

# Проект

## «Тренажеры –здоровье и красота»

**Ходырев**

**Юрий Васильевич,  
учитель физкультуры**

Государственное бюджетное образовательное  
учреждение для детей-сирот и детей, оставшихся без  
попечения родителей,

**Детский - дом №27**

Колпинского района Санкт-Петербурга

## Тема:

- Использование тренажеров в работе по физическому воспитанию со старшими школьниками во внеклассной работе.

# Задачи проекта.

- 1.4.1. Методические задачи:
- - определить формы работы со старшими школьниками, в которых применение спортивных тренажеров является наиболее эффективным;
- - определить наиболее рациональные методы и приемы использования тренажеров в работе со школьниками старшего возраста;
- - развивать и расширять круг задач, для решения которых целесообразно применение тренажеров;
- - отобрать критерии для определения эффективности оздоровительной работы с использованием тренажеров;
- - отработать систему взаимодействия педагогических и медицинских работников в процессе реализации проекта; - разработать рекомендации по осуществлению индивидуального подхода при использовании тренажеров с учетом состояния здоровья, уровня физического развития и физической подготовленности школьников;
- - разработать пакет методических материалов по данной теме.

# Этапы реализации проекта.

- **1-й этап – предварительный.**
- Подготовка пакета методических материалов (методика организации занятий с использованием тренажеров, комплексы упражнений, диагностические карты и т.д.).
- Определение минимально-необходимого набора тренажеров и их приобретение.
- Утверждение проекта на инновационном совете ДДШ №27.
- **2-й этап – апробирование системы работы в ДДШ №27.**
- Диагностика состояния здоровья, уровня физической подготовленности, тренированности и функционального состояния школьников.
- Практическая работа со старшими школьниками специалистами.
- Повторная диагностика, изучение и анализ эффективности занятий со школьниками с использованием тренажеров.
- Обобщение материала по итогам работы.

# Результаты.

- **3-й этап – распространение апробированной методики в школах г.Колпино.**
  - Подготовка к изданию методических материалов по результатам реализации проекта.
  - Презентация проекта.
  - Размещение материалов на сайте ДДШ №27.
  - 1.6. Механизм реализации проекта. Проект реализуется через систему кружковых занятий в тренажерном зале, (в части, формируемой участниками образовательного процесса).
  - Проектная группа под руководством учителя по физической культуре осуществляет реализацию проекта и отслеживает результаты в режиме мониторинга.
- В качестве результатов реализации проекта ожидается:
  - - отработанная методика использования спортивных тренажеров в работе со старшими школьниками;
  - - мониторинг физического состояния школьников по результатам работы;
  - - отчет об итогах реализации проекта, содержащий анализ хода реализации, достигнутых результатов, выявленных проблем, рекомендации по использованию тренажеров в массовой образовательной практике ДДШ №27;
  - - подготовленный цикл фотоматериалов, о возможностях и результатах использования спортивных тренажеров в работе со старшими школьниками.

# Процедура оценки эффективности результатов проекта.

- Целью проведения оценки результатов проекта является определение:
- - возможности достичь стратегической цели (повышение качества и эффективности оздоровительной работы в ДДШ №27) за счет предложенного оборудования и методики его использования на основе внедрения в образовательный процесс.);
- - направлений работы по совершенствованию используемых в проекте методических рекомендаций, их корректировка в плане большего соответствия условиям и возможностям массовой образовательной практики;
- . Предметом проводимой оценки станут:
- - методические рекомендации;
- - результаты диагностики физического состояния школьников;
- - программа повышения профессиональной компетентности педагогов по проблеме использования тренажеров в работе со старшими школьниками.

Общая стратегическая цель.  
Повышение качества и эффективности оздоровительной  
работы в ДДШ №27



