

Государственное учреждение дополнительного образования  
«Пермский краевой центр «Муравейник»

(ГУ ДО «Пермский краевой центр «Муравейник»)

**Устюгова Елена Николаевна**

**Методические рекомендации по использованию рабочей тетради  
«Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье»**

Методическая разработка

Номинация: Методическая разработка по организации проектных, рабочих,  
творческих групп педагогов

Пермь, 2024

### **Аннотация**

Методическая разработка «Методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» является результатом участия в 2023 году в региональном социальном проекте «Здоровый образ жизни в моей семье» в рамках региональных проектов «Здоровье в промышленном городе» и «Школа – территория здоровья». Материалы созданы по заказу АНО ДПО «Пермский институт повышения квалификации работников здравоохранения».

Методическая разработка входит в учебно-методический комплект «Здоровый образ жизни в моей семье», включающий также рабочую тетрадь «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье». Она адресована педагогам общеобразовательных организаций Пермского края, кураторам учащихся 4-х классов - участников регионального образовательного проекта «Здоровый образ жизни в моей семье», а также их родителям (законными представителями).

Методические рекомендации разработаны с целью оказания методической помощи участникам проекта. Они включает практические советы по проведению семейной образовательной практики наблюдения за выполнением правил здорового образа жизни, оценке результатов, составления рекомендаций по сохранению и укреплению здоровья для всех членов семьи.

## Содержание

Пояснительная записка.....	4
Методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье»	
Введение .....	6
1. Организация семейной образовательной практики с использованием дневника наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье»	
1.1 Принципы образовательной практики .....	9
1.2 Планирование образовательной практики .....	9
1.3 Практическое значение результатов образовательной практики.....	12
Список литературы .....	14
Приложение 1. Презентация «Методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» краевого семинара по реализации социального проекта «Здоровый образ жизни в моей семье» 28.08.2023 .....	15
Приложение 2. Презентация занятия «Семейные традиции ЗОЖ» .....	16
Приложение 3. Семейная викторина «Семейные традиции ЗОЖ» .....	17
Приложение 4. Викторина «Движение – кладовая жизни» .....	18
Приложение 5. Презентация занятия «Здоровье и окружающая среда. Зима».....	19
Приложение 6. Рецензия на методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» .....	20
Приложение 7. Справка об участии в краевом семинаре по реализации социального проекта «Здоровый образ жизни в моей семье» в рамках региональных проектов «Здоровье в промышленном городе» и «Школа – территория здоровья» 28.08.2023 .....	21

### Пояснительная записка

В настоящее время медицинское сообщество Пермского края обеспокоено увеличением функциональных отклонений и хронических заболеваний у школьников, значительным приростом заболеваний системы кровообращения и щитовидной железы, бронхиальной астмы, язвенной болезни, сколиоза. Врачи также фиксируют высокую распространенность поведенческих и социальных отклонений среди детского населения. Работникам здравоохранения представляются актуальными образовательные проекты, нацеленные на просвещение населения в области здоровьесбережения, формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни в семье. Одним из таких проектов стал региональный социальный проект «Здоровый образ жизни в моей семье» в рамках региональных проектов «Здоровье в промышленном городе» и «Школа – территория здоровья». Проект был посвящен 300-летию г. Перми. Он реализовывался при поддержке Министерства здравоохранения Пермского края, Министерства образования и науки Пермского края и Союза «Пермская торгово-промышленная палата».

В рамках проекта творческим коллективом сотрудников АНО ДПО «Пермский институт повышения квалификации работников здравоохранения» была разработана рабочая тетрадь «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» для учащихся 4 классов общеобразовательных школ Пермского края. Затем перед разработчиками встали вопросы:

- Отвечает ли содержание рабочей тетради современным требованиям?

- Как методически обеспечить реализацию проекта в общеобразовательных организациях региона?

Поиск ответов на данные вопросы послужил основанием для сотрудничества с краевой заочной школой ГУ ДО «Пермский краевой центр «Муравейник». Условиями дальнейшей успешной реализации проекта стали:

- анализ и корректировка содержания рабочей тетради;

- разработка методических рекомендаций для педагогов общеобразовательных организаций, кураторов предполагаемых участников проекта - учащихся 4-х классов и их родителей (законных представителей) и формирование методического комплекта проекта.

