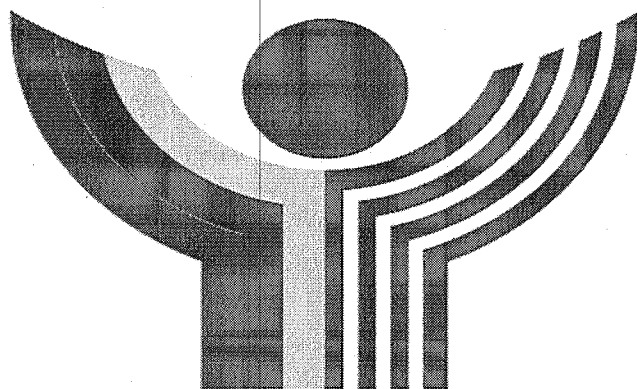


Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Департамента здравоохранения города Москвы
«Медицинский колледж № 1»
(ГБПОУ ДЗМ «МК №1»)

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ СТУДЕНЧЕСКИЙ ПРОЕКТ

« Я – Здоровье нации! »



Авторы проекта:

Коренева Мария Владимировна

студентка С-041 группы ГБПОУ ДЗМ «МК №1»

Подковыров Вячеслав Валерьевич

студент С-041 группы ГБПОУ ДЗМ «МК №1»

Координаторы и консультанты проекта

Рябчикова А.М. – старший методист ГБПОУ ДЗМ «МК №1»

Загреддинова З.М. – зам. директора по учебной работе ГБПОУ ДЗМ «МК №1»

Веселова Е.М. – преподаватель ГБПОУ ДЗМ «МК №1»

Москва, 2016 год

*«Кто рассчитывает обеспечить себе здоровье, пребывая в лени,
тот поступает так же глупо, как и человек, думающий
молчанием усовершенствовать свой голос»*

Плутарх

Краткая аннотация проекта

Данный студенческий проект посвящен одной из самых актуальных проблем современности – соблюдение здорового образа жизни. Здоровый образ жизни это ряд простых каждодневных правил, которые помогут любому человеку продлить жизнь и сохранить здоровье на долгие годы. Выполняя проект, мы постарались провести всесторонний анализ студентов нашего колледжа, оценить приверженность студентов нашего колледжа к здоровому образу жизни, узнать занимаются ли они спортом, выявить проблемы в соблюдении рационального питания, возможные негативные (вредные) привычки. Своим проектом мы хотим привлечь внимание других студентов нашего колледжа к вопросам их приверженности к здоровьесберегающему поведению, поделиться полученными результатами и замотивировать студентов к необходимости беречь свое здоровье.

Пояснительная записка

Одним из приоритетных направлений нашего государства и современного образования становится укрепление здоровья нации и особенно подрастающего поколения.

Проблема сохранения здоровья молодежи чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых подростков и юношей, увеличением числа имеющих хронические заболевания. Причины такого состояния – нарушение экологии, гиподинамия, состояние социальной среды, незнание своего организма.

Огромную роль в становлении человека как личности играет образ его жизни, который, в свою очередь, зависит от образа мышления и

сформированных жизненных установок. Из всех факторов, влияющих на здоровье человека, 50% приходится на организацию здорового образа жизни, по 20% - на генофонд и экологию, и лишь 10% - на медицинское обслуживание. Именно поэтому формирование здорового образа жизни ребенка имеет первостепенное значение.

Здоровый образ жизни должен стать потребностью каждого современного человека. В системе жизненных ценностей на первом месте должны стоять здоровье и необходимость его сохранения и укрепления.

Продукт проектной деятельности: анкета для проведения опроса студентов и мультимедийная презентация «Я - здоровье нации!».

Форма представления продукта проектной деятельности: выступление на городской студенческой научно-практической конференции «Здоровье нации – достояние России», представление проекта на конкурс ВСР колледжа ГБПОУ ДЗМ «МК №1».

Обоснование актуальности проекта

Здоровье непосредственно влияет на работоспособность и производительность труда, экономику страны, нравственный климат в обществе, воспитание молодого поколения, отражает образ и качество жизни. Важным профилактическим фактором в укреплении здоровья человека является здоровый образ жизни. Внимание к собственному здоровью, способность обеспечить индивидуальную профилактику его нарушений, сознательная ориентация на здоровье различных форм жизнедеятельности – всё это показатели общей культуры человека. В последнее время проблеме состояния здоровья студентов уделяется всё больше и больше внимания, так как в России 43% студентов имеют хронические заболевания. Также ухудшение

состояния здоровья населения приводит к существенным социально-экономическим потерям.

Анализируя состояние проблемы здоровья, в частности, студентов, видно, что система формирования здорового образа жизни существенно подорвана, а новая - только создается. Отсутствуют реальные социальные и экономические методики влияния на причины неблагоприятных сдвигов здоровья каждого человека и всей нации в целом. Ни для кого не секрет, что это одна из причин плохого отношения студентов к своему здоровью, к здоровому образу жизни, и это влечёт за собой негативные последствия.

Мы поставили перед собой вопрос, а сколько студентов нашего колледжа придерживаются здорового образа жизни, и что мешает им на их пути к здоровью и долголетию?

Ответ на этот вопрос мы нашли по ходу работы над проектом. Мы поняли, что в настоящее время, всего лишь одна треть студентов нашего колледжа ведет здоровый образ жизни, или как минимум придерживается некоторым его правилам.

Также, нам удалось выяснить, что именно мешает остальным студентам придерживаться правил здорового образа жизни и сохранять свое здоровье.