

**Региональный конкурс
на лучшие методические разработки классных часов**

Методическая разработка классного часа
«Житель Липецкой области – здоровый человек»,
посвящённая популяризации профилактических осмотров в
медицинских учреждениях для обучающихся 1-2 курсов организаций среднего
профессионального образования

Автор: Плаксина Татьяна Алексеевна,
преподаватель химии и биологии
ГОБПОУ «Елецкий колледж экономики, промышленности и
инновационных технологий»

2024 год

Содержание

1. Пояснительная записка	3
1.1. Тематическое направление.....	3
1.2. Тема (название) воспитательного мероприятия	3
1.3. Актуальность и обоснование выбора темы	3
1.4. Роль и место воспитательного мероприятия в системе работы классного руководителя (связь с другими мероприятиями, преемственность)	3
1.5. Целевая аудитория (с указанием возраста/класса)	3
1.6. Цель	3
1.7. Задачи	3
1.8. Планируемые результаты	4
1.9. Форма проведения воспитательного мероприятия и обоснование ее выбора	4
1.10. Воспитательные методы и приемы, используемые для достижения планируемых воспитательных результатов	4
1.11. Кадровые и методические ресурсы, необходимые для подготовки и проведения мероприятия	4
1.12. Материально-технические, информационные ресурсы	4
2. Основная часть.	
2.1. Описание подготовки воспитательного мероприятия	5
2.2. Описание проведения воспитательного мероприятия (сценарий, конспект, дидактическая карта мероприятия и др.)	5
3. Рекомендации по использованию методической разработки в практике работы классных руководителей	9

1. Пояснительная записка

1.1. Тематическое направление

Тематическое направление методической разработки воспитательного мероприятия: формирование культуры здорового образа жизни.

1.2. Тема (название) воспитательного мероприятия:

«Житель Липецкой области – здоровый человек!».

1.3. Актуальность и обоснование выбора темы

В настоящее время глубоко стоит проблема повышения мотивации студентов к здоровому образу жизни. Внеклассное мероприятие способствует всестороннему развитию обучающихся, развивает ответственность за собственное здоровье и здоровье своих близких.

Проведение диспансеризации – это одна из технологий медицинской профилактики по раннему выявлению заболеваний, факторов риска и их коррекции. Многие хронические заболевания на ранних стадиях протекают бессимптомно, в связи с этим раннее выявление начальных проявлений болезни или риск их развития способствует успешности проведенного в дальнейшем лечения. Диспансеризация как право российских граждан была введена в 2013 г. в рамках реализации программы «Здоровье».

1.4. Роль и место воспитательного мероприятия в системе работы классного руководителя (связь с другими мероприятиями, преемственность)

Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени обучающихся. Методическая разработка на тему «Житель Липецкой области – здоровый человек!» играет важную роль в системе работы классного руководителя. Классный час может быть приурочен к неделе здоровья.

Данное мероприятие развивает воображение, пространственные представления, позволяет посмотреть на значимость здоровья человека, с другой стороны.

1.5. Целевая аудитория (с указанием возраста/класса)

Методическая разработка может быть рекомендована для использования в учебно-воспитательном процессе для студентов 1-2 курсов (16-18 лет) среднего профессионального образования.

1.6. Цель

Цель данного мероприятия: формирование у студентов культуры здорового образа жизни, популяризации профилактических осмотров в медицинских учреждениях.

1.7. Задачи

Задачи:

обучающие: расширить знания студентов по теме здоровый образ жизни и диспансеризация населения;

развивающие: развивать умения работать в коллективе и в команде;

воспитательные: воспитывать ответственность студентов за собственное здоровье, потребность в соблюдении правил здорового образа жизни.

1.8. Планируемые результаты

Применяя данную разработку можно прийти к следующим результатам:

1. Желание студентов участвовать в проводимых мероприятиях:

-участие в выставках, конкурсах, проводимых для всех;

2. Интерес к ЗОЖ;

3. Улучшение грамотности обучающихся по вопросам здоровья;

4. Эффективное использование информационных технологий во внеурочной деятельности;

5. Формирование коммуникативных качеств обучающихся.

