

Социальный проект МБОУ ООШ №19

"ЗЕМЛЯ наш общий дом! "

Введение

Одной из актуальных проблем современности становится поиск ответов на вопросы, которые ставит сама жизнь. Вопрос о том, как уберечь мир от экологической катастрофы назрел давно.

Актуальность данной работы связана с необходимостью формировать чувства ответственности за облик родного города и желание изменить его к лучшему.

Любой населенный пункт – это искусственно созданная и поддерживаемая человеком среда, в которой только от человека зависят чистота и порядок. Скопление во дворах строительного мусора, отсутствие экологической культуры у части населения, непонимание значимости и важности чистоты и благоустройства речной зоны – признаки проблемы, выявленные в ходе работы. Кто-то относится к этому равнодушно, кто-то с сочувствием, кто-то при случае выходит на субботники по уборке территории. Однако проблема с каждым годом становится всё острее. Настало время подключиться к её решению.

Гипотеза проекта. Мы предполагаем, если каждый человек с детства научиться беречь и заботиться об окружающей среде, о природе родного края и о своей малой родине, приносить ей только пользу, а не вред, то экологическая обстановка улучшится.

Цель проекта: актуализировать внимание детей и взрослых к проблеме загрязнения улиц, озёр, способствовать формированию экологической культуры и твёрдого убеждения в том, что мусору место на свалке, а не на улицах и задворках.

В соответствии с поставленной целью выдвигаются следующие задачи:

- Проанализировать ситуацию загрязнённости в родной станице;
- Научиться выделять проблему и искать способы её решения для экологической и социальной обстановки в поселке;
- Составить экологический календарь;
- С помощью инициативной группы ребят разработать перспективный план реализации проекта «Земля наш общий дом»;
- Выстроить работу в соответствии с ключевыми датами экологического календаря;
- Пропагандировать и углублять экологические знания учащихся и взрослых;
- Агитировать жителей поселка на уборку и благоустройство;
- Воспитывать потребность содержать улицы в чистоте.

Цель и задачи настоящей работы определили выбор **методов проекта:**

- Поисковый;
- Исследовательский;
- Аналитический;
- Количественный приём статистического метода;
- Анкетирование.

Территория реализации проекта: Темрюкский район станица Фонталовская.

Практическая ценность данной работы заключается не только в акцентуализации внимания на проблеме экологии родного края, но и в возможности применения выводов и материалов исследования в быту. Жизнь обязывает нас уметь понимать природу и грамотно выходить из разных ситуаций.

Описание проекта

Реализация проекта осуществляется в рамках пяти направлений:

- Организационные мероприятия;
- Эколого-просветительские мероприятия;
- Практические природоохранные мероприятия;
- Исследовательская работа;
- Участие в природоохранных акциях.

Распределение обязанностей среди участников проекта:

- Журналисты - беседы с населением, учащимися;
- Фотокорреспонденты - сбор материалов для стенда и для отчёта по результатам выполнения проекта;
- Сценаристы - подбор, составление плана работы;
- Художники - выпуск плакатов, листовок;
- Рабочие (все) - уборка территории от мусора.

Формы работы: беседа, совместная трудовая деятельность учащихся, встреча, конкурс, конференция, экскурсия, сбор ТБО, трудовой десант, выставка, изготовление кормушек, скворечников, озеленение школьной территории.

План работы над проектом:

I. Подготовительный этап

1. Обсуждение актуальности темы проекта, обсуждение проблемы загрязнения улиц, озера. Определение цели и задач проекта, постановка гипотезы;

II. Информационный этап

- Сбор информации по теме, анализ литературы.
- Составление экологического календаря.
- Экскурсия по Станице Фонталовской с целью выявления самых загрязнённых участков, фотографирование.
- Проведение опроса по данной проблеме.
- Опрос среди сверстников с целью выявления их отношения к проблеме загрязнения поселка и готовности принять посильное участие по практическому выполнению проекта.
- Проведение конкурса на лучшую агитационную листовку «Благоустроим школьную территорию», конкурс рисунков по экологии.
- Разработка и проведение мероприятия для учащихся «Экологические проблемы Краснодарского края».
- Оформление фотовыставки по теме "Уголки природы"

III. Практический этап

Уборка школьной территории, посадка деревьев по улице Ленина, очищение детской игровой площадки, изготовление скворечников, кормушек, благоустройство школьной территории (посадка саженцев, цветов, оформление клумб)

IV. Заключительный этап

Подведение итогов работы над проектом на общешкольной линейке, награждение лучших.

Ожидаемые результаты:

- непосредственное участие учащихся в организации различных экологических мероприятий;
- повышение уровня знаний у учащихся об экологии родного края, охране природы;

- благоустройство школьной и близлежащей территории;
- создание в ходе проекта стенгазет, листовок;
- привлечение родителей к активному участию в деле экологического воспитания детей;
- осознание учащимися и взрослыми значимости охраны природы, экологически целесообразного поведения в окружающей среде, не засорять ее.

Освещение работы школы по экологическому направлению:

- Публикация в школьной газете «ШКОР»;
- Выступление на общешкольной линейке «Летопись добрых дел»;
- Участие в школьной научно- конференция «Экоград».

Источник воды Фонталовской. Экологическое состояние водоёма

В рамках проведения ознакомления с водными ресурсами станицы Фонталовской была поднята тема состоянию водных объектов. Галина Леонидовна познакомила нас с водным объектом, расположенном в центре станицы. Интересна история создания данного пруда: оказывается ,

С целью выявления состояния озера была организована экскурсия.

