

название проекта: «МОЙ ЗОЖ»

время и место реализации проекта;
Сентябрь 2011 – настоящее время

Инициатор проекта:

СПбГМУ имени акад. И.П. Павлова

Контактное лицо:

Потапчук Алла Аскольдовна, декан факультета спортивной медицины д.м.н., профессор

Контактный телефон: 947-26-30, эл. почта: apotapchuk@mail.ru

Коллектив проекта

- Потапчук Алла Аскольдовна, декан факультета спортивной медицины д.м.н., профессор
- Василькова Алла Панфиловна, декан довузовской подготовки, к.п.н., доцент
- Гембель Татьяна Петровна, директор СОШ №197 Центрального района Санкт-Петербурга
- Сивас Наталья Викторовна, заведующая кафедрой физического воспитания и здоровья, к.п.н., доцент
- Старков Александр Васильевич, заведующий кафедрой мобилизационной подготовки и безопасности жизнедеятельности, к.м.н., доцент
- Эмануэль Юлия Владимировна, к.м.н., доцент кафедры клинической лабораторной диагностики с курсом молекулярной медицины
- Эмануэль Татьяна Сергеевна, помощник проректора по учебно-воспитательной работе

КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

Проект нацелен на привлечение внимания школьников, педагогов, родителей и широкой общественности к проблеме формирования здорового образа жизни, а также воспитание культуры здоровья у молодежи за счет проведения ряда воспитательно-образовательных мероприятий по культуре здоровья учащихся образовательных школ Санкт-Петербурга силами сотрудников и студентов СПбГМУ. Так, в рамках проекта за 2011-2012 учебный год:

- проведен городской конкурс идей и фотоматериалов «МОЙ Здоровый образ жизни», инициатором и организатором которого выступил СПбГМУ имени акад. И.П.Павлова, а участниками более 500 учащихся 5-8х классов из 90 общеобразовательных школ различных районов Санкт-Петербурга. Конкурс был объявлен в октябре 2011г, разработано и опубликовано в интернете положение о проведении конкурса. Учащимся различных школ города предлагалось прислать фотоматериалы по различным номинациям: здоровый досуг, правильное питание, двигательная активность, здоровая одежда, психологическое состояние, здоровое общение, ценности, здоровая семья, целеполагание, интеллектуальное развитие, творчество, комплексное понятие здоровья. Членами жюри были выделены 50 финалистов. После торжественного награждения школьники и их родители, пришедшие на церемонию, разошлись по творческим мастер-классам.

- проведена Неделя здоровья: «Моя будущая профессия» в СПбГМУ имени академика И.П.Павлова, в которой приняли участие 120 учащихся 10-11-х классов средней образовательной школы № 197 Центрального района Санкт-Петербурга, 15 преподавателей и 10 студентов факультета спортивной медицины СПбГМУ имени академика И.П.Павлова. Проект был направлен на осуществление профориентации школьников, получение знаний в области безопасности жизнедеятельности и здоровьесбережения в целом, формирование приверженности к здоровому образу жизни. С этой целью учащиеся школы в дни студенческих каникул прослушали цикл лекций преподавателей Университета, адаптированных для школьников, посетили в течение недели занятия по безопасности жизнедеятельности на кафедре мобилизационной подготовки СПбГМУ имени акад. И.П.Павлова. Преподаватели вуза провели экскурсии по музейным фондам СПбГМУ. В финальный день было проведено интерактивное тестирование по итогам Недели здоровья, творческий конкурс видеороликов по ЗОЖ и спортивные соревнования школьников в бассейне Университета.

Примечательно, что школьники-участники проекта были поделены на группы, кураторство над которыми взяли на себя студенты СПбГМУ. Таким образом, был реализован принцип наставничества, позволивший повысить эффективность воспитательной деятельности.

Проект получил живой отклик как со стороны образовательных учреждений, так и со стороны студенческой и педагогической общественности СПбГМУ.

Примечательно, что все мероприятия носят комплексный и регулярный характер.

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

Здоровье – главная ценность жизни, занимающая самую высокую ступень в иерархии потребностей человека. В то же время оно является одним из ведущих условий успешного социального и экономического развития общества. Формирование здорового образа жизни – государственно важная задача, вызванная снижением уровня здоровья и физического состояния современной молодежи. Ситуацию усугубляют большие психоэмоциональные нагрузки во время обучения в вузе, отсутствие навыков личной гигиены, режима дня, полноценного питания, наличие вредных привычек и, в большинстве случаев, знаний о важности и необходимости двигательной активности, а значит и умений в этой области.