1.9. Форма проведения воспитательного мероприятия и обоснование ее выбора

Классный час «Житель Липецкой области – здоровый человек!» проводится в форме викторины, что способствует работе студентов в непринужденной обстановке. Участвуют 2 команды по 6-8 человек.

1.10. Воспитательные методы и приемы, используемые для достижения планируемых воспитательных результатов

Для достижения планируемых результатов применяются методы и приемы: словесные, проблемные наглядные, практические, рефлексивные.

1.11. Кадровые и методические ресурсы, необходимые для подготовки и проведения мероприятия

Для проведения внеклассного мероприятия необходима предварительная работа по подбору методической литературы, подготовки наглядного материала. Одним из источников получения информации является интернет.

1.12. Материально-технические, информационные ресурсы

При проведении мероприятия необходим мультимедийный проектор, экран, компьютер, бумага, ручки, презентация, карточки с заданиями.

2.Основная часть

2.1. Описание подготовки воспитательного мероприятия

1. Выбор темы мероприятия;
2. Составление предварительного плана мероприятия;
3. Ознакомление с методической и научной литературой по тематике мероприятия;
4. Составление окончательного плана и сценария мероприятия (методическая разработка мероприятия);
5. Приглашение гостей для проведения мероприятия;
6. Разработка презентации
7. Работа по подготовке к проведению мероприятия:
Оформление рабочей доски;
Просмотр презентации;
Расстановка столов;
Встреча участников и рассаживание за столы.

2.2. Описание проведения воспитательного мероприятия (сценарий, конспект, дидактическая карта мероприятия и др.)

- Здравствуйте, сегодня мы отправляемся в путешествие по станциям Здоровья. Здоровье – самая большая ценность человека. От того насколько бережно мы к себе относимся, зависит наше самочувствие на протяжении всей жизни.

1 станция «Разминка»

- Команды отвечают на вопросы одним словом, за правильный ответ – 1 балл

1. Что не купишь ни за какие деньги. (Здоровье).
2. Для нормального функционирования человеку необходимо в день 2,5 литров этого вещества. Что это? (Вода).
3. Как называется массовое заболевание людей. (Эпидемия).
4. Рациональное распределение времени в течение суток. (Режим).
5. Тренировка организма холодом. (Закаливание).
6. Какая жидкость переносит в организме кислород. (Кровь).
7. Как называется наука о чистоте. (Гигиена).
8. Мельчайший организм, переносящий инфекцию. (Микроб).
9. Добровольное отравление никотином. (Курение)
10. Этот русский полководец в детстве был очень слабым ребёнком, но он прекрасно закалил себя. Лучшим способом закали он считал русскую баню.

Там он выдерживал ужасный жар на полке, после чего на него выливали 10 вёдер холодной воды. (А.В. Суворов).

11. Назовите витамин, который вырабатывается в организме человека только под воздействием солнечных лучей. (Витамин Д).

12. В этом состоянии люди проводят треть своей жизни. Оно полезно и необходимо. Что это? (Сон).

13. Можно ли после бега сразу сесть, чтобы отдохнуть?

(Нет, нужно походить, чтобы кровь не застоялась в венах).

14. Она является залогом здоровья (Чистота).

15. У детей чаще, чем у взрослых, бывает искривление позвоночника и ног, однако они реже ломают кости. От какого вещества это зависит? (Кальций).

- Как важно сохранять свое здоровье, что нужно для этого делать? Ответы обучающихся.

- Сегодня мы поговорим о важности медицинских осмотров и диспансеризации.

- Ребята, сегодня у нас в гостях представитель отделения медицинской профилактики ГУЗ "Елецкая городская больница № 2" (поликлиника) ФИО

Выступление на тему «Диспансеризация и профилактический медицинский осмотр»

2 станция – «Ромашка»

- Продолжительность жизни измеряется годами, а её качество — здоровьем. Быть здоровым — естественное желание человека, и он рано или поздно задумывается о своём здоровье. Один мудрец сказал: «Здоровье человека во многом зависит от образа жизни, поведения и умения помочь себе и другим в трудных ситуациях». ЗОЖ - это способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья, это основа профилактики заболеваний. Давайте, вместе с вами определим составляющие элементы ЗОЖ.

Команды получают по «ромашке», в серединке которой аббревиатура «ЗОЖ».

