*Статья Утепова Сагындыка Идельбаевича,*

*преподавателя ОБЖ*

*МОУ-СОШ*

*С. Рекорд Саратовской области области.*

**«Формирование здорового образа жизни на уроках ОБЖ через метод проектов»**

«Без здоровых детей нет здорового общества…» Сегодня, когда многократно возрастает количество больных детей, эти слова приобретают особый смысл и значение.   
По данным медицинского осмотра учащихся нашей школы 77% детей состоят на диспансерном учете. Среди самых распространенных заболеваний: кариес, увеличение щитовидной железы, нарушение остроты зрения и осанки.   
Известно, что уровень здоровья человека наряду с такими условиями как наследственные факторы, условия внешней среды и деятельность системы здравоохранения зависит, прежде всего, от самого человека, от того образа жизни, который он ведет.   
При всех достоинствах большинства существующих систем обучения детей «здоровому образу жизни», общим их недостатком является то, что они сконцентрированы на информационном уровне. Ребенок рассматривается исключительно как объект для обучения, как «пустой сосуд», который надо наполнить «правильными» знаниями о здоровье, привить ему полезные навыки. 

Общеизвестно, что «правильные» знания совсем не предполагают «правильное» поведение, поступок, действие. Между ними очень большая дистанция. Чтобы «правильное» знание помогло выбору «правильного» поведения, нужна мотивация, побуждение к действию, другие подходы и методы.   
Для того чтобы направить выбор детей к принятию здорового образа жизни приоритетным методом своей работы я считаю деятельностный подход.   
Ведущей педагогической идеей моего опыта является использование деятельностного подхода в обучении.   
Практический опыт показывает, что дети способны самостоятельно не только формулировать цели, но и воплощать их. Совместная с ними деятельность помогает понять, что они знают о здоровье, что их интересует, беспокоит, тревожит больше всего, что бы они хотели сделать для своего здоровья и здоровья других людей. Инструментом работы является сотворчество, совместное постижение знаний, опыта – в неформальном, партнерском взаимодействии детей и педагога через применение метода проекта.

Теоретическая база опыта опирается на:   
-Концепцию модернизации российского образования на период до 2010 года;   
-Концепцию профилактики злоупотребления ПАВ в учреждения образования России;   
Из определения, данного Всемирной организацией здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия. Исходя из этого, здоровый образ жизни можно определить как индивидуальную систему поведения человека, обеспечивающее ему физическое, духовное и социальное благополучие.   
Здоровый образ жизни – это цельная, логически взаимосвязанная система поведения человека, которая способствует его безопасности и благополучию в жизни. Формирование эффективной системы здорового образа жизни происходит в процессе познания окружающего мира, в динамике его развития, познания себя в нем, при выработке нравственных жизненных ориентиров и установок.

[Яндекс.Директ](https://direct.yandex.ru/?partner)

|  |
| --- |
| [Здоровый образ жизни прямо сейчас](http://an.yandex.ru/count/0VWP2hhs5Ui40000ZhRDFr85XP2K39K2cm5kGxS2Am4oYBFQ7d41YQ1z2HgOek2ylfw-000019sfhNOFdBN9OUe5bhYDW3K1klN9OUebPd7N3vgrqO-A0QOMYh5PmNW1lRn_sy01gW6be0Gi0RoZZT02aRGeACW1ZxktHbmBdxjAoiW3au8CcGP2Z9342Q2GQXYlaCG9b9Ad6wUQiWAeg5ElBgJ00000J0Mkz9S_NiDW91C5iB9LLUi1iG6oWD2vgQrs3xl-SF4aHXNHsWF1__________yFnOyFVna0?test-tag=94438961&stat-id=1073742601)Мастер-класс "Чем старше, тем моложе". Омоложение и активная жизнь для Вас![marta-ng.com](http://an.yandex.ru/count/0VWP2hhs5Ui40000ZhRDFr85XP2K39K2cm5kGxS2Am4oYBFQ7d41YQ1z2HgOek2ylfw-000019sfhNOFdBN9OUe5bhYDW3K1klN9OUebPd7N3vgrqO-A0QOMYh5PmNW1lRn_sy01gW6be0Gi0RoZZT02aRGeACW1ZxktHbmBdxjAoiW3au8CcGP2Z9342Q2GQXYlaCG9b9Ad6wUQiWAeg5ElBgJ00000J0Mkz9S_NiDW91C5iB9LLUi1iG6oWD2vgQrs3xl-SF4aHXNHsWF1__________yFnOyFVna0?test-tag=94438961&stat-id=1073742601) |

Обучение учащихся здоровому образу жизни имеет свою специфику. Она основывается как на общих образовательных принципах, так и на психологическом подкреплении поведения школьников, способствующему сохранению здоровья.   
В качестве основных принципов выступают три группы:   
1. Системно-структурные (непрерывность, конкретность и доступность, многоаспектность);   
2. Социальные (деловитость, активная инициатива, выработка индивидуальных и социальных установок);   
3. Психологические (правдивость, доверие, поддержка и стимулирование, адресность);   
В целях совершенствования форм и методов организации уроков по формированию здорового образа жизни я применяю метод проектов, который ориентирован на самостоятельность, творческую активность подростков и дает возможность ощутить свою социальную значимость, получить опыт взаимодействия со сверстниками.   
Метод учебного проекта – это одна из личностно ориентированных технологий, способ организации самостоятельной деятельности учащихся, направленный на решение задачи учебного проекта, интегрирующий в себе проблемный подход, групповые методы, рефлексивные, презентативные, исследовательские, поисковые и прочие методики.