В истории основания станицы Фонталовской один природный объект сыграл решающую роль. Это был источник пресной воды «Фонтан». По историческим данным около источника пресной воды находился «жертвенный камень» с доисторических времён и являлся местом сбора жителей поселения казаков и батраков. Считают, что здесь было более 12 источников пресной воды «ключей».

В 20 веке до 60-десятых годов на этом месте находился «гуртовой» колодец, где местные жители поили скот, для употребления человеком эта вода была непригодна, она имела специфический привкус и зеленоватый цвет, возможно наличие в нём бактерий или одноклеточных водорослей. Таким, образом здесь находился центр станицы, вблизи была выстроена церковь с первой церковно-приходской школой. Затем, в советское время была основана школа, а после Великой Отечественной Войны был заложен, силами учеников Фонталовской школы, сад плодовых деревьев и виноградники близи источника воды В семидесятые года гуртовой колодец был разрушен, сад частично вырублен, а ближайшая территория окружена дамбой и создан искусственный водоём (пруд). Местные жители участвовали в раскопках котлована для этого озера и запускали первую рыбу в чистый водоём. Здесь было много водоплавающей птицы, и различных животных, Таких как ежи, ужи, черепахи, ласки, кроты. Однако, в начале 90-х централизованная подача воды из системы водоснабжения в пруд была прекращена и водоём постепенно высох. в 2000-х тысячных на этом месте существовал слабый источник воды. Это источник никогда не замерзал , даже в самые холодные зимы и дикие птицы здесь пили воду Местность, вблизи источника, заболочена покрыта зарослями камыша, есть несколько деревьев от старого сада и большие каменные глыбы состоящие из ракушечника. История этих каменных глыб тоже пока не изучена, Возможно это какие то культовый сооружения, были в прошлом. Один камень похож на "жертвенный"

Из года в год глазам предстает неприятная картина, стоит только ступить на территорию источника: огромное количество бытовых отходов прибывает к берегам, горы мусора оставляют после себя местные жители... Местные жители безответственно превратили окрестности в место повышенной опасности. Вредные вещества, содержащиеся в мусоре,

попадают в воду, что очень опасно для здоровья человека и жизни братьев наших меньших, что задолго до нас облюбовали эту территорию.

Исследование: опрос, анкетирование, интервью.

Мы решили выяснить, как относятся к этой проблеме жители прилегающей зоны. Было опрошено 30 жителей ближайшей улицы: 5 чел. – 18-25 лет, 15 чел. – 36-50 лет, 10 чел. – старше 50 лет.

Социальная категория: 50% - рабочие, 10% - служащие, 40% - пенсионеры

На вопрос «Как вы считаете, кто больше мусорит?»

- 10 человек ответили, что это молодежь
- 5 человек – что это подростки
- 15 человек – указали на взрослых

Не задумываясь выбросили бы в общественном месте:

- 5 - пустую банку
- 5 – обертку от жевательной резинки
- 20 не выбрали никакие варианты. Мы считаем это показателем экологической культуры у части взрослого населения.

Главной причиной захламления окрестностей водоёма большинство опрошенных выбрали:

- недостаточное количество контейнеров для мусора – 65%
- низкий уровень культуры – 35%

Решение проблемы:

Мы поняли, что проблема загрязнения озера существует. Большинство жителей хотели бы видеть озеро чистым и приятным для отдыха. И мы сможем сделать его таким, если постараемся.

В прошлом году мы посетили район старого сада и источника воды, чтобы очистить территорию от мусора. Пластиковые бутылки мы складывали в отдельные мешки. Всего у нас набралось 5 мешков, затем мы договорились с родителями, чтобы они вывезли и выкинули в контейнеру для мусора. За это, довольно простое, но очень полезное дело нас поблагодарили местные жители и администрация школы.

Наш школьный отряд в количестве 12 человек снова отправился по улицам станицы Фонталовской, чтобы еще раз провести уборку, ведь это добрые дела стало частью основной деятельности нашего коллектива.

По пути мы расклеивали агитационные листовки под названием «Хорошие дела заразительны!», призывающие людей сохранять природу, которые изготовили самостоятельно.

Мы вручали их жителям со словами: «Давайте сохранять чистоту и порядок на нашей станице!». Всего было расклеено 20 листовок.

Когда мы приехали к источнику через 6 месяцев, многие из нас заметили, что мусора гораздо меньше, чем в прошлый раз: уже не так много вокруг валялось бутылок, фантиков, бумажек. Может, люди стали бережней относиться к окружающей среде? А может наши ровесники или обитатели ближних улиц решили последовать нашему

примеру и тоже устроили уборку территории? Но как бы там ни было, мы искренне обрадовались увиденному.

Дамба встретила нас расprostертыми объятиями хрупкой весенней листвой и задорным колючим ветром. Вместе с нами работали и наши учителя, потому что только личный пример – залог успеха. Собрал целый контейнер полиэтиленовых мешков с мусором, мы все с удовольствием взирали на плоды своих трудов. Ведь в чистоте и красоте жить приятно каждому.

Мы были безумно рады, что имели возможность участвовать в этой акции, так как она не только сплотила нас еще сильнее, но и сблизила с природой.

А ещё ребята увидели, как любят "старый сад" его жители, и совместно со взрослыми решили на следующий год обустроить близлежащую территорию, построив скамейки и стол в зоне отдыха.

Главным итогом акции мы считаем не только чистый берег, но и возрастание гражданской активности людей, формирование любви к родному краю.

