

Социальный проект «Мы - за здоровый образ жизни»

Название проекта: «Мы за здоровый образ жизни»

Направление проекта: содействие в сохранении и укреплении здоровья обучающихся, формирование навыков здорового образа жизни.

Руководитель проекта: Семикозова Ирина Васильевна, учитель начальных классов

Сроки проведения: 1.09.2012г-25.05.2013г.

Участники проекта: обучающиеся 4 «А» класса МБОУ СОШ №6 им.И.Т.Сидоренко, родители.

Ресурсы проекта:

Кадровые: классный руководитель, социальный педагог, психолог, вожатая.

Материально-финансовые: грамоты, канцтовары, мультимедиа аппаратура энциклопедии, справочники по теме, интернет, школьная библиотека.

Анализ ситуации и постановка проблемы:

Сегодня ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что успешность обучения в школе определяется уровнем здоровья, с которым ребенок пришел в первый класс. Малоподвижный образ жизни, многочасовое сидение у телевизора и компьютера, учебные перегрузки, отсутствие здорового образа жизни во многих семьях, неправильное питание, неблагоприятная экологическая ситуация, и ряд других факторов являются главными причинами резкого ухудшения здоровья детей. В связи с этим в число основных приоритетов современной школы входит – оптимизация образовательного процесса с целью сохранения физического, психического, духовно-нравственного здоровья обучающихся. Для решения данной проблемы, необходимо эффективными, несложными в применении приёмами и методами, обеспечивающими максимально полный охват обучающихся и в то же время не нарушающие учебного процесса в школе проводить мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей. Следует отметить, что только систематическое проведение оздоровительной работы с ребенком в школе и дома даст желаемый результат, поможет овладеть не только прочными знаниями, но и осознанными умениями, обеспечит формирования позитивных установок по охране своего здоровья.

Цель проекта: формирование и развитие у подрастающего поколения культуры здорового образа жизни, укрепление нравственных ориентиров и сохранение физического и духовно-психического здоровья школьников.

Задачи проекта:

- активная пропаганда здорового образа жизни;
- профилактика правонарушений, беспризорности и безнадзорности;
- стимулирование и поддержка деятельности школьного самоуправления;
- формирование и развитие социально-коммуникативных, творческих и организаторских навыков;
- повышение двигательной активности обучающихся;
- формирование потребности коллективной работы;
- воспитание активной жизненной позиции, ответственного отношении к своему здоровью.

Содержание проекта и сроки реализации:

	Название этапа	Форма работы	Сроки
1	<u>Подготовительный этап</u> - включает в себя планирование, оповещение актива класса, разработка планов дел. Подбор информации, сценариев по теме проекта.	Клубное занятие	Сентябрь
2	<u>Реализация проекта</u>		
2.1	Проведение утренней зарядки (ежедневно). Выбор физоргов.	Групповая	Сентябрь-май ежедневно
2.2	Проведение физминуток на уроках (физорги)	Групповая	Сентябрь-май ежедневно
2.3	Организация занятий на переменах («Танцевальные минутки», подвижные игры на свежем воздухе и др.)	Групповая	Сентябрь-май ежедневно
2.4	Чистота – залог здоровья (проветривание кабинета, генеральная уборка, мытье рук, опрятность...)	Групповая	Сентябрь-май ежедневно
2.5	Участие в спортивных мероприятиях школы. (Чирлидинг, Веселые старты, «Мама, папа, я – спортивная семья» и др.)	Групповая	Сентябрь-май ежемесячно
2.6	Реклама спортивных секций: «Мы и спорт»	Индивидуальная	Октябрь
2.7	Пропаганда здорового питания Конкурс «Кулинарные волшебники»	Клубное занятие, Индивидуальная	Ноябрь
2.8	Компьютер и здоровье. Зарядка для глаз. (режим работы)	Клубное занятие	Декабрь
2.9	Вредные привычки. Выпуск буклетов.	Клубное занятие	Январь
2.10.	Полезные привычки. Выпуск газет «Мы - за здоровый образ жизни»	Клубное занятие	Февраль
2.11	Конкурс рисунков «Мама, папа, я – спортивная семья»	индивидуальная	Март
2.12	Внеклассное мероприятие: «Чтоб здоровье сохранить, научись его ценить!»	групповая	Апрель
2.13	Участие в Дне Здоровья	коллективная	Май
2.14	Итоговое занятие. Конкурс на лучший лозунг, кричалку, стихотворение о ЗОЖ . Рефлексия	групповая	Май

Рефлексия – выбор обучающимися лучших мероприятий года «Мы за ЗОЖ» путём голосования.