Сегодня одним из основных понятий здоровья является понятие культуры здоровья. Под культурой здоровья понимается осознанное восприятие здоровья как ценности и самомотивация к здоровому образу жизни. При этом здоровье рассматривается в единстве соматического, психологического, социального, нравственного и творческого аспектов. Согласно данным ВОЗ, именно образ жизни в максимальной степени влияет на состояние здоровья человека, следовательно, необходимо обучать население ведению здорового образа жизни, а также повышать их мотивацию.

Одна из основных функций воспитательно-образовательного процесса – сделать знания учащихся по здоровому образу жизни не только доступными, но и жизненно необходимыми. Годы обучения в школе совпадают с этапом биологического, физического, психического и социального формирования и являются благоприятными для усвоения основ здорового образа жизни, а в дальнейшем для формирования устойчивой мотивации к постоянному самосовершенствованию.

В медицинском вузе складываются наиболее благоприятные условия не только для формирования устойчивых навыков здорового образа жизни и мотивации к постоянному самосовершенствованию, но и к подготовке специалистов в области здорового образа жизни, профилактики и реабилитации заболеваний.

Таким образом, актуальность проекта подтверждают следующие аспекты:

- негативная статистика состояния здоровья учащихся (заболеваемость, пропуски занятий),
- негативная статистика по образу жизни населения (сниженная двигательная активность, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня, нездоровый досуг, растущие факторы риска);
- значимость здорового образа жизни, культуры здоровья,
- актуальность волонтерской деятельности как основы активной социальной позиции молодежи,
- отсутствие системы эффективного взаимодействия между учреждениями, занимающимися различными аспектами в сфере здоровья участников образовательного процесса

АНАЛИЗ СИТУАЦИИ, ПРЕДШЕСТВУЮЩИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Перед началом проекта было проведено пилотное исследование мнения сотрудников образовательных учреждений (администрации, педагогов) о возможности реализации и актуальности проекта. Были получены следующие результаты. 97 % респондентов выразило глубокую заинтересованность в проекте. В то время как 3 % опрошенных сотрудников ГОУ считают, что реализация проекта накладна в связи с необходимостью бюрократических согласований (в том числе, с родителями учеников). Преимущества данного проекта, по мнению респондентов, распределились следующим образом: 35 % видят в данном проекте квалифицированную помощь, 20 % оценили междисциплинарный подход к проблеме (медицина + педагогика), 40% респондентов отметили крайнюю необходимость в социальном партнерстве и волонтерской помощи ГОУ.

Кроме того, в рамках проекта было проведено исследование мнения самих школьников. Так, 80 % школьников отметили большую значимость мнения взрослых в вопросах здоровья. 73 % школьников будут рады общению с молодыми людьми в рамках уроков здоровья и других мероприятий по ЗОЖ.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

Основная цель проекта – формирование культуры здоровья у молодежи СПб – школьников города и студентов СПбГМУ посредством разработки, инициирования и реализации регулярных воспитательных и образовательных мероприятий по культуре здоровья силами студентов и преподавателей СПбГМУ.

Проект решает целый ряд задач:

- формирование культуры здоровья у молодежи (студентов и школьников),
- обеспечение преемственности между школой и вузом,
- активизация волонтерской деятельности, наставничества и социальной позиции молодежи,
- квалифицированное содействие образовательным учреждениям в вопросах здоровьесберегающей деятельности,
- усиление межведомственного взаимодействия (педагогика, медицина) и другие.

Принципы проекта

Принципы целесообразно подразделить на общие, здоровьесберегающие, образовательные и внутриорганизационные.

№ п/п	Группы принципов	Характеристика принципов
1. Общие принципы		
1.1.	Принцип комплексности	- единовременный охват широкого круга показателей, методик и технологий, - интеграция усилий медицины и педагогики, - реализация целого спектра мероприятий
1.2.	Принцип динамичности	регулярность мероприятий и анализа результатов
1.3.	Принцип целостности	- обеспечение понимания здоровья как комплексной характеристики, включающей физическое, социальное, психологическое, духовное и интеллектуальное здоровье. - единство образовательного и воспитательного процессов; - непрерывность образовательной и воспитательной деятельности для формирования личности учащегося
2. Здоровьесберегающие принципы		
2.1.	Валеологический принцип	формирование условий для усвоения школьниками определенных медико-биологических знаний и умений, соответствующих физиологическим особенностям возраста
3. Образовательные принципы (реализуются в рамках мероприятий)		
3.1.	Принцип развивающего	- активизация деятельности школьника, направленной на «добывание» знаний и открытие нового (реализуется в рамках мероприятий);