Старшим методистом КЗШ (образовательный блок «Ноосфера») Е.Н. Устюговой было проанализировано и скорректировано содержание рабочей тетради, разработаны «Методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье».

**Цель** методической разработки – методическое сопровождение проектной деятельности педагогов общеобразовательных организаций Пермского края - кураторов проекта «Здоровый образ жизни в моей семье» и родителей (законных представителей) учащихся - участников проекта.

#### **Задачи:**

– ознакомить педагогических работников, родителей (законных представителей) с содержанием семейных образовательных практик наблюдения за выполнением правил здорового образа жизни, оценке результатов, составления рекомендаций по сохранению и укреплению здоровья для всех членов семьи, предусмотренных проектом;

– ознакомить педагогических работников, родителей (законных представителей) с планированием семейных образовательных практик ЗОЖ в рамках проекта;

– повысить мотивацию педагогов к творчеству через демонстрацию примеров образовательных практик, возможных в рамках реализации проекта (приложения 1 – 5);

– показать пути дальнейшего развития и возможности дополнительного образования для участников проекта.

Методическая разработка включает следующие разделы:

Введение.

1. Организация семейной образовательной практики с использованием дневника наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье».

- 1.1 Принципы образовательной практики.
- 1.2 Планирование образовательной практики.
- 1.3 Практическое значение результатов образовательной практики.

Список литературы.

Приложение 1. Презентация «Методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» краевого семинара по реализации социального проекта «Здоровый образ жизни в моей семье» 28.08.2023.

Приложение 2. Презентация занятия «Семейные традиции ЗОЖ».

Приложение 3. Презентация «Семейная викторина «Семейные традиции ЗОЖ».

Приложение 4. Викторина «Движение – кладовая жизни».

Приложение 5. Презентация занятия «Здоровье и окружающая среда. Зима».

Приложение 6. Рецензия на методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье».

Приложение 7. Справка об участии в краевом семинаре по реализации социального проекта «Здоровый образ жизни в моей семье» в рамках региональных проектов «Здоровье в промышленном городе» и «Школа – территория здоровья» 28.08.2023.

Актуальность методической разработки заключается:

– в эффективном использовании ресурсов и инструментов социального партнерства для развития методического обеспечения образовательных проектов в сфере здорового образа жизни;

– в создании оригинального методического продукта;

– в оказании методической помощи педагогам общеобразовательных организаций региона, родителям (законным представителям) в проектной деятельности, направленной на формирование семейной культуры здорового образа жизни;

Новизна методической разработки определяется применением технологий проектной деятельности творческим коллективом представителей краевого учреждения дополнительного профессионального образования и краевого учреждения дополнительного образования детей для формирования семейной культуры здорового образа жизни.

На методическую разработку «Методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» получена положительная рецензия доцента кафедры анатомии, физиологии, химии и безопасности жизнедеятельности ПГГПУ, к.б.н. Гавриловой И.Н. (приложение 6).

Методическая разработка «Методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» представлена на краевом семинаре по реализации социального проекта «Здоровый образ жизни в моей семье» в рамках региональных проектов «Здоровье в промышленном городе» и «Школа – территория здоровья» 28 августа 2023 г. (приложение 7).

## Методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье»

### Введение

Быстрые изменения экономических и социокультурных условий нашего общества определяют повышение значимости здоровья человека как показателя качества жизни. Вопросы охраны и развития здоровья детей, привития им ценностей здорового образа жизни позиционируются как приоритетные направления образовательной политики.

На сегодняшний день педиатрическое сообщество взволновано увеличением функциональных отклонений и хронических заболеваний у школьников. Наблюдается значительный прирост заболевания системы кровообращения и щитовидной железы, бронхиальной астмы, язвенной болезни, сколиоза. Кроме того, фиксируется высокая распространенность поведенческих и социальных отклонений [3].

Здоровый образ жизни необходимо формировать, начиная с детского возраста. Тогда забота о личном здоровье как основной ценности станет естественной формой поведения подрастающего поколения. Наиболее восприимчивы к различным обучающим и формирующим воздействиям дети младшего школьного возраста. В этот период происходят значительные изменения в их физическом и психическом развитии. Качественно преобразуется познавательная сфера, формируется личность, складывается сложная система отношений с взрослыми и сверстниками [1].

