

МКОУ СОШ №2 с УИОП пгт Восточный

# ПРОЕКТ

## «НА ПЕРЕМЕНУ ЗА ЗДОРОВЬЕМ».

**Участники проекта:**

Учащиеся 4«б» класса МКОУ СОШ №2 с УИОП пгт Восточный

**Руководители проекта:**

Бабинцева Светлана Викторовна, учитель начальных классов МКОУ СОШ №2 с УИОП пгт Восточный

Шмакова Елена Николаевна, педагог дополнительного образования МКУДО ДДТ Омутнинского района

# ПРОЕКТ «НА ПЕРЕМЕНУ ЗА ЗДОРОВЬЕМ»

Очень часто на уроках мы говорим о здоровье. Мы знаем, что здоровье - это самое главное в жизни. Важно заботиться о здоровье постоянно: и дома, и в школе.

В школе мы находимся половину дня, устаем от занятий. Что можем сделать мы, чтобы сохранять и укреплять своё здоровье в школе?

Проект «На перемену за здоровьем» поможет нам найти ответы на вопросы и научиться укреплять здоровье в школе.

# ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:

**Цель проекта:** научиться использовать переменны для сохранения здоровья.

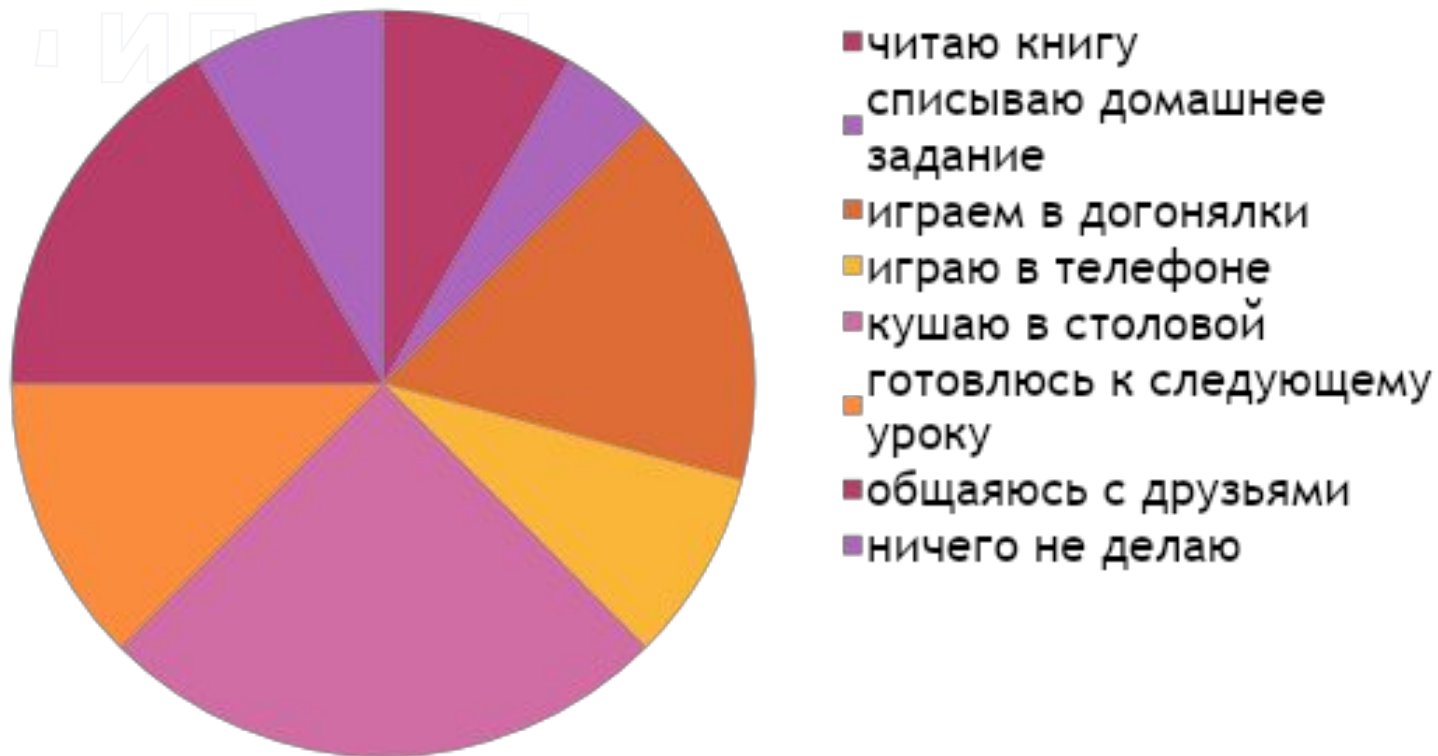
**Задачи проекта:**

1. Узнать способы сохранения здоровья на переменнах.
2. Научиться сохранять здоровье используя переменны.
3. Научить приемам сохранения здоровья на перемене учеников младших классов