	образования	- актуализация личностно значимых мотивов, побуждающих к деятельности
3.2.	Принцип психологической комфортности	формирование атмосферы доброжелательности, готовности к работе и проявлению творчества
3.3.	Принцип творчества	развитие творческих способностей с учетом возрастных особенностей познавательной деятельности детей, а также индивидуальных качеств личности
3.4.	Принцип многообразия методов и форм обучения	применение в образовательно-воспитательном процессе методов интерактивного обучения, основ проектной и исследовательской деятельности
4. Внутриорганизационные принципы		
4.1.	Принцип совместной профессиональной деятельности	- построение открытой здоровьесозидающей образовательной среды как коллективного продукта деятельности всех участников образовательного процесса (как со стороны общеобразовательных школ, так и со стороны СПбГМУ); - командное взаимодействие (кооперация) специалистов
4.2.	Принцип сетевого взаимодействия	- выстраивание взаимосвязей между всеми участниками проекта; - создание единого информационно-коммуникационного пространства
43	Принцип социального партнёрства	- усиление общественно-государственного сотрудничества

МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Проект объединяет в себе несколько подпроектов:

- Неделя здоровья «Моя будущая профессия»,
- Городской конкурс идей и фотоматериалов «МОЙ Здоровый образ жизни»,

Инициатором данных подпроектов выступает СПбГМУ. Мероприятия носят систематический и регулярный характер и направлены на формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни у населения СПб – школьников и студентов.

№	Мероприятие	Результат
1. Подготовительные мероприятия		
1.1	Выделение приоритетных направлений реализации проекта	Разработанные и принятые подпроекты
1.2	Формирование команды	Кадровый план
1.3	Детальная проработка подпроектов	Принятые подпроекты
2. Неделя здоровья «Моя будущая профессия»		
2.1	Подготовительные мероприятия: планирование мероприятий: лекционных, спортивных, экскурсионных, конкурсных, тестовых, итоговых	Разработанный план мероприятий
2.2	Закрепление зон ответственности	Кадровый план
2.3	Информирование вовлеченных сторон	Распространенная информация о планируемом мероприятии на сайтах
2.4	Проведение всех мероприятий согласно плану	Реализованные мероприятия
2.5	Анализ достигнутых результатов, подведение итогов	Тестирование, итоги конкурса видеороликов, итоги соревнования по плаванию
3. Городской конкурс идей и фотоматериалов «МОЙ ЗОЖ»		
3.1	Разработка и согласование положения	Согласованное положение о конкурсе
3.2	Распространение информации о конкурсе	Донесенная информация до образовательной общественности по всем основным каналам
3.3	Получение и систематизация работ	Работы школьников
3.4	Проведение экспертизы, выбор финалистов	Проранжированные работы участников
3.5	Проведение финала, торжественного награждение и мастер-классов	Состоявшийся финал конкурса

	4.Итог проекта	
3.1	Накоплен опыт деятельности по воспитанию культуры здоровья среди молодежи.	Создан сайт тиражирования опыта в области воспитания культуры здоровья Создано волонтерское молодежное объединение

Таким образом, в целом, реализация проекта предполагает прохождение следующих этапов:

Этап	Задачи этапа	Основное содержание работы	Планируемый результат	Документ, подтверждающий выполнение работ по этапу
1. Подготовительный	- детальная проработка проекта, - информирование о начале и особенностях проекта, - формирование команды, - установление дополнительных контактов, - определение образовательных учреждений	- определение ответственных лиц и зон их ответственности, - совместная постановка целей и разработка подробного календарного плана проекта, - поиск и привлечение партнеров проекта	- сформированная рабочая группа, - поставленные цели для каждого участника проекта, - установленные четкие сроки выполнения работ в рамках проекта, - полноценная программа проекта	- принятая рабочей группой полноценная программа проекта, - протокол совещаний, - список участников рабочей группы и их практическая роль в проекте
2. Организационный	- нормативно-правовое сопровождение проекта, - создание условий для реализации проекта	- разработка внутренних нормативных документов, - разработка и заключение совместных планов с привлеченными партнерами, - формирование системы мотивации рабочей группы, - агитационная деятельность	- наличие эффективно функционирующей на практике системы общей документации по тематике проекта - наличие первичных (исходных) данных	- документация по направлениям деятельности в рамках проекта
3. Внедренческий	- внедрение запланированных мероприятий проекта (согласно разработанному плану и поставленным задачам)	- проведение мероприятий со школьниками, - разработка и реализация акций по ЗОЖ,	- система успешно проведенных мероприятий согласно плану, - выпущенные фото- и видео-материалы по пропаганде ЗОЖ	- публикации в газете -благодарственные письма
4. Аналитический	- анализ полученных результатов, - обобщение итогов проекта	- мониторинг достигнутых результатов, - выявление аспектов, требующих улучшения	- сформированный аналитический отчет	аналитическая карта исследования: комплексные данные о результатах работы

