

БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОДА ОМСКА  
«ГОРОДСКОЙ ДЕТСКИЙ (ЮНОШЕСКИЙ)  
ЦЕНТР»

# Формула здоровья

старший методист: С.Л. Шебалина

*Принцип здорового образа жизни, принцип оптимальных физических нагрузок человек должен усваивать как элементы культуры в худшем случае со школьной скамьи, в лучшем - еще раньше, в семье, в детском саду...*

- долгосрочный (12 месяцев)
- исследовательско-творческий, практический
- реализация проекта при содействии с СКЦОП «Авангард» и ОРО ОГО «ВФСО «Динамо»
- участники: педагоги, дети и родители
- информация на сайте учреждения

## Задачи:

1. развивать личностный потенциал учащихся на основе социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения
2. развивать у учащихся стремление к сохранению и укреплению собственного здоровья
3. обогащать новыми знаниями учащихся и формировать представления о здоровом образе жизни;
4. укреплять взаимодействие педагогических коллективов образовательных учреждений г. Омска и родителей в целях сохранения здоровья детей
5. Вести просветительскую деятельность среди родителей по вопросам здорового образа жизни ребенка
6. укреплять сотрудничество с ОРО ВФСО «Динамо» и Омской областной общественной организацией (пенсионеров) г. Омска «Дети – сироты войны»

## Цель:

формирование личностной мотивации учащихся на сохранение и укрепление своего здоровья, социализация через интеграцию различных видов деятельности

# Концепция

Проблема здоровья детей остается актуальной. В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно педагог в состоянии сделать для здоровья современного учащегося больше, чем врач. Это не значит, что педагог должен выполнять обязанности медицинского работника. Просто должен работать так, чтобы обучение детей не наносило ущерба их здоровью. Решением проблемы может стать использование современных технологий.

Здоровьесберегающие технологии – это разработка и внедрение системы оздоровительных, профилактических и коррекционных мероприятий.

## Методы и формы работы:

педагогическая мастерская, семинары, практикумы, консультации, мастер-классы, беседы, диспуты, круглые столы, конкурсы и соревнования.

# Результат:

**для детей:** осознание учащимися ценности здоровья и стремление приобщиться к ЗОЖ, потребность в получении систематической двигательной нагрузки, пополнение словарного запаса детей

**для педагогов:** создание условий для сотрудничества педагогов, проявление интереса к укреплению партнёрских связей и преемственности; создание базы учебно-методических разработок по формированию ЗОЖ, размещение на сайте блока методических разработок, конспектов участников проекта.

**для родителей:** увеличение количества числа родителей, принимающих участие с детьми в праздниках, соревнованиях, экскурсиях, создании минипроектов и выставок творческих работ детей и родителей; размещение на сайте БОУ ДО г. Омска «ГорДЮЦ» [www.gordyuc.rf](http://www.gordyuc.rf) блока информации о реализации проекта.

## **Критерии оценки результатов проекта:**

1. количество участвующих детей в проекте в процентном соотношении к общему количеству воспитанников.
2. участие педагогов в процентном соотношении к общему количеству педагогического состава учреждения.
3. увеличение количества сертификатов и грамот в портфолио воспитанников в разделе «Мои достижения».
4. повышение уровня знаний о здоровом образе жизни на основе тестовых заданий

# Календарный план мероприятий

- беседа-презентация о принципах ЗОЖ и способах безопасного поведения «Мой выбор – здоровье».
- лично-командное первенство города по кроссу «Стрела», посвященном Дню знаний
- Проектирование плана педагогической мастерской «Игровой стретчинг как средство оздоровления и обеспечения физического здоровья детей

# Календарный план мероприятий

- Открытый показ для сотрудников и родителей воспитанников ДООУ «УГГ – основа здоровья и бодрости»
- Мастер-класс «Проведение ОРУ с предметами и без»
- Участие воспитанников ДООУ в лично-командном первенстве города по дартс «Меткий стрелок»
- Семинар-практикум "Путешествие на остров Правильной осанки"

# Календарный план мероприятий

- Деловая игра с учащимися «Быть хотим здоровыми»
- Педагогическая мастерская «Игровой стретчинг как средство оздоровления и обеспечения физического здоровья детей»
- Семинар-практикум «Город здоровья»
- Участие воспитанников ДООУ в городском конкурсе-игре «Моя любимая мама», посвящённом празднованию Международного Дня матери.



# Календарный план мероприятий

- КВН для учащихся и родителей «Кто крепок телом, тот богат и здоровьем и делом»
- Педагогическая мастерская «Игровой стретчинг как средство оздоровления и обеспечения физического здоровья детей»
- Участие воспитанников ДООУ в городских спортивных соревнованиях «Папа, мама, я – спортивная семья» в рамках проведения «Новогоднего семейного марафона»
- Семинар-практикум «Чудеса физкультуры: слабый станет сильным, больной – здоровым!»

# Календарный план мероприятий

- Беседа-практикум «Зимние виды спорта»
- Мастер-класс «Использование нестандартного оборудования для формирования потребности ЗОЖ»
- Выставка творческих работ учащихся и родителей «Безопасность зимой»
- Участие воспитанников БДОУ в лично-командном первенстве города по русским шашкам «Умники и умницы»

# Календарный план мероприятий

- Беседа-игра «Делу – время, а потехе – час»
- Участие в городском лично-командном первенстве по лыжным гонкам «Юный лыжник»
- Педагогическая мастерская «Игровой стретчинг как средство оздоровления и обеспечения физического здоровья детей»
- Семинар-практикум «Спортландия. Движение - путь к здоровью и успеху»

# Календарный план мероприятий

- Беседа «Осанка – стройная спина»
- Педагогическая мастерская «Игровой стретчинг как средство оздоровления и обеспечения физического здоровья детей»
- Семинар-практикум «Укрепляем стопы»
- Участие воспитанников БДОУ в первенстве города по пионерболу «Летающий мяч».

# Календарный план мероприятий

- Интегрированное занятие «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»
- Мастер-класс «Играй на здоровье!»
- Участие воспитанников ДООУ в лично-командном первенстве города по плаванию «Веселые рыбки»
- Круглый стол «Здоровье – путь к успеху»
- Семинар-практикум «День здоровья»
- Акция «Мой выбор – здоровье»
- Выставка творческих работ «Мы за здоровый образ жизни»
- Ежегодный конкурс детских проектов «Быть здоровым я хочу»
- Флеш-моб «Активная прогулка»

# Календарный план мероприятий

- Беседа – практикум «Летние виды спорта»
- Участие в городских летних финальных соревнованиях «Веселый малыш», посвященных Международному дню защиты детей
- Квест-игра «Ум и здоровье дорожке всего»
- Представление итогов работы педагогической мастерской «Игровой стретчинг как средство оздоровления и обеспечения физического здоровья детей»

## Ресурсы:

Сайт «Мир народной медицины»

Статья "Николай Амосов о беге и здоровом образе жизни -  
симптомы, причины, лечение»

<http://narodniymir.ru/13569-nikolay-amosov-o-bege-i-zdorovom-obraz-e-zhizni-simptomu-prichiny-lechenie.html>

Источник шаблона: Сайт: <http://elenaranko.ucoz.ru/>

Желаю здоровья  
и  
успехов в работе!

