**ПРОЕКТ «ЗДОРОВЬЕ ПРОГРАММИСТА»**

**Пономарева М.М., Ананьева Е.Ю.**

БОУ ДО г. Омска «ГДД(Ю)Т»

programmers@rambler.ru

*Аннотация*: проект направлен на создание сайта, способствующего привлечению внимания людей, ведущих малоподвижный образ жизни, к проблеме собственного здоровья. В рамках проекта были проведены занятия по составлению интеллект-карт по основным рискам для здоровья людей, проводящих много времени за компьютером и гаджетами. На профильной смене по получению практических инженерных навыков была записана «видеообъясняшка» на заданную тему. На сайте описаны основные риски для здоровья и меры профилактики. В рамках проекта апробирована технология дистанционного обучения, изучены языки гипертекстовой разметки HTML и таблиц стилей CSS и создан сайт с использованием данных технологий. Получен опыт экспертной оценки сайтов по заданным критериям и опыт участия в апелляционных дебатах.

**Актуальность работы.**

Огромное количество современных людей большую часть своей жизни сидят. Мы сидим дома или на работе, в кино или театре, в кафе или в общественном транспорте. Все это приводит к гиподинамии, т.е. ослаблению мышечной деятельности организма в результате малоподвижного образа жизни. Она провоцирует возникновение у человека большого количества патологий, поражающих практически все внутренние органы и системы. И больше всего страдает сердечно-сосудистая система.

С другой стороны, ежегодно участвуя в оргдеятельностных проектах и конкурсной деятельности Роботландского сетевого университета, накоплен опыт сайтостроения по стандартам, изучены законы дизайна и юзабилити. Таким образом, появилась возможность и необходимость создания сайта, способствующего привлечению внимания людей, ведущих малоподвижный образ жизни, к проблеме собственного здоровья, который бы отвечал современным требованиям.

**Новизна работы** в том, что обобщена информация по основным рискам для здоровья людей, проводящих много времени за компьютером и гаджетами. К тому же мы научились делать сайты «вручную» без использования готовых движков.

**Цель работы -** разработка сайта по профилактике основных рисков для здоровья людей, проводящих много времени за компьютером и гаджетами, по современным стандартам веб-конструирования.

**Задачи в информационной области:**

1. выбрать и систематизировать информацию, которая может быть полезна людям
2. провести занятия в детском объединении программистов по составлению интеллект-карт по основным рискам для здоровья людей, ведущих малоподвижный образ жизни
3. записать «видеообъясняшку» на заданную тему во время проведения профильной смены по получению практических инженерных навыков.

**Задачи в области сайтостроения:**

1. изучить стандарты консорциума W3C в области веб-конструирования
2. изучить языа гипертекстовой разметки HTML, возможности каскадных таблиц стилей CSS
3. изучить основы веб-дизайна и юзабилити
4. подготовить текстовую и графическую информацию для размещения на сайте
5. создать и протестировать шаблон страницы сайта,
6. создать страницы по разделам и заполнить их подготовленной информацией.

Наша социально-значимая деятельность тесно связана с предметной деятельностью.

Проект был выполнен в процессе дистанционного обучения команды учащихся на курсе веб-конструирования Роботландского сетевого университета.

Характерные черты Роботландской школы:

1. Совместное обучение педагога и учащихся в рамках одной команды.  
   2. Турнирный цикл обучения.

3. Реальная социальная практическая польза проектов.

4. Перекрестные проверки работ.

5. Развитые вертикальные и горизонтальные связи.

6. Комфортная атмосфера общений с куратором.

7. Быстрые ответы на любые вопросы по теме курса.

8. Актуальная информационная поддержка курса.

Привлекательность курса по веб-конструированию для нашей команды:

1. Повысился интерес детей к занятиям в силу их конкурсной основы.

2. Более успешно был усвоен материал за счет перекрестных проверок  
   работ из других городов, участвующих в дистанционном обучении.  
3. Дополнительные обучающие ниши: работали в коллективе над проектом,  
   тренировали умение общаться и отстаивать свои права во время апелляций.  
4. Работали с сервисами Интернета.

Для анализа данного сайта и других сайтов использовался метод экспертной оценки, когда оценка проводилась по следующим критериям: дизайн, кодирование, содержание, грамматика, общая привлекательность. Данный сайт оценивали команды из других городов. Из 25-ти возможных баллов была поставлена оценка 24,4 балла.

Работа над сайтами в рамках данных конкурсов помогла развить проектные умения: презентационные, коммуникативные и экспертные. Учащиеся учились грамотно участвовать в компьютерных апелляциях, тактично отстаивать свою точку зрения, прислушиваться к мнению других команд. В процессе работы над сайтами учащиеся пользовались учебно-методическим комплектом Роботландского университета, могли обучаться самостоятельно в индивидуальном темпе.

В процессе дистанционного обучения в Роботландском университете полностью выполнялся алгоритм реализации проектной деятельности. Существовала четкая и отработанная в течение нескольких лет система оценки проекта в виде электронного пособия «Оценка сайта», четкие сроки и требования. Поэтому не было никакой неоднозначности и, соответственно, работа становилась эффективнее, а общение более деловым и конструктивным.

Использовано программное обеспечение: текстовый редактор PsPad и браузеры.

Отзыв о созданном нами сайте куратора курса Поповича Александра Борисовича: «Отличный сайт. Тема выбрана актуальная. Все, кто прочтёт, будут серьёзнее относиться и к работе за компьютером, и к своему здоровью. Похвально, что в работе использованы фотографии участников команды. Они очень удачно подчёркивают подробное описание каждого эпизода».

**Результат**

В результате создан сайт «Здоровье программиста», на котором представлены следующие разделы: Зрение, Нервы, Экология, Позвоночник, Гигиена, Авторы, Копилка. В каждом разделе описан риск для здоровья по данному пункту и меры профилактики.

В разделе Копилка можно найти ссылки на гимнастику для шейного отдела позвоночника, упражнения для людей, проводящих много времени за компьютером, на инструментальную музыку Баха, уравновешивающую ресурсы организма, ссылку на видеообъясняшку по факторам риска для здоровья. Планируется пополнение данного раздела полезной информацией.

Над сайтом работала команда учащихся творческой лаборатории «Проект К-16» Городского Дворца творчества: Шароглазова А.В., Громов Г.А., Аванесов Д.А., Хрушков А.И.

Сайт открыт для всеобщего доступа, он размещён в Интернете по адресу

<http://k16-omsk.ru/project/zdorovie/index.htm>