**Сроки реализации проекта:** ноябрь-декабрь 2017 года.

# ПРОВЕЛИ ОПРОС

Мы спросили учеников начальной школы чем они занимаются в перемены.



Никто не занимается сохранением здоровья!  
Наверно они не знают как это делать?

# ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕРЕМЕН В ШКОЛЕ

1 урок

2 урок

3 урок

4 урок

5 урок

Завтрак  
у 1 и 2  
классов

Завтрак  
у 3 и 4  
классов

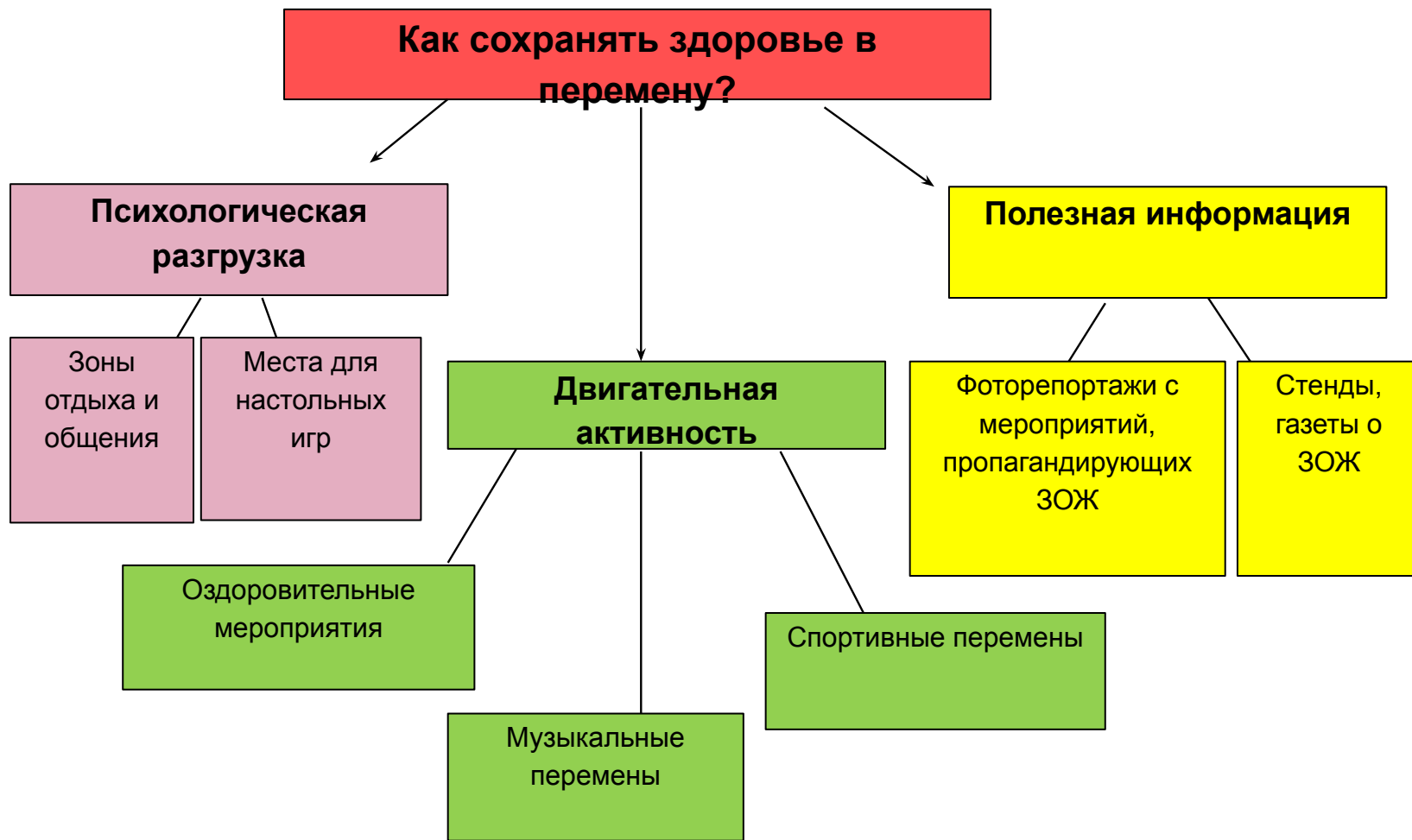
Обед у  
1 и 2  
классов

Обед у  
1 и 2  
классов

У каждого класса есть свободные перемены: до первого урока и еще по две между уроками. Их можно занять оздоровительными мероприятиями.