5. <i>Заключительный</i>	- подведение итогов, - предоставление отчетности, - тиражирование опыта, - разработка плана развития проекта	- взаимодействие с заинтересованными лицами, - оформление, представление результатов, - ведение деятельности по развитию проекта, - организация тиражирования опыта	- признание и диссеминация результатов исследования	заключительный отчет о проведении исследования, план развития проекта
--------------------------	---	--	---	---

КРАТКИЙ SWOT-АНАЛИЗ ПРОЕКТА

	ВНУТРЕННЯЯ СРЕДА	
ВНЕШНЯЯ СРЕДА	S – сильные стороны - наличие высококвалифицированных специалистов, - наличие научно-методических разработок, - наличие материально-технической базы, - накопленный опыт деятельности по воспитанию культуры здоровья среди студентов и школьников, - созданное волонтерское молодежное объединение, - готовность со стороны администрации и коллективов ГОУ к осуществлению деятельности совместно с СПбГМУ, - наличие разработанного и созданного сайта для тиражирования опыта в области воспитания культуры здоровья (www.1beg.org), - наличие опыта привлечения финансирования для деятельности по воспитанию культуры здоровья	W – слабые стороны - постепенная смена педагогического коллектива и студентов-волонтеров, - затруднение в оценке результатов таких показателей, как «ценностная ориентация», - негативные стереотипные установки участников образовательного процесса
	O – возможности - наличие инновационных учреждений в данной сфере, - перспективы развития и расширения проекта посредством интеграции с другими вузами и ГОУ, - актуальность тематики здоровьесбережения в социальной политике РФ	T – угрозы - необходимость бюрократических согласований, - наличие негативного внешнего воздействия на уровень культуры здоровья школьников

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

- восприятие здоровья как осознанной ценности,
- соблюдение принципов здорового образа жизни,
- снижение заболеваемости и риска развития болезней
- построение системы сотрудничества и преемственности «Здоровый вуз – здоровая школа»,
- осуществление эффективного обмена опытом между учащимися и студентами, педагогами школы и преподавателями вуза.

Планируемая продукция в результате реализации проекта:

- методические рекомендации «Обучение здоровому образу жизни»,
- просветительские и пропагандистские материалы по культуре здоровья: плакаты, тематические календари по ЗОЖ, буклеты, листовки и т.д., готовые для тиражирования,
- социальный видеоролик «Здоровая одежда».

ЭФФЕКТИВНОСТЬ И СИСТЕМА МОНИТОРИНГА ЗА ХОДОМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Система мониторинга хода реализации проекта сводится к следующим основным аспектам:

Формирование рабочей группы с регулярными совещаниями, нацеленными на анализ эффективности и проводимыми по эффективной технологии и проведение анкетирования вовлеченных лиц

Таким образом, мониторинг осуществляется посредством:

- анкетирования,
- проективных методик,
- наблюдения, анализа статистических данных

Эффективность проекта

№	Параметры эффективности	Методы оценки
1. Количественные		
1.1	Снижение у учащихся пропусков занятий по болезни и прогулам на 35%	Анализ статистики посещения, анкетирования
1.2	Выявление 10 активных студентов для дальнейшей работы над собственными социальными проектами	Анализ статистики + пролонгированный анализ
1.3	Повышение общественного внимания к тематике здорового образа жизни на 10 %	Анализ статистических данных: участия в мероприятиях проекта, посещения сайта по культуре здоровья и т.д.
1.4	Тиражирование успешного опыта посредством выпуска 3 видеороликов, 2 презентаций, публикаций 2 статей в газете «Пульс»	Отзывы участников проекта
2. Качественные		
2.1	Усиление преемственности «школа-вуз»	Анализ характера и динамики социального партнерства СПбГМУ и ГОУ
2.2	Повышение культуры здоровья у школьников	Анкетирования, проективные методики
2.3	Привлечение организаций к сотрудничеству	Анализ динамики организаций-партнеров
2.4	Сплочение коллектива для достижения общей цели	Тренинговая программа диагностики
2.5	Повышение уровня удовлетворенности участников образовательного процесса	Анкетирование, проективные методики
2.6	Повышение уровня положительной информированности общественности о деятельности СПбГМУ	Анкетирования