**Описание опыта педагога-организатора**

**Ларькиной Марины Юрьевны**

**Введение.**

1. **Тема опыта:**«Пропаганда здорового образа жизни среди подростков»
2. **Сведения об авторе:** Ларькина Марина Юрьевна, образование – высшее. Окончила ФГБОУ ВПО «МГУ им. Н.П.Огарева», по специальности «Филология», год окончания – 2014 г. Общий педагогический стаж – 6 лет, стаж в МОУ «СОШ с УИОП № 18» - 6 лет.
3. **Актуальность, проблема массовой практики, решаемая автором.**

Здоровье – это одна из самых важнейших потребностей человека, определяющая способность его к трудовой деятельности и обеспечивающая гармоничное развитие личности. Оно является главной предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. По определению Всемирной организации здравоохранения, «здоровье – это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

В настоящее время одной из наиболее значимых и острых проблем является состояние здоровья подрастающего поколения, поэтому актуальность моей работы заключается в том, чтобы привлечь учащихся нашей школы к сохранению и укреплению здоровья, пропагандтровать здоровый образ жизни с участием школьников, взрослого населения и администрации.

**4**.**Основная идея опыта.**

Главная особенность здоровьесберегающего воспитания – это формирование поведенческих реакций детей, направленных на сохранение и укрепление собственного здоровья. Эта мотивационная направленность в дальнейшем должна стать доминирующей в поведении детей, их стремление вести здоровый образ жизни. Поэтому целью своей работы я ставлю: привлечение внимания социума к здоровому образу жизни школьников. Для достижения цели решаю следующие задачи:

* теоретическое изучение «здоровья» в целом;
* разработка и внедрение системы мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни;
* проведение анкетирования среди учащихся школы, учителей, родителей;
* выпуск печатной продукции;
* проведение акций в микрорайоне;
* создание в школе условий для охраны и укрепления здоровья.

Мне, как педагогу, надо научить ребёнка быть здоровым, учить его жить в изменяющемся мире с минимальным ущербом для своего физического и психического состояния, чтобы вырабатывать у школьников осознанное отношение к своему здоровью.

**5.Теоретическая база, опора на современные педагогические теории.**

Один из выдающихся педагогов В. А. Сухомлинский справедливо утверждал «Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От здоровья и жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

Основы укрепления, сбережения и сохранения здоровья в научной литературе занимают особое место.

Огромный вклад в решение проблемы здоровья внес А.Г.Бусыгин. Им разработаны основы теории и практики сохранения здоровья человека, дано новое представление о соотношении Жизни и Здоровья.

Значение в определении перспективных задач в основе своевременного осмысления проблемы укрепления и сохранения здоровья подростков для будущей жизнедеятельности в условиях образовательных учреждений раскрыта в работах Л.П.Вашлаевой, М.Я.Виленского, Т.К.Виноградовой.

Немалое значение для последующих исследований в области психологии и физиологии ребенка имеет научная деятельность В.М.Бехтерева. «Рациональное воспитание должно развивать в ребенке «тот бодрый дух», который столь необходим с житейскими невзгодами»-вывод, сделанный В.М.Бехтеревым. На мой взгляд этот вывод весьма актуален сегодня, особенно при организации мероприятий с использованием здоровьесберегающих технологий.

**6. Новизна, творческие находки автора.**

Новизна опыта заключается в переосмыслении целевых и содержательных ориентиров в формировании основ здорового образа жизни учащихся, в обогащении их жизненного опыта.

Одним из основных направлений моей деятельности в школе является профилактика социально опасных явлений и формирование здорового образа жизни.

Мною накоплен определенный положительный опыт по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, наркомании, ВИЧ-инфекции и других социально опасных явлений, по формированию ЗОЖ среди учащихся и их родителей.

Я работаю над созданием системы сбора, обработки, хранения информации, в том числе оперативной, по различным категориям учащихся и их семьями, а также направлениям профилактической деятельности (занятость, оздоровление учащихся и т.д.).

**Технология опыта.**

1. Вся деятельность по реализации данного направления моей работы разбита на несколько этапов.

Первый этап подготовительный. Включает в себя социологическое исследование по проблеме. Целью которого является определение уровня осведомленности (сформированности) о здоровом образе жизни у школьников.

Основными критериями сформированности знаний у школьников о ЗОЖ выступили:

1. Сформированность знаний детей о здоровье и здоровом образе жизни.

