

Резюме проекта
«Марафон здоровья»

<p>Пояснительная записка</p>	<p>На сегодняшний день здоровье школьников, в особенности подростков, имеет тенденцию к ухудшению. Многие исследования врачей и гигиенистов убедительно показывают, что детей с I и II группой здоровья в 1 классе в три раза больше, чем в 11 классах. Даже выделяется группа так называемых «школьных» заболеваний, включающая в себя сниженное зрение, нарушения осанки, плоскостопие, заболевания желудочно-кишечного тракта и заболевания полости рта.</p> <p>На данную ситуацию влияет множество факторов, однако важнейший из них – отсутствие у школьников, их родителей и педагогов нацеленности на профилактику детских заболеваний.</p> <p>Проект «Марафон здоровья» призван мотивировать учащихся средних и старших классов вести здоровый образ жизни. Проект охватит педагогов, родителей и представителей медицинского сообщества с целью формирования движения, направленного на изменение ситуации, связанной со здоровьем пермских школьников. В каждом модуле будут детально рассмотрены отдельные аспекты предупреждения болезней или ведения здорового образа жизни. Проект позволит учащимся отказаться от вредных привычек, ответственно отнестись к своему здоровью и сформировать полезные навыки в целях его сохранения.</p> <p>Кроме того, проект повысит медицинскую грамотность родителей и педагогов, с которыми будут проведены лектории и интерактивные мероприятия. Итогом проекта станет серия инфографики о здоровом образе жизни и большая городская конференция «Здоровье школьников» с отдельными секциями для врачей, педагогов и родителей.</p> <p>Проект будет усилен участием крупнейших медицинских учреждений города, главным преимуществом которых является сложившийся коллектив высококвалифицированных медработников, а также современные технологии оздоровления и профилактики заболеваний как у детского, так и у взрослого населения.</p> <p>Студенты-медики и ординаторы-педиатры примут участие в составлении социальных паспортов школьного здоровья в школах-участницах и разработают предложения по мерам улучшения здоровья школьников.</p>
-------------------------------------	---

Цель проекта	<ul style="list-style-type: none">- создание устойчивого сообщества школьников, педагогов, родителей и врачей для пропаганды здорового образа жизни и профилактики заболеваний у учащихся;- повышение медицинской грамотности родителей и педагогов;- повышение имиджа профессии «школьный врач» среди студентов и ординаторов пермского медуниверситета;- повышение престижа медицинских организаций, занимающихся профилактической работой с населением Пермского края;- формирование бережного отношения к своему здоровью у всех участников школьного сообщества (педагогов, учащихся и родителей Перми) и снижение их заболеваемости;- профилактика «школьных» заболеваний у учащихся г. Перми;- составление «паспортов здоровья» школ-участниц проекта.
Суть проекта	<p style="text-align: center;"><u>МОДУЛИ для школ-участниц проекта</u></p> <p>Модуль «Здоровые игры»</p> <p>В рамках данного модуля учащиеся примут участие в играх и лекториях, на которых они познакомятся с основными аспектами здорового образа жизни и мерами профилактики заболеваний и вредных привычек.</p> <p style="text-align: center;"><i>Примерная тематика игр</i></p> <ul style="list-style-type: none">• «Пусть улыбка будет здоровой!» и почему надо заботиться не только о зубах• Домашняя аптечка со студентами-фармацевтами ПГНИУ: как собирать, как применять, как хранить• Питьевой режим – что это такое и как правильно пить воду• Правильное питание – это нескучно, а здорово и интересно• Репродуктивное здоровье девочек (отдельные мероприятия со студентами-медиками, гинекологом)• Психическое здоровье, качественный сон и режим дня: основа счастливой молодости и зрелости• Профилактика гиподинамии и красивая осанка• Зрение – почему оно ухудшается от первого класса к выпускному? <p>Модуль «Навстречу учителю»</p> <p>Педагоги большую часть времени проводят в школе, имея ограниченные возможности для двигательной активности, правильной организации питания и отдыха. Многие из учителей даже не задумываются о том, что необходимо достаточно внимания уделять своему здоровью. Лекторий «Навстречу педагогу» предполагает проведение для учителей познавательных встреч с</p>