Первичная работа по формированию приверженности здоровому образу жизни детей младшего школьного возраста должна способствовать становлению адаптивной и целостной личности, способной противостоять неблагоприятным воздействиям социальной среды. Эффективной представляется неспецифическая модель профилактического воздействия - **модель улучшения здоровья**. В рамках данной модели основной целью является развитие жизненных навыков и компетенции у ребенка таким образом, чтобы он мог определять и контролировать условия, определяющие состояние здоровья, усиливать влияния благоприятных для здоровья факторов окружающей среды, содействовать его улучшению [2]. Поскольку достижение данной цели в наибольшей степени зависит от окружающей социальной среды, профилактические воздействия должны интегрировать систему воспитания образовательных организаций и семейное воспитание.

Это возможно через:

- вовлечение детей и их семейного окружения в образовательные события, направленные на формирование здорового образа жизни, в рамках рабочей программы по учебному предмету «Окружающий мир», программы внеурочной деятельности, дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы естественнонаучной направленности, рабочей программы воспитания, а также в рамках образовательных событий различного уровня, направленных на формирование у подрастающего поколения культуры здорового образа жизни;

- использование в работе образовательных технологий здоровьесберегающей направленности, в том числе:

- личностно-ориентированных (антропоцентрических) технологий, которые в центр образовательной системы ставят личность ребёнка, обеспечение безопасных, комфортных условий её развития и реализации природных возможностей;

- педагогики сотрудничества, создающей все условия для реализации задач сохранения здоровья учащихся;

- применение дидактических материалов:

- обеспечивающих комфортную адаптацию к образовательному процессу;

- поощряющих любопытство и интерес к знаниям;

- стимулирующих исследовательскую деятельность;

- создающих условия для сотрудничества в системе «семья - образовательная организация»;

- обеспечивающих индивидуальный подход к каждому школьнику.

Творческим коллективом сотрудников АНО ДПО «Пермский институт повышения квалификации работников здравоохранения» разработаны дидактические материалы в формате рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» для учащихся 4 классов общеобразовательных школ Пермского края.

**Цель** рабочей тетради – информационное и методическое обеспечение семейной образовательной практики наблюдения за выполнением правил здорового образа жизни, оценке результатов, составления рекомендаций по сохранению и укреплению здоровья для всех членов семьи.

**Задачи:**

- содействовать формированию у детей представления о здоровье как главной ценности жизни, о правилах здорового образа жизни;
- формировать умения различать поведение, способствующее сохранению здоровья и поведение, угрожающее здоровью;
- развивать интерес к деятельности, позволяющей реализовать потребности в здоровом образе жизни, признании, общении, получении новых знаний;
- содействовать формированию семейных ценностей, эмпатии, ответственности;
- содействовать формированию системы и механизмов совместной деятельности общеобразовательной организации и семьи по воспитанию культуры ЗОЖ.

Рабочая тетрадь «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» представляет собой дидактические материалы смешанного типа. Она включает информационный блок с учебными, справочными материалами об основных правилах здорового образа жизни и практический блок с заданиями для проведения наблюдений, рекомендованными формами для записи их результатов (таблица 1).

Таблица 1 - Содержание дневника наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье»

№	Информационный блок	Практический блок
1	Вводная часть	
1.1		Форма для заполнения сведений об учащемся, ведущем дневник наблюдений
1.2	Приветственное обращение составителей дневника наблюдений, обозначающее тематику дневника наблюдений, актуальность, практическую значимость семейной образовательной практики	
1.3	Как работать с дневником наблюдений?	Лайфхаки по работе с дневником наблюдений
1.3	Слагаемые здорового образа жизни	Семейный практикум «Портрет моей семьи» («медицинский осмотр» членов семьи)
3	Основная часть. Семейный практикум «А как в нашей семье?»	
3.1	Здоровое питание	Наблюдение за питанием, составление пирамиды питания членов семьи
3.2	Здоровый режим дня	Наблюдение за режимом дня членов семьи
3.3	Здоровое движение	Наблюдение за двигательной активностью членов семьи
3.4	Здоровая гигиена и закаливание	Наблюдение за соблюдением правил личной гигиены, выполнением закаливающих процедур членами семьи
3.5	Здоровое общение	Наблюдение за семейным общением