Основоположником педагогического метода проектов считается Джон Дьюи (1859 – 1952), американский философ-прагматик, психолог и педагог. Согласно его воззрениям, истинным и ценным является только то, что дает практический результат и направленно на благо общества.

Цель уроков обучения учащихся здоровому образу жизни - формирование в детях социальных и жизненных навыков, обеспечивающих физическое и психическое здоровье, активную деятельную жизнь и долголетие.   
Организация уроков по формированию здорового образа жизни предполагает решение следующих задач:   
- формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;   
- выработка умений и навыков сохранения и укрепления здоровья, безопасного и ответственного поведения;   
- закрепление гигиенических навыков и привычек;   
- приобщение к разумной физической активности;   
- обучение противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.

Наибольший эффект в формировании здорового образа жизни учащихся обеспечивается многообразием видов работ, средств и методов, используемых во время проведения уроков. Разнообразие форм работы делает процесс обучения более творческим и позволяет добиться того, чтобы полученные учащимися знания прочно вошли в их повседневную жизнь. Поэтому на своих уроках ОБЖ по формированию здорового образа жизни чаще всего я использую такие формы работы, которые являются результативными и одновременно интересными для детей:   
- Просмотр видеоматериалов с последующим обсуждением;   
- Выполнение творческих заданий (напиши эссе, сочинение, придумай сказку на новый лад, нарисуй плакат, сочини правдивую рекламу); Проведение социологических опросов, анкетирование.   
Формированию здорового образа жизни учащихся способствует и организация внеурочной деятельности учащихся. В связи с этим в нашей школе ежегодно проводится неделя здорового образа жизни, в рамках которой организуются внеклассные занятия по данной теме (конкурс стенгазет, плакатов, рисунков).   
Одной из самых эффективных форм работы является организация проектной деятельности учащихся. Проект, как комплексный и многоцелевой метод, имеет большое количество видов и разновидностей:   
1. По доминирующей направленности деятельности участников:   
- практико-ориентированный /«Ночное рандеву», «Уголок России – школьный двор», «Хочу делать свое дело», «Новое поколение выбирает», «Полоса препятствий»/;   
- исследовательский /«Мы и компьютер», «Мир развлечений», «Перечеркнутые судьбы»/;   
- информационно-просветительский / «Похититель рассудка», «Табачный туман обмана»/;   
- творческий /«Игротека»/;   
- ролевой /«Будьте здоровы!», «Я — социолог»/;   
2. По количеству участников:   
- групповые;   
- парные;   
- персональный;   
3. По продолжительности:   
- мини-проекты;   
- краткосрочные;   
- среднесрочные;   
- долгосрочные;   
Любой проект, независимо от типа, имеет практически одинаковую структуру и этапы работы над ним, на каждом из которых учитель и ученики выполняют определенные функции.   
  
учитель учащиеся   
1-й этап — погружение в проект   
Формулирует: Осуществляют:   
1) проблему проекта; 1) личностное присвоение проблемы;   
2) сюжетную ситуацию; 2) вживание в ситуацию;   
3) цель и задачи; 3) принятие, уточнение и конкретизация цели и задач   
2-й этап — организация деятельности   
Организует деятельность - предлагает: Осуществляют:   
4) организовать группы; 4) разбивку на группы;   
5) распределить амплуа в группах; 5) распределение ролей в группе;   
 6) спланировать деятельность по решению задач проекта; 6) планирование работы;   
7) возможные формы презентации результатов. 7) выбор формы и способа презентации предполагаемых результатов.   
3-й этап - осуществление деятельности   
Не участвует, но: Работают активно и самостоятельно   
8) консультирует учащихся по необходимости; 8) каждый в соответствии со своим амплуа и сообща;   
9) ненавязчиво контролирует; 9) консультируются по необходимости;   
10) дает новые знания, когда у учащихся возникает в этом необходимость; 10) «добывают» знания;   
11) репетирует с учениками предстоящую презентацию результатов. 11) подготавливают презентацию результатов.   
4-й этап - презентация   
Принимает отчет: Демонстрируют:   
12) обобщает и резюмирует полученные результаты; 12) понимание проблемы, цели и задач;   
13) подводит итоги обучения; 13) умение планировать и осуществлять работу;   
14) оценивает умения: общаться, слушать, обосновывать свое мнение, толерантность и   
ДР-; 14) найденный способ решения проблемы;   
15) акцентирует внимание на воспитательном моменте: умении работать в группе на общий результат и др. 15) рефлексию деятельности и результата;   
16) дают взаимооценку деятельности и ее результативности.   
  