	<p>врачами, которые расскажут об особенностях функционирования той или иной системы в организме и о способах профилактики заболеваний, а также обратят внимание на сроки выполнения ряда исследований, которые могут спасти жизнь.</p> <p><i>Примерная тематика встреч с педагогами</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Профилактика онкологических заболеваний• Чек-ап здоровья женщины и мужчины• Здоровье полости рта для сохранения долголетия, красивой внешности, здорового пищеварения и ясной речи• Сердечно-сосудистые опасности: почему болезни сердца до сих пор лидируют в причинах смерти трудоспособного населения• Движение – жизнь: почему так важно двигаться и делать зарядку• Психика педагога и неврозы: как спастись от выгорания и депрессии и сохранить ясность ума до глубокой старости <p>Модуль «Здоровье школьника в схемах»</p> <p>Как сделать так, чтобы лектории, на которых побывали участники проекта, стали доступны широкому кругу учащихся? Лучшее решение – инструкции в виде картинок и карточек, которые составят школьники – посетители лекций. Ребята пройдут мастер-классы по инфографике и создадут книжечки здоровья в схемах и картинках. Модуль предполагает жеребьёвку тематик инструкций среди участников и прохождение школьниками мастер-классов по инфографике. Работы детей будут размещены на сайте проекта и по возможности напечатаны в виде «Школьного дневника здоровья».</p>
<p>Партнёры проекта</p>	<ul style="list-style-type: none">- Министерство здравоохранения Пермского края;- Администрация г. Перми;- Пермский государственный медицинский университет им. ак. Е.А. Вагнера;- Пермский государственный национальный исследовательский университет;- Краевая детская клиническая больница;- Клиника «Эксперт»;- Стоматологическая клиника «Гутен Таг»;- Глазная клиника «3z»;- «Клиника неврологии»;- медико-педагогический центр «Лингва Бона»;- Аптечные сети «Планета здоровья» и «Пермфармация»

<p>Этапы реализации проекта</p>	<p>Январь 2023 г. – допроектная подготовка проекта (разработка регламентов и дорожной карты проекта, переговоры с соорганизаторами, набор школ-участниц, согласование расписания событий, разработка техзаданий модулей, встречи и осмотр всех площадок для посещения детьми, закупка необходимого инвентаря для реализации проекта, оргсобрания со школами-участницами и получение информированных согласий от родителей детей-участников)</p> <p>01.02.2023 – открытие проекта в формате просмотра фильма о подростках с последующим обсуждением полученной информации со школьниками</p> <p>Февраль, март 2023 г. – проведение «Здоровых игр» для учащихся и лектория «Навстречу педагогу» для учителей школ-участниц проекта</p> <p>Апрель 2023 г. – мастер-классы по инфографике для учащихся, создание школьниками инструкций, загрузка инструкций на сайт и подготовка фотовыставки к завершению проекта</p> <p>30.04.2023 – закрытие проекта в рамках торжественной церемонии «Переменим Пермь», выдача сертификатов и награждение участников</p> <p>Май – отчётный период по проекту</p>
<p>Сроки реализации проекта</p>	<p>Январь 2023 года – май 2023 года</p>
<p>Условия участия в проекте</p>	<p>10 школ – не более 15 участников из 6-8 классов от каждой школы (всего 150 участников), 5 участников (только девушки) из 9-11 классов (модуль «Репродуктивное здоровье») и 1 педагог-куратор</p>
<p>Контактная группа проекта</p>	<p>+7 (908) 254-55-53, nkhanova@mail.ru, Наталья Александровна Ханова, заместитель директора АНО ДПО «Центр проектов «Переменим»</p> <p>+7 (902) 641-39-71, Олег Юрьевич Пастунов, директор АНО ДПО «Центр проектов «Переменим»</p> <p>+7 (912) 884-88-98, Ирина Александровна Лялина, начальник коммерческого отдела</p>

Обращаем внимание, что при возникновении не зависящих от организатора (отдел проектов АНО ДПО «Переменим») обстоятельств список событий, мероприятий и партнёров проекта может меняться с сохранением всех обязательств и активностей проекта.