойчивостью к стрессам, эмоциональной стабильности, физическим и психическим здоровьем. Поэтому передо мной встаёт задача выпустить учеников, способных грамотно работать с информацией: собирать факты, анализировать, выдвигать гипотезы, предлагать способы решения проблем. Начиная с раннего возраста, я воспитываю у школьников самое серьёзное отношение к собственному здоровью, понимание того, что здоровье — самая большая ценность, дарованная человеку природой. При этом решать задачи формирования нравственных качеств, которые являются фундаментом здоровья: доброты, дружелюбия, выдержки, смелости, оптимистичного отношения к жизни, чувства радости, веры в собственные силы, чувствовать себя счастливым.

Проектная деятельность, на мой взгляд, в полной мере способствует формированию этих качеств. Хорошо выполненный проект, успешное решение поставленных задач, удачное выступление на конкурсе, опубликование повышают самооценку, дают чувство радости, уверенности в своих силах, повышают рейтинг ученика среди одноклассников. Успешность одного из учеников или группы может стать стимулом для тех, кто колеблется, не уверен в своих способностях. Со своей стороны я стараюсь уловить эти моменты и помогаю таким учащимся активно включиться в исследовательскую деятельность.

Я занимаюсь проектно-исследовательской деятельностью пятый год. За это время было выполнено учащимися много проектов и исследовательских работ. Основной задачей большинства проектов стала пропаганда здорового образа жизни.

В процессе разработки проекта «Полезен или вреден фаст-фуд для организма школьников», ребята узнали, насколько вредны фаст-фуд и модифицированные продукты. Через решение основополагающего вопроса «Что нужно есть, чтобы быть здоровым?» я пытаюсь сформировать принципы правильного питания и, как результат—потребность в здоровом образе жизни.

В работе над исследовательским проектом «Осанка и здоровье», мы с ребятами изучили, к чему приводит нарушение осанки, выявили, есть ли нарушение осанки у детей нашего класса и разработали комплекс упражнений на формирование и поддержание правильной осанки. А в ходе работы над проектом «Компьютер в нашей жизни», который очень понравился нашим родителям, мы выделили три простых, но очень важных правила: 1) обязательно занимайтесь каким-нибудь активным видом спорта, 2)играйте по принципу «Поиграл и хватит» – не больше одного часа в день, 3) всегда помните мудрость: «Всё мне позволено, но не всё полезно».

В исследовательском проекте «Мыло и мыльный пузырь», который занял 2-е место в районном конкурсе исследовательских работ «Шаг в науку», дети изучили историю происхождения мыловарения и гигиенические качества мыла.

Также ребятам оказалась очень полезной работа в проекте «Учебная нагрузка и здоровье школьника». Мы проследили качество здоровья учащихся за 4 года обучения в начальной школе и выявили причины ухудшения здоровья школьников в процессе обучения. Это и сокращение времени сна, прогулок, и нерегулярное и неполноценное питание, и отсутствие активного отдыха на свежем воздухе, в активных играх, в движении, и несоблюдение элементарных гигиенических требований.

Очень интересным и результативным оказался долгосрочный семейный проект «Мода на здоровье». Совместная работа детей и родителей сильно повысила потребность в ЗОЖ. В ходе работы над проектом мы с детьми посещали каток и бассейн раз в неделю. Теперь, вот уже второй год, эта традиция укрепилась в нашем коллективе и послужила примером для других классов нашей школы. Динамические паузы (часы здоровья) дополнили«играми наших бабушек». Для знакомства со старинной русской игрой «Городки» приходила бабушка Алины Хабаровой и рассказывала, как надо правильно играть в неё. Традиционными стали совместные вылазки на природу. Также в ходе этого проекта у нас накопились памятки, листовки и плакаты, призывающие к моде на здоровье.

Почти во всех исследовательских работах мною приведены результаты анкетирования, сделаны выводы, даны рекомендации. Считаю, что все работы являются метапредметными, так как включают сведения из разных наук, чаще всего биологии, экологии, физики, географии, истории. Следовательно, важной задачей для меня остаётся вооружение учащихся методами научного познания.

Материалы и презентации к проектам широко использую как во время уроков, так и во внеклассной работе. Они просты и понятны учащимся начальной школы. В результате активной пропаганды материалов данных проектов при повторном анкетировании выяснилось, что число учащихся, которые не следили за здоровьем, заметно уменьшилось.

Таким образом, целесообразность подобной деятельности очевидна при переходе на новые стандарты ФГОС второго поколения. Проектное обучение является развивающей, личностно-ориентированной технологией. Очевидно, что метод исследовательских проектов более эффективен в качестве важного дополнения к инновационным методам обучения. Он прекрасно дополняет современный урок и внеурочную работу в начальной школе.

Такая работа позволяет мне приблизиться к портрету выпускника «новой школы». Чем больше необходимых и полезных знаний получают мои ученики, тем выше становится духовная и нравственная отдача в виде благодарного отношения к школе, научившей видеть удивительное в простом и привычном, разбираться в современном потоке информации, сохранить здоровье для себя и будущих поколений.

Проектно-исследовательская деятельность по пропаганде здорового образа жизни ориентирована на достижение цели сохранения, формирования здоровья. Проекты формируют умения и навыки сохранения здоровья, оценки собственных ресурсов здоровья, дают опыт здоровьесберегающей деятельности.

В результате работы над проектами повышается качество обучения, развития и воспитания всех обучающихся, осуществляется постоянный поиск и поддержка талантливых детей, обеспечивается возможность самореализации обучающихся через дополнительное образование, участие в олимпиадах, конкурсах и исследовательской деятельности.

Также, считаю, что при работе над исследовательским проектом, создаётся благоприятная и мотивирующая на учебу атмосфера в классе. Дети сами предлагают интересные темы для проектов и с нетерпением ждут, когда же мы опять окунёмся в интересную поисковую работу. Важную роль здесь играет сотрудничество учителя и ученика: учитель владеет умениями и навыками, умеет научить, а школьник готов взять эти знания, так как заинтересован в грамотном выполнении своей исследовательской работы или проекта.

Я замечаю, что у учащихся развивается творческое, оригинальное мышление. Точное поэтапное выполнение работы воспитывает аккуратность и серьезное отношение к проводимой работе. Возможность выполнения самостоятельной научной работы прививает навыки профессионализма и, безусловно, сыграет положительную роль в освоении будущей профессии.