У нас появилось несколько предложений для охраны природы:

- Поставить мусорные контейнеры по дамбе источника воды.
- 2 раза в год проводить уборку территории водоёмов ученикам прилегающих территории школ №19;
- Проводить традиционные акции по охране природы на темы: «Земля наш дом»

В красочная природа этого места согревает сердце и душу, дает волю фантазии и служит пристанищем вдохновения юных поэтов, фотографов и художников. Благодаря щедрому источнику воды люди, орошают свои посадки в летний период года. Поэтому необходимо сохранить источник воды в своем природном состоянии, так как он является основанием нашей любимой, станицы Фонталовской.

Перспективный план реализации проекта «Земля наш дом» на 2023-2024 г.

№ п/п	Мероприятия	Дата	Исполнители
1	Экологическая акция «Мой чистый двор» (Благоустройство школьной территории)	в течение года	учащиеся, родители, педагоги школы.
2	Выставка поделок из природного материала.	сентябрь	учащиеся, родители, учителя
4	Посадка саженцев на близ лежащей территории и пришкольном участке.	октябрь-ноябрь	ученическое самоуправление
5	Сбор батареек	в течение года	учащиеся, родители, классные руководители
6	Устный журнал «Экологические проблемы Краснодарского края».	сентябрь - октябрь	учащиеся, учитель биологии
7	Трудовой десант на близ лежащей территории и пришкольном участке.	в течение года	учащиеся, родители, педагоги школы.
8	Изготовление кормушек для птиц	ноябрь	учащиеся, родители, учитель технологии
9	Акция «Подари ёлке жизнь» (новогодние украшения)	декабрь	учащиеся, родители, классные руководители
10	Изготовление скворечников	февраль	учащиеся, родители, учитель биологии
11	Сбор макулатуры	в течение года	учащиеся, родители, классные руковод.
12	Выпуск листовок «Береги первоцветы»	март	Учащиеся, учитель биологии
13	Конкурс эко- листовок «Экология и мы»	апрель	Учащиеся, классные руководители, учитель биологии
14	Мероприятия, посвященные Дню Земли: экологическая игра «Спаси и сохрани», конкурс фотографий «Природа нашего края»	апрель	учащиеся, классные руководители, учитель биологии
15	Участие в акции «Сирень победы»	май	учащиеся, родители, классные руковод
16	Участие в акции «Земля наш дом» (посадка кустов роз)	май	учащиеся, родители, классные руководители

Социальный проект в рамках внеурочной деятельности

ПРОЕКТ «Мы за здоровый образ жизни!»

Цель проекта: расширение знаний социально-биологических и психологических основ ЗОЖ; создание условий в классе для полноценной работы по сохранению и укреплению здоровья детей, развитие наглядно-действенного мышления, стимулирование поиска новых способов решения практических задач при помощи различных идей; воспитание осознанного понимания экологической культуры человека, формирование ответственного отношения к сохранению здоровья как наиважнейшей ценности человека, общества, государства, залога комфортной, духовно наполненной жизни, продуктивной деятельности.

• Гипотеза:

Процесс приобщения детей к здоровому образу жизни будет более эффективным и продуктивным, если реализация идеи и замысла проекта будет производиться с помощью средств ТСО; художественно-иллюстративного материала; бесед; наблюдений; экскурсий; продуктивной деятельности.

Основным методом является исследовательская работа, в ходе которой дети сами провели исследование, с помощью учителя биологии Филоненко Г.Л. обработали результаты и представили их в виде рисунков, фотографий, презентаций, буклетов. Осуществляя проект, участники учатся пользоваться различными источниками и способами получения информации. Данный проект разработан с целью приобщения школьников к здоровому образу жизни. Проект способствует формированию негативного отношения к алкоголю, курению, наркотикам, даёт возможность получить знания о правильном питании, информирует о сердечно-сосудистых заболеваниях и их предупреждениях, закаливании организма и охране здоровья человека в Российской Федерации. Проект учит школьников оказывать первую помощь при несчастном случае.

Совместная работа в группе способствует сплочению коллектива, растёт взаимопонимание, ответственность не только за свою деятельность, но и за работу всей группы. Проект стимулирует школьников к активной деятельности для выполнения задания, развивает интерес к проблеме, самостоятельность.

Проблема, на решение которой направлен проект.

Наше будущее зависит от сегодняшних выпускников, от их физического и нравственного здоровья. Но за годы учёбы в школе здоровье многих детей ухудшается. По ряду показателей сформировались негативные тенденции: увеличивается количество детей, имеющих хронические заболевания. Вызывают беспокойство детский алкоголизм и наркомания, а также большое число курящих школьников. Вовлечение учащихся в реализацию проекта поможет правильно решить проблему свободного времени, сформировать негативное отношение к вредным привычкам и осознать ответственность за собственное здоровье.

Программа проекта должна сориентировать ребенка на *формирование позиции признания ценности* здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков культуры здоровья, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Процесс обучения и формирования здорового образа жизни в нашей школе осуществляется по трем взаимосвязанным направлениям:

- формирование валеологической грамотности;
- внедрение здоровьесберегающих образовательных технологий и условий обучения;
- организация оздоровительной работы в учебное и внеучебное время.

Ознакомление детей с необходимой информацией осуществляется через учебные предметы (физическую культуру, окружающий мир, природоведение, биологию,

географию, музыку, ИЗО) и систему внеклассной воспитательной работы, что является отличительной особенностью данного проекта.

Основная цель проекта: дать знания об экологических проблемах, связанных с загрязнением воды, ознакомить учащихся со значением воды для здоровья человека и в жизни живых существ, подготовить детей к различным жизненным обстоятельствам, связанными с водной средой.