Заставлять участвовать в мероприятиях никого не надо, а надо сделать так, чтобы было весело и интересно, чтобы хотелось заниматься сохранением своего здоровья.

# ПУТИ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ



Обсудив пути решения проблемы, мы решили начать с организации двигательной активности

# ДЕЛИМСЯ НА КОМАНДЫ

Разделились на три команды. Каждая взяла своё направление:

- ⦿ организация оздоровительных мероприятий;
- ⦿ организация музыкальных перемен;
- ⦿ организация спортивных перемен.

# ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Первая команда  
решила начинать  
день с зарядки и  
научить всех делать  
профилактический  
самомассаж





# ОРГАНИЗАЦИЯ МУЗЫКАЛЬНЫХ ПЕРЕМЕН



Вторая команда решила в перемены разучивать танцы и организовать флешмоб

# ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНЫХ ПЕРЕМЕН



Третья команда решила подготовить мобильный спортивный инвентарь для использования в рекреациях и провести соревнования

# НАЧАЛАСЬ ПОДГОТОВКА



Подобрали музыку и комплекс упражнений для зарядки. Нашли в интернете самомассаж в стихах. Провели тренировки

# НАЧАЛАСЬ ПОДГОТОВКА



Нашли в интернете флешмобы для учеников начальных классов. Разучили, некоторые движения заменили более простыми. Чтобы все могли танцевать.



# НАЧАЛАСЬ ПОДГОТОВКА

Непростая задача - изготовить спортивный инвентарь.  
Решили, что изготовим инвентарь для игр на меткость «Кольцеброс» и «Попади в цель»



# СЛЕДУЮЩИЙ ЭТАП - ОБМЕН ЗНАНИЯМИ И УМЕНИЯМИ

Все команды познакомили учеников нашего класса с приемами сохранения здоровья.



Мы выучили веселую музыкальную зарядку. С удовольствием научились танцевать и провели турнир на самого меткого в классе.

# ДЕНЬ ДИНАМИЧНЫХ ПЕРЕМЕН В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Чтобы научить учеников начальной школы заботиться о своем здоровье мы приняли участие в Дне динамичных перемен



Провели зарядку



Научили танцевать  
флешмоб



# ДЕНЬ ДИНАМИЧНЫХ ПЕРЕМЕН В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ



Научили использовать наш спортивный инвентарь.  
Всем было весело и желающие играть стояли в очередь.



# ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОЕКТА

В конце мероприятия мы спросили учеников начальной школы

- Хотят ли они делать веселую зарядку по утрам?

Да ответили 96%, нет - 4%

- Будут ли разучивать с нами новые танцы и принимать участие во флешмобе?

Да - 87%, нет - 13%

- Будут ли тренироваться в меткости, используя наш спортивный инвентарь?

Да ответили 96%, нет - 4%

# САМООЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОЕКТА

Мы научились использовать переменны для сохранения здоровья. Это оказалось совсем не трудно, а даже весело и интересно.

Все команды ответственно отнеслись к работе над проектом. Мы научились договариваться, помогать друг другу. Получили опыт поиска нужной информации в интернете: изучали опыт других школ, подбирать музыку к зарядке, знакомились с видеозаписями флешмобов.

# ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ПРОЕКТА

Не все направления решения проблемы сохранения здоровья на переменах мы использовали. Интересно создать уголок психологической разгрузки и самим изготовить настольные игры. А затем оформить стенд или выпустить стенгазету, где рассказать о нашем опыте.

Еще появились идеи изготовить новый инвентарь для занятий спортом: линейку для прыжков в длину с места, гантели разного веса для силовых упражнений и др.

ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЛЮБУЮ  
ВОЗМОЖНОСТЬ ДЛЯ  
УКРЕПЛЕНИЯ СВОЕГО  
ЗДОРОВЬЯ.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!