№	Информационный блок	Практический блок
3.6	Мониторинг состояния здоровья	Опрос о ежегодном прохождении медицинских осмотров, диспансеризации, посещении стоматолога, постановке профилактических прививок членами семьи
4	Заключительная часть. Семейный практикум «Выводы»	
4.1	Вопросы и основания для анализа результатов наблюдений и формулирования выводов	Анализ полученных результатов, обобщение, формулирование выводов, составление индивидуальных рекомендаций для укрепления здоровья членов семьи
4.2	Обращение составителей дневника наблюдений, мотивирующее на практическое применение рекомендаций для укрепления здоровья членов семьи	

Содержание дидактических материалов оформлено в виде лаконичных и доступных для понимания учащихся текстов, инструкций, списков, таблиц, схем. Пособие содержит достаточное количество разнообразного и эргономичного иллюстративного материала.

Таким образом, использование рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» для учащихся 4 классов общеобразовательных школ Пермского края в семейной образовательной практике по формированию здорового образа жизни является целесообразным и соответствует современным подходам к организации образовательного процесса.



## 1. Организация семейной образовательной практики с использованием дневника наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье»

### 1.1 Принципы образовательной практики

Основными принципами организации семейной образовательной практики с использованием дневника наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье», обеспечивающими её успешность и эффективность, являются:

- принцип добровольности,
- принцип этичности,
- принцип сотрудничества педагога, родителей (законных представителей) и учащихся,
- принцип сознательности и активности,
- принцип наглядности,
- принцип систематичности и последовательности,
- принцип прочности,
- принцип научности,
- принцип доступности,
- принцип связи теории с практикой,
- принцип педагогического управления и коррекции процесса практики.

### 1.2 Планирование образовательной практики

Семейная образовательная практика с использованием дневника наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» может быть реализована с учащимися и членами их семей в рамках рабочей программы по учебному предмету «Окружающий мир», программы внеурочной деятельности, дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы естественнонаучной направленности, рабочей программы воспитания, а также в рамках образовательных событий различного уровня, направленных на формирование у подрастающего поколения культуры здорового образа жизни. При этом особое внимание следует уделить вопросам планирования. Примерный план образовательной практики представлен в таблице 2.

Таблица 2 - План семейной образовательной практики с использованием дневника наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье»

№	Название мероприятия	Краткая характеристика мероприятия	Продолжительность мероприятия	Необходимые материалы и оборудование
1	Презентация семейной образовательной практики и дневника наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье».	Проводится в образовательной организации на встрече с родителями (законными представителями) учащихся, например, на родительском собрании, круглом столе, в формате родительской конференции, Дня здоровья, беседы и т.п. с последующим обсуждением.	Презентация - до 10 мин., обсуждение до 30 мин.	ПК, медиапроектор, экран, тематическая электронная презентация, дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье».

№	Название мероприятия	Краткая характеристика мероприятия	Продолжительность мероприятия	Необходимые материалы и оборудование
2	Вводный урок (учебное занятие) с учащимися в образовательной организации по теме «Слагаемые здорового образа жизни».	Включает презентацию дневника наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье», рекомендации по работе с ним.	До 45 мин.	Учебный класс, ПК, медиапроектор, экран, учебная электронная презентация, дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье».
3	Семейный практикум «Портрет моей семьи».	Включает опрос, определение антропометрических показателей, артериального давления, расчет индекса массы тела, заполнение таблицы «Портрет моей семьи».	1 день.	Ростомер, весы напольные, тонометр (для измерения соответствующих показателей можно обратиться в медицинское учреждение - поликлинику, центр здоровья и др.), калькулятор, дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье», пишущие принадлежности.
4	Семейный практикум «А как в нашей семье?»	Включает: – наблюдение за питанием, составление пирамиды питания членов семьи; – наблюдение за режимом дня членов семьи, составление отчета; – наблюдение за двигательной активностью членов семьи (выполнение утренней зарядки, количество пройденных шагов), заполнение отчетной таблицы;	21 день.	Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье», часы, шагомер, пишущие принадлежности, по выбору - цветные карандаши, фотоаппарат, цветной принтер, фотобумага, клеящий карандаш.