Задачи проекта:

1. Формирование потребности в здоровом образе жизни и ответственности за свое здоровье;
2. Вовлечь ребят в клубы по интересам, кружки и спортивные секции. Пропагандировать здоровый образ жизни на примере лучших учащихся школы и их достижений в различных областях учёбы, творчества и спорта.
3. Формировать у учащихся устойчиво-негативное отношение к табаку, алкоголю, наркотическим веществам.
4. Научить школьников оказывать первую помощь при несчастных случаях.
5. Создать предметно-развивающую среду, обеспечивающую эмоциональный настрой учащихся и условия для организации двигательной активности.
6. Воспитывать культуру обмена мнениями, развивать навыки упорядоченного, структурированного мышления.
7. Воспитывать потребность детей в ежедневном выполнении правил личной гигиены.
8. Формировать представления о красоте природного мира, о положительном и отрицательном влиянии воздействия человека на атмосферу земли.
9. Воспитывать гражданственность, трудолюбие, уважение к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье.

Актуальность темы.

На современном этапе проблема профилактики здоровья детей является одной из самых актуальных.

В школьном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего, гармонического развития личности.

Валеологическое образование невозможно без изучения строения человеческого организма. Наш многолетний опыт педагогической работы показал, что кроме создания благоприятных условий для развития здорового ребенка, необходимо сформировать у школьников новый «пласт» знаний по валеологии и способствовать приобщению детей к здоровому образу жизни средствами инновационных технологий.

Проблема охраны здоровья детей в школе стоит очень остро. Анализ состояния здоровья наших учащихся показал, что в классе залогом хорошего самочувствия детей является физическое развитие, закаливание, профилактика заболеваний.

Организм ребенка интенсивно растет и развивается, закладываются ценности здорового образа жизни.

Формирование здоровья ребенка в школьном возрасте в значительной степени зависит от того, какая работа в школе ведется в этом направлении. Необходимо создать эмоциональную, радостную обстановку, т. к. здоровье детей во многом зависит от их психического состояния. Большое значение имеет организация пространства в школе. Правильно организованная развивающая среда дает ребенку возможность проявить себя в социальном плане, освоить определенные правила здорового образа жизни, ощутить взаимосвязь с другими детьми, укрепить уверенность в своих силах. И тогда наши дети будут физически здоровы, активны, коммуникабельны. Учитывая все вышеизложенное, перед нами появилась необходимость разработки и реализации проекта о пропаганде здорового образа жизни, используя современные образовательные технологии.

• **Степень разработанности проблемы:**

Учебные пособия, существующие на сегодняшний день, недостаточно широко развивают знания учащихся о здоровом образе жизни. Поэтому я решила раскрыть ее более полно с помощью созданного проекта.

• **Объект проектной деятельности:**

Процесс приобщения детей к здоровому образу жизни.

• **Предмет проектной деятельности:**

Инновационные технологии; проектный метод; условия, созданные для проведения проекта.

Важным условием распространения ведения здорового образа жизни является, увеличение числа подростков, стремящихся к сохранению и улучшению своего собственного здоровья, имеющих активную социальную позицию.

При этом важно обеспечить способы социальной активности, позволяющие перейти учащимся к действиям по пропаганде здоровья среди сверстников.

Пропаганду здорового образа жизни, спорта мы будем вести под девизом:

Разумный выбор – правильное решение.

При создании проекта ориентир на следующие принципы:

- Здоровье-это приоритет. Все имеет смысл, пока мы здоровы. Твое здоровье - в твоих руках.
- Здоровье не все – но все без здоровья ни что.
- Осознанно вредить своему здоровью - глупо. Объяви войну вредным привычкам.
- Без вредных привычек от жизни можно получить гораздо больше.
- Физическое и психологическое здоровье неразделимы. Выбери активную жизненную позицию: найди себя в спорте, творчестве, учёбе. Не будь равнодушным! Помогите тем, кто попал в беду.
- Бери пример с лучших.
- Все лучшие качества развиваются там, где есть творческое отношение к жизни.

По мнению специалистов-медиков, возраст от одного года до 15 лет гораздо важнее для сохранения будущего здоровья, чем от 15 лет до 60.

Именно это обстоятельство побудило к исследовательской деятельности в этой сфере с целью определения условий сохранения здоровья учеников.

Учитывая актуальность направления, данный проект может быть продолжен и расширен. Данный проект может быть использован или взят за основу классными руководителями любого класса для организации внеурочной деятельности.

Ожидаемые результаты

1. Снижение заболеваемости, устойчивость к стрессовым ситуациям, сохранение и укрепление здоровья школьников.
2. Улучшение состояния здоровья школьников, уменьшение пропусков занятий, повышение качества их знаний.
3. Занятость детей во внеурочное время (кружки, секции и т.д.)
4. Осознание школьниками необходимости разумного проведения досуга.
5. Повышение внимания школьников и их родителей к вопросам здоровья и здорового образа жизни.
6. Формирование у учащихся представления об общих человеческих ценностях, здоровом образе жизни.