Ожидаемые результаты:

- улучшение знаний детей о ЗОЖ;
- повышение мотивации к двигательной активности, здоровому образу жизни
- расширение опыта работы в классном коллективе;
- повышение уровня информированности о проблемах никотиновой, алкогольной и наркотической зависимости посредством проведения мероприятий, а также распространения буклетов, информационных листов, плакатов, рисунков;
- вовлечение в активную деятельность большого круга детей;

Отчет о реализации социального проекта «Мы за здоровый образ жизни»

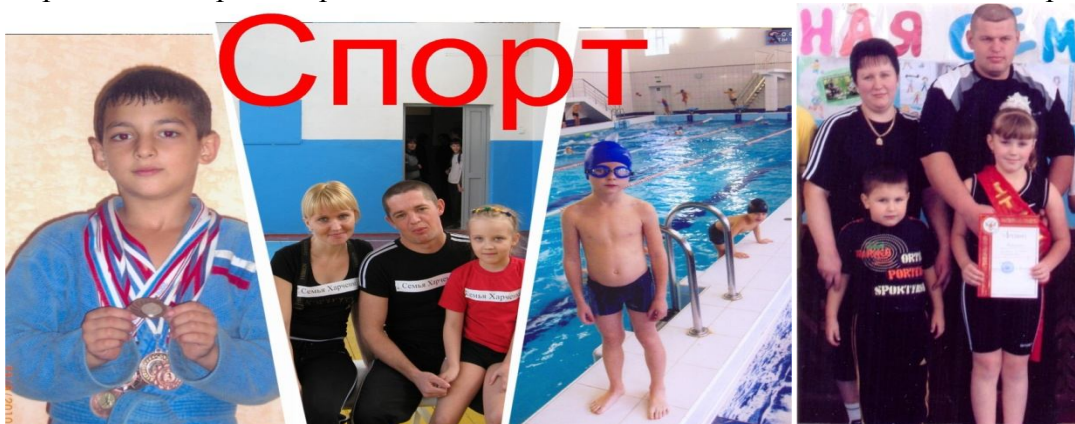
Участники проекта: учащиеся 4-а класса, классный руководитель: Семикозова И.В.

Цель проекта: формирование и развитие у подрастающего поколения культуры здорового образа жизни, укрепление нравственных ориентиров и сохранение физического и духовно-психического здоровья школьников.

Задачи проекта:

- активная пропаганда здорового образа жизни;
- профилактика правонарушений, беспризорности и безнадзорности;
- стимулирование и поддержка деятельности школьного самоуправления;
- формирование и развитие социально-коммуникативных, творческих и организаторских навыков;
- повышение двигательной активности обучающихся;
- формирование потребности коллективной работы;
- воспитание активной жизненной позиции, ответственного отношения к своему здоровью.

В течение всего учебного года проводились мероприятия, направленные на формирование представлений о здоровом образе жизни. Ребята готовили презентации тех видов спорта, которыми сами увлекаются. Это каратэ, дзюдо, теннис, баскетбол, легкая атлетика, футбол, спортивные и народные танцы, шахматы, чирлидинг... В нашем классе много чемпионов. Ребята приносили свои кубки, медали, приглашали тренеров, агитировали остальных заниматься спортом. Кроме того, дети активно участвовали во всех школьных спортивных мероприятиях, занимали призовые места. В соревнованиях «Мама, папа, я – спортивная семья», занимаем второй год подряд первые места среди параллели. Наши семьи- победители: Насильновы и Харченко.



В сентябре дети распределили поручения и физорги подбирали и разучивали комплекс упражнений для утренней зарядки, для физминуток. Каждый месяц эти упражнения менялись. Ребята не просто подбирали упражнения, но и поясняли, на что они направлены.



Цикл мероприятий был посвящен пропаганде здорового питания. Приглашали школьного фельдшера Власенко Л.Г., которая рассказывала о вреде продуктов, содержащих

красители, усилители вкуса и консерванты, о режиме питания. Дети готовили сообщения о пользе различных продуктов. В заключении провели конкурс «Кулинарные волшебники», на котором участники представили, оригинальные блюда из полезных ингредиентов. Победителем стала семья Харченко.



Актуальными были занятия, посвященные работе с компьютером. Были затронуты темы безопасности, временные ограничения, «Компьютерные игры – польза или вред?», разучили зарядку для глаз.