№	Название мероприятия	Краткая характеристика мероприятия	Продолжительность мероприятия	Необходимые материалы и оборудование
		<p>– наблюдение за соблюдением правил личной гигиены (принятие душа, чистка зубов), выполнением закаливающих процедур членами семьи, заполнение отчетной таблицы;</p> <p>– наблюдение за семейным общением (сколько времени члены семьи общались друг с другом, как проводили время вместе), заполнение отчетной таблицы, выполнение рисунков или оформление фотоотчета;</p> <p>– опрос о ежегодном прохождении медицинских осмотров, диспансеризации, посещении стоматолога, постановке профилактических прививок членами семьи, заполнение отчетной таблицы. Все наблюдения, опросы проводятся параллельно.</p>		
5	Цикл тематических уроков здоровья (учебных занятий).	Включает 21 урок здоровья (учебное занятие). Проводится параллельно с семейным практикумом. Темы уроков (учебных занятий) определяются в соответствии с тематикой семейного практикума и дневника наблюдений.	Продолжительность цикла - 21 день, продолжительность одного урока (учебного занятия) - до 45 мин. в зависимости от формы организации образовательного процесса.	Учебный класс, ПК, медиапроектор, экран, тематическая учебная электронная презентация, диагностические материалы, иные материалы и оборудование, предусмотренные

№	Название мероприятия	Краткая характеристика мероприятия	Продолжительность мероприятия	Необходимые материалы и оборудование
		Примеры тем: «Гимнастика для глаз», «Гимнастика для правильной осанки», «Скиппинг и здоровье», «Здоровое меню», «Витамины на грядке», «Природа и здоровье», «Фитотерапия», «Зоотерапия» и др.		технологическим и картами уроков здоровья (учебных занятий).
6	Семейный практикум «Выводы».	Включает анализ полученных результатов, обобщение, формулирование выводов, составление индивидуальных рекомендаций для укрепления здоровья членов семьи.	До 7 дней.	Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье», пишущие принадлежности.

### 1.3 Практическое значение результатов образовательной практики

Результаты работы с дневником наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье», рекомендации, составленные учащимися, должны быть использованы на практике, в совместной деятельности по укреплению семейного здоровья. Учащимся и членам их семей можно рекомендовать продолжить исследовательскую деятельность и мониторинг состояния здоровья с учетом выполнения составленных рекомендаций.

Для обобщения итогов участия в региональном образовательном проекте «Здоровый образ жизни в моей семье» учащимся рекомендуется оформить результаты работы с дневником наблюдений в виде исследовательской работы.

Руководителям и педагогам образовательных организаций, участвующих в проекте, рекомендуется запланировать участие в конкурсе исследовательских работ регионального проекта «Здоровый образ жизни в моей семье», включающем защиту исследовательских работ учащихся на следующих уровнях:

- уровень класса (детского объединения);
- институциональный уровень;
- краевой уровень.

Для участия в конкурсе педагогам, учащимся и членам их семей необходимо организовать совместную деятельность по подготовке и оформлению исследовательских работ, электронных презентаций, доклада (в соответствии с требованиями положения о конкурсе).

Учащиеся, проявившие интерес к изучению здорового образа жизни, желающие продолжить своё образование в данном направлении, могут принять участие в дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах, реализуемых муниципальными и краевыми образовательными организациями. Например, в ГУ ДО «Пермский краевой центр «Муравейник» реализуются дополнительные общеразвивающие программы:

- «Дорога к доброму здоровью». Адресат программы – учащиеся 5-11 классов, образовательный процесс организуется в форме краевой интернет-игры.

- «Экологи-исследователи». Адресат программы – учащиеся 7 – 11 классов. Образовательный процесс организуется в заочной форме с проведением учебных сессий. Программа предусматривает выполнение индивидуальной учебно-исследовательской работы в рамках секции «Экология человека» под руководством научного консультанта, защиту работы в рамках итоговой конференции учащихся.

Исследовательские работы, выполненные учащимися в рамках регионального проекта «Здоровый образ жизни в моей семье» могут быть представлены на конференциях, конкурсах, других образовательных событиях естественнонаучной направленности различного уровня.