ПЛАН РАБОТЫ НАД ПРОЕКТОМ 2023-2024 г

<i>№ п/п</i>	<i>Мероприятия</i>	<i>Сроки</i>
1	С чего начать? <ul style="list-style-type: none"> • выбор наиболее важной проблемы и ее осознание • формулировка основополагающего вопроса • выдвижение гипотез решения • формулировка проблемных вопросов • создание рабочей группы 	сентябрь
2	Согласование плана работы над проектом с его участниками	сентябрь
3	Выпуск школьных газет «Здоровье – это здорово!!!»	сентябрь
4	Экскурсия в старый сад «Лекарственные растения»»	сентябрь
5	«Весёлые старты»	октябрь
6	Участие в акциях, направленных на формирование здорового образа жизни	октябрь
7	Просмотр кинофильмов на тему здоровьесбережения	Весь период
8	Выпуск плакатов, листовок, пропагандирующих занятия спортом	октябрь
9	Конкурс рисунков «Я выбираю здоровый образ жизни»	ноябрь
10	Интервью с медицинским персоналом ФАП	ноябрь
11	Практикум «Определение правильной осанки»	декабрь
12	День встречи со специалистом-медиком ФАП	декабрь
13	Ролевая игра «Суд над вредными привычками»	декабрь
14	Анкетирование и обработка результатов. «Определите, правильно ли Вы питаетесь?»	декабрь
15	Практикум «Определение частоты сердечных сокращений (пульса)»	январь
16	Практикум «Первая помощь при несчастных случаях»	февраль
17	Разработка комплекса общеукрепляющих физических упражнений	февраль
18	Тест на вероятность присутствия глистных заражений	март
19	Экологическая ролевая игра. Дискуссия	март
20	Подведение итогов работы над проектом. Составление отчета.	март

Экологическая ролевая игра.

Участники:

Фермеры, производящие сельхозпродукты;

Представители фирм, производящие пищевые продукты;

Врачи: аллерголог, гастроэнтеролог, инфекционист, представитель СЭС, неонатолог, уролог, онколог, вамолог;

Учёные, независимые эксперты;

Диетологи, повара, владельцы ресторанов, кафе;

Химики, представители фирм- изготовителей и контролирующих организаций;

Журналисты: спортивного направления, журналы и газеты «Здоровье», «Физкультура и спорт», «Работница».

Конференция начинается с оглашения повестки дня:

1. Анкетирование и анализ ответов учащихся школы.
2. Результат исследования продуктов питания.
3. Дискуссия о предупреждении загрязнения продуктов питания.
4. «Поезд Здоровья».

По первому вопросу докладывают участники социологического опроса, которые провели анкетирование в классах школы. (Анкета прилагается).

Валеолог. Итоги анкетирования о культуре питания учащихся. Основные недостатки: многие учащиеся не завтракают по утрам, так как поздно просыпаются, при просмотре утреннего блока телевизора некоторые едят быстро, пока смотрят передачу. Нет постоянного времени питания, неполноценное или избыточное питание, поздний приём пищи.

По записям врача о хронических заболеваниях, количество заболеваний, связанных с желудочно-кишечным трактом и почек, увеличивается с возрастом. Это результат неправильного питания, плохого качества воды и продуктов.

Независимые эксперты. Но это ещё не всё. Наше тело — «общежитие» для микробов. Защитные силы организма сдерживают их размножение и «подрывную» деятельность. Но вот в результате какого-то сильного воздействия, например охлаждения, защитные силы ослабевают и болезнетворные микробы начинают проявлять свои вредные свойства. Возникает общая реакция организма, которая прежде называлась простудой. Мы увидели что среди нас многие имеют ослабленное здоровье и подвержены простудам и заболеваниям органов дыхания. Как помочь себе? Ответ один — закаливание.

Второе сообщение о результатах исследования пищевых продуктов.

1. Сбор информации из лаборатории рынка.
2. Анализ этикеток.
3. Анализ, сделанные химиками — учащимися.

Итак, по информации видно, что частично продукция загрязнена сельхозпроизводителем, частично при изготовлении, хранении продуктов.

Дискуссия о предупреждении загрязнения продуктов.

Вопрос 1. Почему, даже зная о вреде нитратов и нитритов, люди используют их при производстве сельхозпродукции и в пищевой промышленности для производства колбас, копченостей, мясных консервов?

Фермеры. Аммиачная селитра, мочевина — необходимые для быстрого роста растений, минеральные удобрения. Они поглощают интенсивно в период роста, а затем в период созревания растения не нужно больше подкармливать. Нитратов меньше в прохладную погоду и во второй половине дня на 30-40%. Если это учитывать, то собирая урожай по науке, можно снизить содержание нитратов в растениях раз в пять.

Представители фирм, производящих пищевые продукты. Нитритные добавки — пока единственный способ подкрашивания, консервирования, улучшения вкуса

мясопродуктов. Главная цель добавок - убить возбудителя ботулизма, вырабатывающего токсин, смертельный для человека в ничтожных дозах.

Вопрос2. Почему в мясных продуктах обнаруживают высокое содержание антибиотиков, гормонов роста, транквилизаторов? Как они влияют на здоровье человека?

Аллергологи. Лекарственные препараты попадают в организм человека с мясными, молочными продуктами и могут вызвать аллергию и другие расстройства у человека.

Фермеры. Антибиотики применяют необходимо при массовом содержании скота для уменьшения риска заболеваний, борьбы с инфекциями, для улучшения усвоения корма. Гормональные препараты используются как стимуляторы роста для увеличения прироста мяса. Свиньи получают блокаторы бетарцепторов, которые должны снижать перегрузку сердечно-сосудистой системы, возникающие при содержании в тесном помещении.

Неонатологи. При откорме скота распространены тиреостатики (ингибиторы (подавители) функции щитовидной железы). Они подавляют включение йода в гормоны щитовидно железы, потому привесы возрастают, так как уменьшается выделение воды из организма животного. Если кормящая мать употребляет в пищу такое мясо, то ингибиторы, попадая с молоком в организм ребенка, могут вызвать образование зоба у малыша.

Диетологи. Мы хотели бы дополнить ответ о нитратах (ЭН О2) и нитритах (ЭН О3). Они чаще всего используются для консервирования и окраски пищевых продуктов. Вот почему диетологи рекомендуют не употреблять мясную тушенку, рыбные консервы без необходимости.