2. Осознанное отношение детей к своему здоровью, здоровому образу жизни, желание помогать себе и другим людям в его укреплении.

3. Овладение навыками и приёмами ЗОЖ.

4. Расширение кругозора в сфере здоровья и здорового образа жизни, интерес к новой информации по заданной теме, получаемой из различных источников(литература, СМИ, интернет).

5. Проявление потребности в выполнении санитарно – гигиенических норм.

В ходе исследования проводилось анкетирование учащихся средней и старшей школы.

Анкетирование учащихся 5- 8 классов показало, что у 29% детей - сформирован высокий уровень осведомленности (сформированности) о здоровом образе жизни у школьников, 42% достаточная осведомленность, у 19% - недостаточное представление о здоровье и здоровом образе жизни и низкий уровень показали 10% школьников.

Таким образом, полученные результаты указывают на необходимость воспитания у учащихся потребностей в здоровье, формирования научных представлений о сущности ЗОЖ.

По результатам анкетирования учащихся 9-11 классов я увидела, что личностная ценность здоровья на высоком уровне у 79% учащихся, понимание роли поведенческого фактора в охране и укреплении здоровья на высоком уровне- 81%, неполное соответствие распорядка дня и учащегося требованиям ЗОЖ- 36%, адекватность оценки учащимися своего образа жизни и его соответствия на высоком уровне- 63%, отношение к информации, связанной со здоровьем очень интересная и полезная- 68%.

Второй этап. На втором этапе, в целях профилактики и пропаганды здорового образа жизни в школе, я разработала и провела серии классных часов для учащихся 5-8 классов «Здоровое поколение – здоровье нации» и «Твой выбор» - для учащихся 9-11 классов.

Разработан комплексный план мероприятий, по пропаганде ЗОЖ учащихся школы. С целью привлечения большего охвата населения и учащихся для сохранения и укрепления здорового образа жизни налажен систематический выпуск буклетов, плакатов на темы о здоровом образе жизни: «Я здоровье берегу- сам себе я помогу», «ЗОЖ в семье».

**Результативность опыта**

1. Систематическая работа по пропаганде здорового образа жизни среди учащихся школы направлена мною напрофилактику курения, профилактику алкоголизма и наркомании, профилактику СПИДа.

За 2016-2019 проведен комплекс мероприятий.

Классные часы: «Чума 21 века» (проблема алкоголизма среди подростков), «Алкоголь и алкогольная зависимость», «Предупреждения охлаждения организма», «Вредные привычки» (о вреде алкоголя, табакокурения, ПАВ), «Экстремизм в молодежной среде», «О вреде употребления алкоголя, табакокурения, наркотических и психотропных веществ», Международный день борьбы с наркоманией и наркобизнесом.

Акции: «Сигарета – друг или враг», «Счастье жить!», «За здоровый образ жизни», «Нет- наркотикам!», «Спорт – альтернатива пагубным привычкам».

Лектории: «Наука в борьбе с зависимостями», «Здоровье», День борьбы со СПИДом, «Здоровье и сон», «Горькие плоды «сладкой жизни» или о тяжких социальных последствиях употребления наркотиков»,

Месячники: «Помоги себе сам!», «Январь спортивный», «Мы - здоровое поколение», «Школа ЗОЖ», «Молодежь за здоровый образ жизни».

Спортивные соревнования: «Мы за здоровый образ жизни», «Веселые старты», «Мама, папа, я – здоровая семья!», «Сильные, смелые, ловкие, умелые».

В результате проделанной работы я добилась снижения уровня заболеваемости школьников, создала действующую систему работы с социумом и другими организациями по формированию здорового образа жизни.

**Список литературы:**

1. Антропова М.В., Манке Г.Г., Бородкина Г.В. и др. Факторы риска и состояние здоровья учащихся. // Здравоохранение Российской Федерации. - 2008. - № 3. - С. 29-3

2. Барчуков И. С. Физическая культура. - М., 2003. - 255 с.

3. Брехман И.И. Валеология - наука о здоровье. М., 1999 г.

4. Васильев В.Н. «Утомление и восстановление сил»; М., 1994.

5. Васильева, Д. Вредным привычкам места нет / Д. Васильева // Пока не поздно. - 2010. - № 11.

6. Горохова, Н. А. Организация здоровьесбережения в школе / Н. А. Горохова // ОБЖ. - 2010. - № 7. - С. 33-38. Здоровье учащихся.