### Список литературы

1. Аверин В.А. Психология детей и подростков: Учеб. пособие. - 2-е изд., перераб. - СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1998. - 379 с.
2. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний. //Под редакцией Ющука Н.Д., Маева И.В., Гуревича К.Г. - М.: Издательство «Перо», 2012. – 659 с.
3. Что может быть важнее здоровья наших детей? [Электронный ресурс]. URL: <https://oppk.permkrai.ru/novosti/?id=289473> (дата обращения: 22.04.2023).

Презентация «Методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» краевого семинара по реализации социального проекта «Здоровый образ жизни в моей семье» 28.08.2023  
<https://disk.yandex.ru/i/GLk6gUSJIG7Jg>



Презентация занятия «Семейные традиции ЗОЖ»  
<https://disk.yandex.ru/i/LOGHeaZqRuIZlg>





Презентация «Семейная викторина «Семейные традиции ЗОЖ»  
<https://disk.yandex.ru/i/Ck3LpRSR2QhxDw>



Викторина «Движение – кладовая жизни»  
<https://disk.yandex.ru/d/EwwJtRRs2RozFg>



Презентация занятия «Здоровье и окружающая среда. Зима»  
<https://disk.yandex.ru/i/bKFat0ItXvx2Rg>



## РЕЦЕНЗИЯ

на методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» старшего методиста ГУ ДО «Пермский краевой центр «Муравейник» Устюговой Елены Николаевны

Методическая разработка состоит из введения, трех разделов и списка литературы. Во введении сформулирована цель рабочей тетради, задачи, содержание дневника наблюдений, включающий информационный и практический блоки, указана практическая значимость рабочей тетради.

Первый раздел методических рекомендаций посвящен принципам образовательной практики.

Во втором разделе автор представил планирование семейной образовательной практики с использованием дневника наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье». Каждому запланированному мероприятию дана краткая характеристика, прописана его продолжительность и указаны необходимые материалы и оборудование.

Третий раздел содержит практическое значение результатов образовательной практики. Учащимся рекомендуется продолжение исследовательской деятельности и мониторинг состояния здоровья всех членов их семей. Особое внимание уделено организации совместной деятельности педагогов, учащихся и членов их семей по подготовке и оформлению исследовательских работ, презентаций, докладов, что способствует проявлению интереса к изучению здорового образа жизни у учащихся. Для желающих продолжить свое образование в данном направлении, предложены дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы, реализуемые муниципальными и краевыми образовательными организациями (например, в ГУ ДО «Пермский краевой центр «Муравейник»).

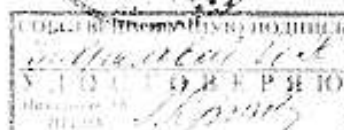
В целом методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Дневник наблюдений «Здоровый образ жизни в моей семье» составлены логично, выполнены на высоком методическом уровне и, несомненно, будут полезны как педагогам общеобразовательных организации Пермского края и кураторам учащихся 4 классов, так и их родителям.

Считаю обоснованным рекомендовать методические рекомендации Устюговой Е.Н. к использованию в образовательном процессе, а также рекомендовать материалы методической разработки к опубликованию.

Доцент кафедры анатомии,  
физиологии, химии и безопасности  
жизнедеятельности ПГГПУ, к.б.н.



Гаврилова Ирина Николаевна





Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования  
**«Пермский институт повышения квалификации  
работников здравоохранения»  
(АНО ДПО «Перм ИПК РЗ»)**

614095, г. Пермь, пр. Декабристов, 2 Тел. факс: (342)206-10-47 E-mail: [permipk@mail.ru](mailto:permipk@mail.ru)  
ОГРН 1145958001970 ИНН/КПП 5905995440/590501001

По месту требования

Справка.

Дана Устюговой Елене Николаевне, старшему методисту ГУ ДО «Пермский краевой центр «Муравейник», в том, что она 21.08.2023 выступила на Краевом семинаре по реализации социального проекта «Здоровый образ жизни в моей семье» в рамках региональных проектов «Здоровье в промышленном городе» и «Школа – территория здоровья» по теме: «Методические рекомендации по использованию рабочей тетради «Здоровый образ жизни в моей семье».

Ректор



к.м.н., проф. З.А.Коренчук