На лепестках ромашки напишите составляющие, по вашему мнению, части понятия «здоровый образ жизни», на каждом лепестке по одному элементу ЗОЖ.

Подводятся итоги:

Итак, здоровый образ жизни составляют:

- отказ от вредных привычек (курение, употребление алкогольных напитков и наркотических средств);
- физическая активность;

- закаливание;
- рациональное питание;
- личная гигиена;
- положительные эмоции;
- оптимальный режим труда и отдыха;
- профилактический медицинский осмотр.

3 станция – «Найди соответствие»

- Медицинский осмотр – представляет собой комплекс медицинских вмешательств направленных на выявление патологических состояний, заболеваний и факторов риска их развития.

- Сопоставьте вид медицинского осмотра с целью его проведения. За каждый правильный ответ – 1 балл, максимальное количество баллов – 5.

Виды медицинских осмотров:	Цели проведения
1) Профилактический проводится 1 раз в 1 год.	А) Проводится перед началом рабочего дня (смены, рейса) в целях выявления признаков воздействия вредных и опасных производственных факторов, состояний и заболеваний, препятствующих выполнению трудовых обязанностей (алкогольное, наркотическое или иное токсическое опьянение и или их остаточное явление).
2) Предварительный	Б) Проводится по окончании рабочего дня, смены, рейса в целях выявления признаков воздействия вредных и опасных производственных факторов на состояние здоровья работников, острого профессионального заболевания отравления, а также признаков наркотического, алкогольного и иного опьянения.
3) Периодический	В) Проводится в целях раннего (своевременного) выявления состояний, заболеваний и факторов риска их развития, немедицинского употребления наркотических и психотропных веществ, а также в целях определения групп здоровья.
4) Предрейсовый, предсменный	Г) Проводится при поступлении на работу, в целях определения соответствия состояния здоровья работника получаемой ему работе, а также при приеме на обучения.
5) Послерейсовый, послесменный	Д) Проводится с установленной периодичностью в целях динамического наблюдения за состоянием здоровья работников, своевременного выявления начальных форм проф. заболеваний, ранних признаков воздействия вредных и опасных производственных факторов на состояние здоровья работников, в целях формирования групп риска, выявление медицинских противопоказаний к осуществлению отдельных видов работ. Частота в зависимости от места работы.

Ответ:

1	2	3	4	5
В	Г	Д	А	Б

4 станция – «Заверши пословицу»

Это конкурс пословиц о здоровье. На самом деле пословиц о здоровье — множество. Сейчас вы должны её закончить. За каждый правильный ответ — 1 балл, максимальное количество баллов — 10.

1. Забота о здоровье — лучшее... (лекарство).
2. Береги платье снову, а здоровье ... (смолоду).
3. Чистота — половина... (здоровья).
4. Болен — лечись, а здоров... (берегись).
5. Было бы здоровье, а счастье... (найдётся).
6. Кто спортом занимается, тот силы... (набирается).
7. Двигайся больше — проживёшь... (дольше).
8. Здоровье сгубишь — новое... (не купишь).
9. Смолоду закалиться — на век... (пригодится).
10. В здоровом теле... — (здоровый дух).

5 станция - «Анаграмма»

Ведущий: Это игра в слова. Командам предлагается разгадать по четыре анаграммы (слово, образованное перестановкой букв).

За каждый правильный ответ — 1 балл, максимальное кол-во баллов — 4.

ЦСПНДИАИСЯЕРАЗИ (диспансеризация)

БОРДЗВЕО(здоровье)

ЫЛНАИЗА (анализы)

ОЛЛИКНИПКАИ (поликлиника)

Подведение итогов, объявление победителей.

Награждение команд: вручение грамот.

- Мы очень надеемся, что вы сделаете правильный, здоровый выбор!

Не жди госпитализацию —

Пройди диспансеризацию!

Осмотр врачей всегда полезней —

Выяви начало своих болезней!

Помните: ваше здоровье - в ваших руках!

3.Рекомендации по использованию методической разработки в практике работы классных руководителей

Данная методическая разработка дает возможность обучающимся пополнить свои знания, глубоко вникнуть в изучаемую проблему, получить новые знания, что важно при формировании убеждения о здоровье, как о главной ценности человека.