Врачи – онкологи. Нитриты вступают в соединение с гемоглобином крови, образуют метгемоглобин, что вызывает одышку, отравление, а взаимодействуя с другими аминами, образует нитрозамины, являющиеся канцерогенами. Вот почему предпочтительнее есть свежее варёное мясо.

Представители СЭС. При хранении банки окисляются, и поступают в продукты свинец, другие окислы металлов. Предпочтительнее употреблять консервы в стеклянной таре.

Неонатологи. Упаковки должна длительно проверяться на канцерогенные вещества. Известно, что упаковочная пленка, используемая 15-20 лет назад в Европе, считается причиной бесплодия сегодняшних юношей. Доказано, что вещества, выделяющиеся этой упаковочной пленкой, вызывают гибель, обездвиженность мужских половых клеток.

Вопрос3. Зачем добавляют различные химические веществ в продукты, ведь они вредны для организма, а продукты становятся дороже?

Химики. Современные методы производства, доставки и хранения продуктов потребовали применения пищевых добавок: консервантов, красителей, ароматизаторов, часто заменителей продуктов. Зная химический состав продукта, легко приготовить более дешёвый заменитель дорогостоящего продукта. Поэтому не всегда верно, что продукты становятся дороже от химических веществ. Вы пьёте дешёвые растворимые сухие напитки или газированные, приготовленные на концентрате с ароматом и вкусом лимона, малины, песика. Натуральный сок в таких количествах стоит огромных денег. Антиоксиданты добавляются в жиры, молочные

продукты для предотвращения прогоркания жиров. К сожалению, безвредность некоторых добавок вызывает сомнение.

Вопрос 4. Если пищевые добавки часто вредны, то зачем их так много добавлять?

Эксперты. Многие добавки улучшают внешний вид, вкусовые качества. Способствуют увеличению срока хранения, Они безвредны для человека. На мировом рынке три категории продовольственных товаров, различающихся исходным сырьём, особенностями технологии производства. В продовольственных товарах первой категории количество и типы спецдобавок строго регламентированы. Качество второй категории контролируется менее строго и с учётом требований страны-импортёра. На товары третьей категории не распространяются многие ограничения на использование спецдобавок, себестоимость их ниже и цены тоже, поэтому их производить выгоднее. К товарам третьей категории относится 80% продуктов питания, сигарет, напитков. Поэтому нужно выбрать товары, зная об этих категориях.

Вопрос 5. Можно ли считать экологически чистыми овощи, выращенные с использованием только навоза?

Фермеры. Если выращивать овощи на почвах с интенсивным внесением навоза, то количество нитратов даже увеличивается в овощах.

Инфекционисты. Избыточное внесение навоза может вызвать загрязнение продукции яйцами гельминтов и другими возбудителями заболеваний.

Владельцы ресторанов. Цены в ресторанах высокие, так как для требовательных клиентов, заботящихся о своём здоровье мы приобретаем только продукты, имеющие сертификат с результатами анализа качества продуктов.

Владельцы кафе. Если мы будем приобретать экологически чистые продукты, то мы разоримся. Из-за высокой цены у нас их никто не будет покупать.

Онкологи. Накопление пестицидов в организме человека приводит к возникновению различных заболеваний. В районах Казахстана и средней Азии резко вырос процент заболевания раком, так как пестициды в больших количествах оказались в воде.

Ученые. Я думаю, что повышение уровня культуры земледелия и дальнейшая работа ученых сведут к минимуму эту проблему. Уже созданы трансгенные растения. В их генотип внесены гены из бактерий, и растения способны сами вырабатывать токсины против насекомых-вредителей.

Врач-диетолог. Что такое диета? Этим словом обозначают состав пищи и режим питания. Но три общих правила должен знать каждый человек. 1. Питаться разнообразно. 2. Питаться регулярно. 3. Не будьте жадны в еде. Кулинария – ключ к здоровью

«Поезд здоровья»

Викторина за каждый правильный ответ, участник получает фишку. Условие - личное первенство.

1 станция. «Кожа –зеркало здоровья».

Всё знать, конечно невозможно, но некоторые сведения об уходе за кожей знать необходимо.

1. Кожа становится сальной при занятиях спортом, физической работой. (Ложь, при занятиях спортом, физической работой улучшается кровоснабжение кожи и всех органов тела, поэтому кожа будет здоровой, упругой.)
2. Наше настроение не влияет на состояние кожи и волос. (Ложь. Стрессы, частые скандалы и ссоры ведут к сужению сосудов, нарушению регуляции обмена веществ, кожа становится сухой, волосы ломкими.)
3. Неважно, сколько спишь, а важно сколько за кожей следишь. (Неверно, сон в проветренном помещении улучшает внешний вид кожи. Если спать мало, то внешний вид кожи ухудшается).
4. Сколько раз в день необходимо умываться? (Если умываться чаще трёх раз в день, то высушивающий эффект приводит к тому, что кожа начнёт вырабатывать ещё больше кожного сала).
5. Как наносить крем? (Крем наносится по кожным линиям, через время избыток снимается промокающей салфеткой).
6. Как наносятся духи на тело? (Духи наносятся на отдельные участки кожи: мочка уха, ключица, локоть.)

2 станция. «Лесной Мойдодыр»

1. Волосы вымытые в отваре этого растения, приобретают золотистый оттенок, а при умывании - кожа становится нежной, бархатистой. Назовите его. (Цветы ромашки).
2. Чем чистить зубы в лесу, если нет привычных предметов? (Древесным углём, мятой, расщепленной веточкой сосны, ели, дуба).
3. какое дерево избавляет ноги от пота, запаха, трещин? (Кора дуба).
4. Сок этого растения используют вместо йода, для выведения бородавок, настоем листьев умываются, моют голову. (Чистотел).
5. Листья и корни этого растения используют от боли при ушибе. (Лопух, подорожник).
6. Листья этого растения обжигают нас.
Сок из листьев этого растения спасает нас.
Весной его используют на суп.
Голову мыть его отваром - волосы растут. (Крапива - кровоостанавливающее, витаминное средство, ускоряет рост волос.)