На наших занятиях мы говорили о пагубном влиянии вредных привычек на здоровье человека. Работая в группах, ребята готовили презентации на темы: « Курить – не только себе вредить», «Влияние алкоголя на организм человека», «Правда о наркомании». Школьный психолог провела тренинг: «Умей сказать нет!». Выработывали умение убеждать окружающих в необходимости отказа от вредных привычек. Дети участвовали в конкурсе рисунков, плакатов. Выпускали буклеты и раздавали знакомым, соседям, родителям, людям, у которых есть вредные привычки.

На итоговом занятии ребята писали мини-сочинения на тему: «ЗОЖ – это ...», в которых отразили основную мысль, что здоровье – это бесценное благо. Умение сохранить его в огромной мере зависит от самого человека. Каждый человек несёт ответственность за своё здоровье. Именно от него самого зависит его физическое и психическое состояние, а значит и продолжительность жизни. Ни один врач не может сделать для человека того, что он должен и может сделать для себя сам. Американский врач Кеннет Курер писал: «Наш организм создан для 120 лет жизни. Если мы живем меньше, то это вызвано не недостатками организма, а тем как мы с ним обращаемся». Французский писатель А. Декурсель советовал: «Самая лучшая привычка – это не иметь дурных привычек». Путем голосования выбрали лучшее мероприятие года «Мы за ЗОЖ».

После завершения работы над проектом учащиеся научились:

- ✓ Осуществлять сбор, анализ, систематизацию информации из разных источников;
- ✓ Работать как индивидуально, так и в группе;
- ✓ Расширить свои знания по данной теме;

Работа в проекте позволила проявить себя индивидуально или в группе, попробовать свои силы, приложить свои знания, принести пользу, публично показать достигнутый результат. Учащиеся приобрели опыт привлечения внимания к острой социальной проблеме. В результате проделанной работы, учащиеся пришли к выводу, что вредные привычки только наносят человеку вред – вред его здоровью, силам и положению в обществе. Курение, алкоголизм, наркомания и другие привычки тормозят развитие личности, останавливают человека на полпути и он может легко попасть в беду.

Учитель начальных классов
МБОУ СОШ №6 им.И.Т.Сидоренко _____ /И.В.Семикозова/

Директор МБОУ СОШ № 6
Им.И.Т.Сидоренко _____ /М.О.Карташева./

Рецензия
на социальный проект «Мы – за здоровый образ жизни»
учителя начальных классов МБОУ СОШ № 6
им. И.Т.Сидоренко
Семикозовой Ирины Васильевны

Самое ценное и важное в нашей жизни – это дети и их здоровье. В последнее время показатели здоровья детей ухудшаются. Согласно медицинским обследованиям, каждый 4-ый школьник страдает хроническими заболеваниями. Данный проект призван обеспечить пропаганду здорового образа жизни, формирования у учащихся ответственности за своё здоровье.

На занятиях кружка школьники приобретают знания о полезных привычках, о значении спорта в жизни человека, о различных спортивных секциях, о режиме питания, о полезных продуктах, о режиме работы с компьютером, о пагубном влиянии некоторых компьютерных игр на сознание, о гигиене, о полезных упражнениях для глаз и др.

Цель проекта: формирование и развитие у подрастающего поколения культуры здорового образа жизни, укрепление нравственных ориентиров и сохранение физического и духовно-психического здоровья школьников.

Задачи проекта:

- активная пропаганда здорового образа жизни;
- профилактика правонарушений, беспорядочности и безнадзорности;
- стимулирование и поддержка деятельности школьного самоуправления;
- формирование и развитие социально-коммуникативных, творческих и организаторских навыков;
- повышение двигательной активности обучающихся;
- формирование негативного отношения к вредным привычкам;
- воспитание активной жизненной позиции, ответственного отношения к своему здоровью.

Участвуя в проекте «Мы – за здоровый образ жизни», ребята смогли проявить себя, работая индивидуально и в группе, попробовать свои силы, приложить свои знания, принести пользу, публично показать достигнутый результат.

Учащиеся приобрели опыт привлечения внимания к острой социальной проблеме. В результате проделанной работы, учащиеся пришли к выводу, что вредные привычки только наносят человеку вред – вред его здоровью, силам и положению в обществе. Курение, алкоголизм, наркомания и другие привычки тормозят развитие личности, останавливают человека на полпути и он может легко попасть в беду.

Заместитель директора
по воспитательной работе
МБОУ СОШ № 6 им. И.Т.Сидоренко

М.В.Маслич