[Формированию здорового образа жизни](http://www.uchportal.ru/load/81-1-0-14636) учащихся способствует и организация внеурочной деятельности учащихся. В связи с этим в нашей школе ежегодно проводится неделя здорового образа жизни, в рамках которой организуются внеклассные занятия по данной теме (конкурс стенгазет, плакатов, рисунков).   
Общеучебные умения и навыки, формирующиеся в процессе проектной деятельности.   
1. Рефлексивные умения:   
- умение осмыслить задачу, для решения которой недостаточно знаний;   
- умение отвечать на вопрос: чему нужно научиться для решения поставленной задачи?   
2. Поисковые ( исследовательские) умения:   
- умение самостоятельно генерировать идеи, т.е. изобретать способ действия, привлекая знания из различных областей;   
- умение самостоятельно найти недостающую информацию в информационном поле;   
- умение запросить недостающую информацию у эксперта (учителя, консультанта, специалиста);   
- умение находить несколько вариантов решения проблемы;   
- умение выдвигать гипотезы;   
- умение устанавливать причинно-следственные связи.   
3. Навыки оценочной деятельности.   
4. Умения и навыки работы в сотрудничестве:   
- умения коллективного планирования;   
- умение взаимодействовать с любым партнером;   
- умение взаимопомощи в группе при решении общих задач;   
- навыки делового партнерского общения;   
- умение находить и исправлять ошибки в работе других участников группы.   
5. Менеджерские умения и навыки:   
- умение проектировать процесс (изделие);   
- умение планировать деятельность, время, ресурсы;   
- умение принимать решения и прогнозировать их последствия;   
- навыки анализа собственной деятельности (ее хода и промежуточных результатов).   
6. Коммуникативные умения:   
- умение инициировать учебное взаимодействие со взрослыми - вступать в диалог, задавать вопросы и т. д.;   
- умение вести дискуссию;   
- умение отстаивать свою точку зрения; умение находить компромисс;   
- навыки интервьюирования, устного опроса и т.д.;   
7. Презентационные умения и навыки:   
- навыки монологической речи;   
- умение уверенно держать себя во время выступления;   
артистические умения;   
- умение использовать различные средства наглядности при выступлении;   
- умение отвечать на незапланированные вопросы.   
  
Критерии оценки проектов   
1. Наличие введения   
2. Целесообразность фактов и мнений, использованных для обоснования актуальности темы проекта   
3. Убедительность фактов и мнений, подтверждающих актуальность темы проекта   
4. Достаточность фактов для обоснования актуальности темы проектов   
5. Наличие цели и задач   
6. Четкость формулировки цели и задач   
7. Соответствие содержания цели проекта теме проекта   
8. Соответствие задач поставленной цели   
9. Правильность применения терминов и понятий   
10. Достоверность информации, представленной в проекте   
11.Четкость, доступность изложения   
12. Четкость описания использованных в проекте методов и методик   
13. Обоснованность методов   
14. Доступность методик   
15. Воспроизводимость методик   
16. Системность эксперимента (наблюдения)   
17. Обоснованность эксперимента (наблюдения)   
18. Достаточность эксперимента (наблюдения)   
19. Достоверность данных, полученных в эксперименте (наблюдении)   
20. Наглядность представления результатов   
21. Оригинальность позиции автора   
22. Обоснованность позиции автора   
23. Конкретность и полнота выводов автора   
24. Стиль и грамотность изложения   
25. Правильность оформления списка литературы   
  
Критерии оценки сообщений   
  
1. Соответствие содержания сообщения теме и цели проекта   
2. Полнота раскрытия темы в сообщении   
3. Достижение поставленных задач в ходе проектной деятельности   
4. Целесообразность поставленных задач   
5. Логичность построения схемы работы над проектом   
6. Четкость описания методик и результатов проекта   
7. Соответствие представленных выводов результатам практического изучения   
предмета   
8. Представление результатов внедрения проекта в практику   
9. Целесообразность представленной наглядности   
10. Четкость ответов на вопросы по существу сообщения и по содержанию проекта   
11. Уровень владения специальной терминологией, используемой в докладе   
  
Рекомендуемая литература   
  
1. Козлов Ю.Н. «Основы безопасности жизнедеятельности» Учебное пособие для учащихся 1-11 классов. Тульская обл., 1994г   
2. Вишневская Е.Л. « ОБЖ, Основы медицинских знаний и охрана здоровья» , пособие для учащихся 4-5 классов. Москва, «Русское слово» 1995г.   
3. Вишневская Е.Л. « ОБЖ, Основы медицинских знаний и охрана здоровья» , пособие для учащихся 9 классов. Москва, «Русское слово» 1995г.   
4. Оценка качества по «Основам безопасности жизнедеятельности».   
Мин. обр. РФ. ДРОФА, Москва 2001г.   
«Осторожно, алкоголизм» .Памятка для молодежи.   
«Родители! Защитим детей от наркотиков».Памятка для молодежи.   
  
.