3 станция. «Спортивная».

1. Назовите средства закаливания. (Солнце, воздух, вода).
2. Приведите пример местных закаливающих процедур. (Умывание прохладной водой, ножные ванны, ходьба босиком и т. д.)
3. Как влияют занятия физкультурой на процесс закаливания? (Положительно, так как в процессе занятий спортом «приучение» организма к воздействию холода идёт быстрее).
4. Показать комплекс гимнастики для глаз.
5. Показать комплекс гимнастики для шеи, плечевого пояса, рук.
6. В каком возрасте можно начинать закаливание? (С рождения)

Ведущий подводит итоги викторины и награждает победителей.

Анкета

«Здоровый образ жизни и питания»

1. Употребляете ли вы в пищу свеклу, морковь, капусту?
 - А) Всегда, круглый год - 5 б.
 - Б) Иногда, когда заставляют - 2б.
 - В) Никогда - 0б.
2. Сколько раз в день вы едите?
 - А) 4-6 раз - 5б.
 - Б) 3 раза - 3б.
 - В) 2 раза - 0б.
 - Г) 8-7 раз, сколько захочу - 0б.

3. Вы употребляете в пищу овощи и фрукты?
- А) Ежедневно, несколько раз -5б.
 - Б) 2-3 раза в неделю-3б.
 - В) Очень редко -2б.
 - Г) Никогда -0б.
4. Когда и что вы едите на ночь?
- А) Мясо с гарниром в 9 часов-1б.
 - Б) Кашу молочную-2б.
 - В) стакан кефира или молока в 9 часов-5б.
 - Г) Ем когда захочу и что захочу, до 11 часов-0б.
5. Употребляете ли лук, чеснок, петрушку, укроп?
- А) Иногда петрушку и укроп в супе, салате-1б.
 - Б) Лук и чеснок ни ем никогда -0б.
 - В) Всё это употребляю ежедневно в небольшом количестве -5б.
 - Г) Ем иногда, или когда заставляют -2б.
6. Как часто в этом году у вас была простуда?
- 0-ни разу;
 - 1-от 1 до 4 раз;
 - 2-более 4 раз.
7. Есть ли у вас хронические заболевания органов дыхания (бронхит, ринит, тонзиллит, ларингит, ангина)?
- 0-нет;
 - 1-одно заболевание;
 - 2-комплекс заболеваний.
8. Бывают ли у вас дни общего недомогания(вялость, упадок сил, сонливость, слабые головные боли ит. д.)?
- 0-крайне редко; 1-часто; 2-очень часто.

Ключ к анкете.

С 1 по 5 вопрос.

Если вы набрали 13-15 баллов, то вы достаточно употребляете в пищу овощей и фруктов, у вас правильный режим питания.

Если вы набрали 9-12 баллов, то это означает, что вы не занимаетесь своим здоровьем, едите, когда и что придётся. Но у вас дома об этом заботится кто-то другой, так как вы достаточно правильно питаетесь.

0-9 баллов. Вам нужно задуматься о своем питании, как о режиме, так и о рационе.

Чем быстрее вы задумаетесь, тем лучше будет ваше здоровье.

С 6 по 8 вопрос.

Если вы набрали 0-1 балл, то ваше здоровье в порядке,

2-4 балла – вы в группе риска,

5 -6 баллов – ваш организм ослаблен.

Результаты анкетирования учеников МБОУ ООШ №19

11.12.23г.

Правильное питание		13-15 баллов	9-12 баллов	0-9 баллов
Блиц-опрос «Ваше Здоровье»	0-1 баллов	28	17	8
	2-4 баллов	31	13	10
	5-6 баллов	3	2	1

Отчёт
о реализации социального проекта «Мы за здоровый образ жизни!»
разработанного учителем биологии и химии
МБОУ ООШ № 19
Филоненко Галиной Леонидовной

Разработан и реализован в период с 1 сентября по 30 марта 2022-2023 учебного года на базе школы МБОУ ООШ №19, численностью 138 человек,

Представление проекта было осуществлено на 7 апреля 2023 г.

Актуальность темы.

На современном этапе проблема профилактики здоровья детей является одной из самых актуальных.

В школьном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего, гармонического развития личности.

Валеологическое образование невозможно без изучения строения человеческого организма. Наш многолетний опыт педагогической работы показал, что кроме создания благоприятных условий для развития здорового ребенка, необходимо сформировать у школьников новый «пласт» знаний по валеологии и способствовать приобщению детей к здоровому образу жизни средствами инновационных технологий.

Проблема охраны здоровья детей в школе стоит очень остро. Анализ состояния здоровья наших учащихся показал, что в классе залогом хорошего самочувствия детей является физическое развитие, закаливание, профилактика заболеваний.

По данным Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации, только 10% школьников относится к числу здоровых, 50% имеют патологию, а 40% - относятся к группе риска. Школьный (7-18) возраст является периодом особенно интенсивного обучения, имеющего большое значение для дальнейшего развития личности, поскольку все последующие фазы развития основаны на этой стадии, и именно идеи педагогики оздоровления в младшем и среднем школьном возрасте должны занимать ведущее место в учебном процессе начальной школы.

Организм ребенка интенсивно растет и развивается, закладываются ценности здорового образа жизни.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 7 до 16-17 лет этой средой является школа, так как для

детей 80% времени его бодрствования связано именно со школой.

