

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.

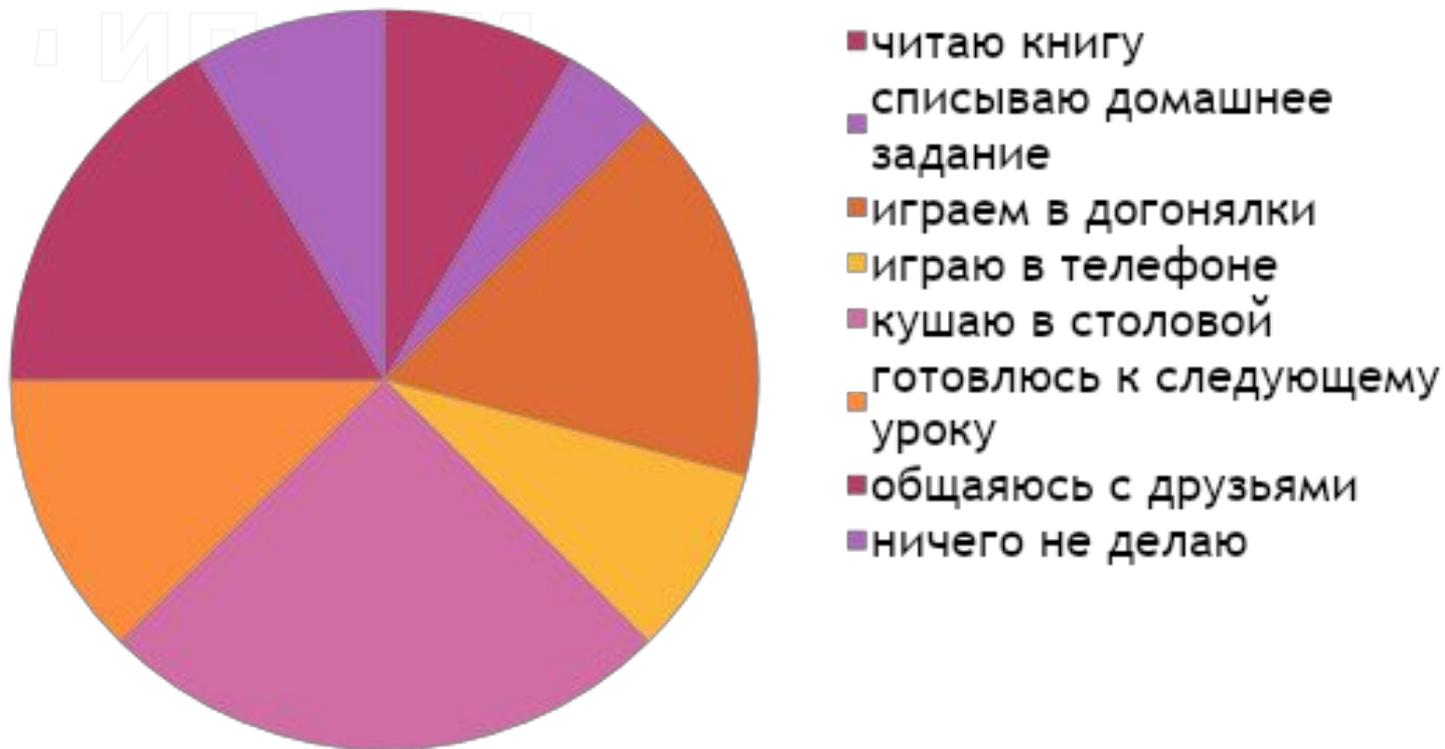
Задачи проекта:

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

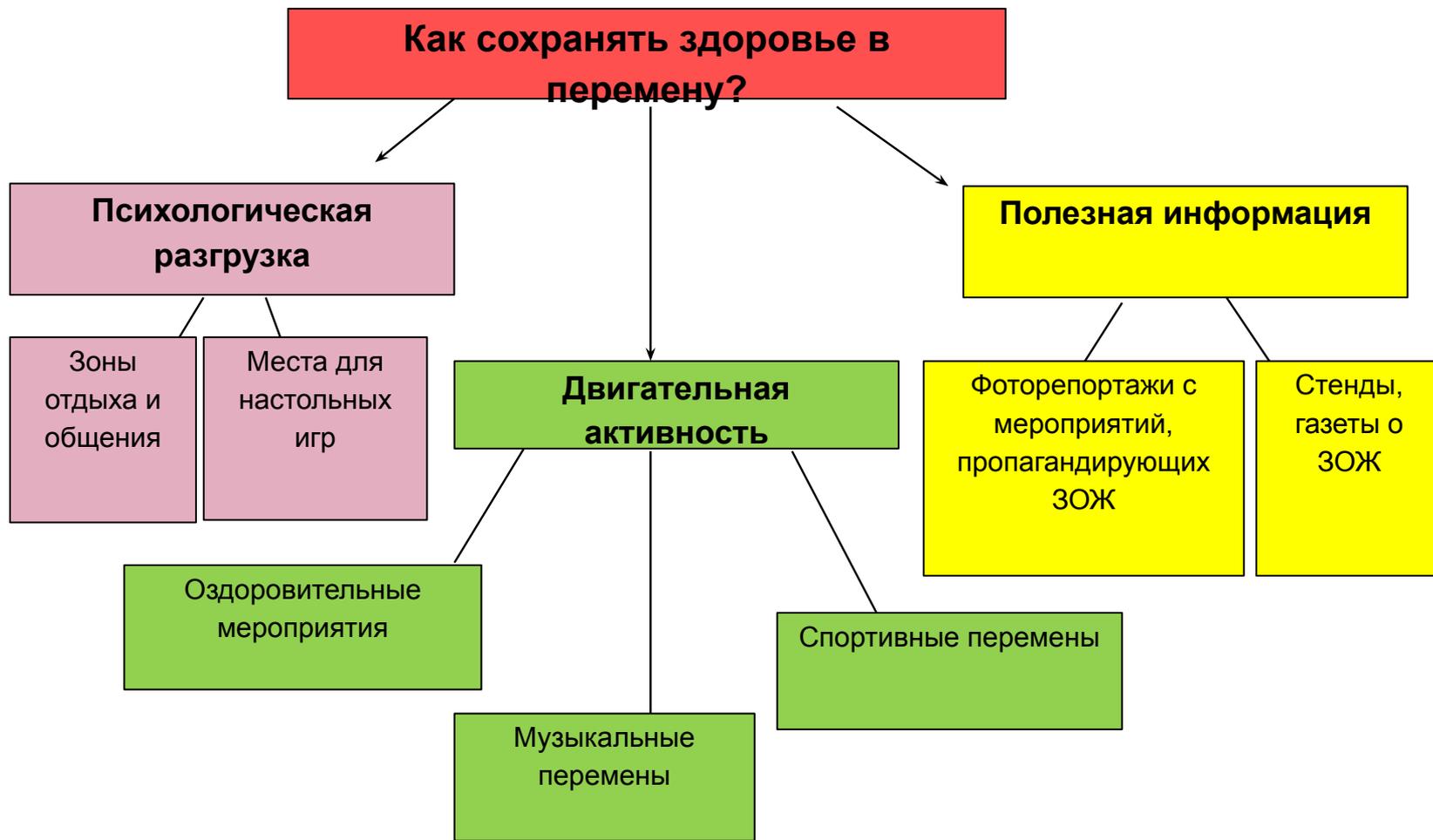
Обед у
1 и 2
классов

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

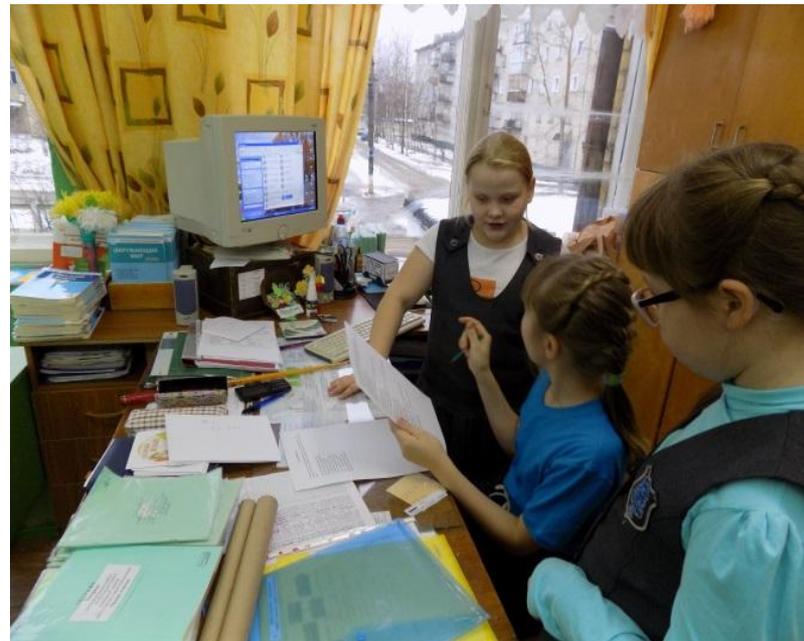
ДЕЛИМСЯ НА КОМАНДЫ

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!