В этой связи перед школой встают задачи.:

- сохранить, поддержать, укрепить тот уровень здоровья, с которым ребенок приходит в образовательное учреждение;
- воспитать у ребенка ценностное отношение к собственному здоровью;
- обучить его основам здорового образа жизни.

Реализация данного проекта открыла следующую цель: расширение знаний социально-биологических и психологических основ ЗОЖ; создание условий в классе для полноценной работы по сохранению и укреплению здоровья детей, развитие наглядно-действенного мышления, стимулирование поиска новых способов решения практических задач при помощи различных идей; воспитание осознанного понимания экологической культуры человека, формирование ответственного отношения к сохранению здоровья как наиважнейшей ценности человека, общества, государства, залога комфортной, духовно наполненной жизни, продуктивной деятельности.

Реализация проекта осуществлялась согласно плана проекта в течение 6 месяцев. Наиболее значимые мероприятия это следующие: Конкурс рисунков «Я выбираю здоровый образ жизни»; Ролевая игра "Суд над вредными привычками"; Анкетирование и обработка результатов "Определите, правильно ли Вы питаетесь?"; Практикум "Определение частоты сердечных сокращений (пульса)", практикум "Первая помощь при несчастных случаях"; Экологическая ролевая игра. Дискуссия " Поезд Здоровья."

Итоги реализации мероприятий следующие, учитывая актуальность направления, данный проект может быть продолжен и расширен. Данный проект может быть использован или взят за основу классными руководителями любого класса для организации внеурочной деятельности. В целях повышения внимания школьников и их родителей к вопросам здоровья и здорового образа жизни, и формирование у учащихся представления об общих человеческих ценностях, здоровом образе жизни.

Учитель биологии и химии
Директор МБОУ ООШ №19



Г.Л.Филоненко
О. А. Коваленко

Отчёт
о реализации социального проекта «ЗЕМЛЯ наш общий дом!»
разработанного учителем биологии и химии
МБОУ ООШ № 19
Филоненко Галиной Леонидовной

Разработан и реализован в период с 1 сентября по 30 марта 2023-2024 учебного года на базе школы МБОУ ООШ №19, численностью 138 человек ,

Представление проекта было осуществлено на 24 мая 2024 г.

Актуальность данной работы связана с необходимостью формировать чувства ответственности за облик родного города и желание изменить его к лучшему.

Любой населенный пункт – это искусственно созданная и поддерживаемая человеком среда, в которой только от человека зависят чистота и порядок. Скопление во дворах строительного мусора, отсутствие экологической культуры у части населения, недопонимание значимости и важности чистоты и благоустройства речной зоны – признаки проблемы, выявленные в ходе работы. Кто-то относится к этому равнодушно, кто-то с сочувствием, кто-то при случае выходит на субботники по уборке территории. Однако проблема с каждым годом становится всё острее. Настало время подключиться к её решению.

Гипотеза проекта. Мы предполагаем, если каждый человек с детства научиться беречь и заботиться об окружающей среде, о природе родного края и о своей малой родине, приносить ей только пользу, а не вред, то экологическая обстановка улучшится.

Цель проекта: актуализировать внимание детей и взрослых к проблеме загрязнения улиц, озёр, способствовать формированию экологической культуры и твёрдого убеждения в том, что мусору место на свалке, а не на улицах и задворках

Практическая ценность данной работы заключается не только в акцентуализации внимания на проблеме экологии родного края, но и в возможности применения выводов и материалов исследования в быту. Жизнь обязывает нас уметь понимать природу и грамотно выходить из разных ситуаций.

Реализация проекта осуществлялась в следующих направлениях: Организационные мероприятия; Эколого-просветительские мероприятия; Практические природоохранные мероприятия; Исследовательская работа; Участие в природоохранных акциях.

Реализация проекта осуществлялась согласно плана проекта в течение 8 месяцев. Наиболее значимые мероприятия это следующие: мероприятия для учащихся устный журнал «Экологические проблемы Краснодарского края», уборка близлежащих территорий, посадка деревьев по улице Ленина, трудовой десант на детской игровой площадке станицы Фонталовской, изготовление скворечников, кормушек, благоустройство школьной территории (посадка саженцев, цветов, оформление клумб), оформление фотовыставки по теме "Уголки природы; социологический опрос населения станицы и учащихся школы по теме "Как вы считаете, кто больше мусорит?", активное участие в акции "Сбор макулатуры", "Утилизация батареек и пластиковых крышек", изготовление кормушек и скворечников", создание композиций в рамках акции "Подари ёлки жизнь", поделки из природного материала.

Главным итогом акции является не только чистая территория от мусора, но и возрастание гражданской активности людей, формирование любви к родному краю. У учащихся появилось несколько предложений для охраны природы и благоустройства станицы Фонталовской.

Данное направление воспитания учащихся основана на использовании регионального компонента, ориентирована на изучение проблем экологии Краснодарского края и Темрюкского района. Особенность состоит в комплексном и системном переходе к реализации целей и задач эколого-краеведческого и нравственно-эстетического воспитания и образования, т.к. разделить эти процессы в условиях сельской школы невозможно. Базовый уровень экологической культуры ориентирован не только на интегрированные знания о взаимодействии природы и общества, но и на реальный вклад каждого человека в решение экологических проблем Краснодарского края и Темрюкского района. Отдельные темы экологического воспитания, используются при формировании базового уровня знаний по предметам как естественно-научного цикла (биология, география, физика, химия), так и гуманитарного цикла (обществознание).

Учитель биологии и химии
Директор МБОУ ООШ№19



Г.Л.Филоненко
О. А. Коваленко