Здоровий спосіб життя –

це спосіб життєдіяльності людини,
метою якого є формування, збереження і зміцнення здоров'я

ПРОЕКТ учнів Вишневецької ЗОШ

НАШ КЛАС

ЗА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ

АКТУАЛЬНІСТЬ ПРОЕКТУ

ЗДОРОВ’Я – найвища соціальна цінність,
основна умова виконання людиною своїх біологічних, соціальних функцій,
фундамент самореалізації особистості.

Прийнято відокремлювати три рівні здоров’я:

БІОЛОГІЧНИЙ –

фізичне здоров’я, яке передбачає вдосконалення самореалізації організму,
покращення процесів функціонування і, як результат,
оптимальну адаптацію організму до умов побуту, праці, що змінюється,
та впливу зовнішнього середовища.

СОЦІАЛЬНИЙ –

здоров’я як міра соціальної активності людини, усвідомлення цінності життя.

ПСИХІЧНИЙ -

подолання хвороби.

Складові здорового способу життя

- Спосіб життя:
  - економічний (рівень життя);
  - соціальний (якість життя);
  - соціально – психологічний (стиль життя);
  - соціально – економічний (устрій життя).

- Рівень культури (знання повинні увійти у повсякденну звичку)

- Мотивування (цінувати здоров”я і протистояти шкідливим звичкам)

- Навчання здорового способу життя (приклад вчителів, батьків, заняття фізичною культурою)

Стан здоров’я людей залежить від таких чинників:

10% - від рівня медобслуговування;

20% - від спадковості;

20% - від довкілля;

50% - від способу життя.

Мета проекту

- Ціннісний розвиток особистості учнів, досягнення ними високого рівня освіченості й культури при збереженні та зміцненні стану організму;
- Виховання свідомого та дбайливого ставлення до власного здоров'я;
- Розвиток почуття відповідальності за життя нації;
- Профілактика вживання алкоголю та куріння серед підлітків;
- Розвиток вміння відмовитися від пропозицій, які шкодять здоров'ю;
- Залучення батьків до даної проблеми.

ЗАВДАННЯ ПРОЕКТУ

- ФОРМУВАННЯ В УЧНІВ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ;
- РОЗВИТОК ДУХОВНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ;
- ВСТАНОВЛЕННЯ ГАРМОНІЙНИХ ВЗАЄМИН З ПРИРОДОЮ, СУСПІЛЬСТВОМ, ПІЗНАННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СВОГО ОРГАНІЗМУ;
- ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ПРОФІЛАКТИКИ ЗАХВОРЮВАННЯ;
- ФОРМУВАННЯ ПРАВИЛ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ;
- ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПОДОЛАННЯ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК;
- ПРИЩЕПЛЕННЯ НАВИЧОК ОСОБИСТОЇ ГІГІЄНИ;
- ВИХОВАННЯ КУЛЬТУРИ ПОВЕДІНКИ В ПОВСЯКДЕННИХ ТА ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ;
- ПРАВИЛЬНА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОЗВІЛЛЯ.

ПЕРСПЕКТИВНИЙ ПЛАН ПРОЕКТУ
НА 2012 – 2018 НАВЧАЛЬНІ РОКИ

Навчальний рік, клас	Виховні заходи	Робота з батьками	Відповідальний
2012- 2013 н.р. 6 клас	•«Здоровим будь!» •Змагання « Тато, мама і я - спортивна сім'я » •«Погода в класі» •«Здоров'я дітей – здоров'я нації»	•Батьківські збори »Фізичний розвиток дитини та шляхи його вдосконалення» •Поїздка з батьками на екскурсію в м.Київ •Екскурсія на природу	1.Класний керівник 2.Батьківський комітет класу
2013 – 2014 н.р. 7 клас	•Раціональне харчування – запорука здоровэя» •«Здорова дитина – щаслива родина» •«Дружні стосунки» •Подорож «Історія походження тютюну» •Зустріч з фахівцями ФАПУ	•Анкетування батьків »Шкідливий вплив паління» •Тренінг по профілактиці тютюнопаління •Похід дітей з батьками	•Практичний психолог •Класний керівник •Батьківський комітет класу •Педагог - організатор
2014 – 2015 н.р. 8 клас	1.«Спілкування з дорослими» 2.«У твоїх руках здоров'я і життя» 3.« Немає нешкідливого тютюну!»	1.Спортивні змагання за участю дітей та батьків 2.Похід дітей з батьками 3.Батьківські збори на тему:»Тато, мама і я – здорова сім'я»	1.Класний керівник 2.Батьківський комітет класу 3.Педагог - організатор
2015 – 2016 н.р. 9 клас	1.«Нікотин і нікотиноманія» 2.«Палити – здоров'ю шкодити» 3.«Здоров'я людини – здоров'я природи» 4.«Радіація і здоров'я» 5.Зустріч з фахівцями ФАПУ	1.Батьківські збори на тему: » Підлітковий період, його особливості» 2.Похід дітей з батьками	1.Класний керівник 2.Батьківський комітет класу 3.Педагог - організатор
2016 – 2017 н.р. 10 клас	1.Забруднення продуктів харчування та питної води, його вплив на здоров'я людини» 2.Чим небезпечний туберкульоз 3.«Суд над цигаркою»	•Батьківські збори « Ми - старшокласники» •Спортивні змагання «Батьки проти дітей»	•Класний керівник •Батьківський комітет
2017 – 2018 н.р. 11 клас	1.Психологічні тренінги 2.«За майбутнє без СНІДУ» 3.«Обери життя без наркотиків» 4.Зустріч з лікарями	1.Круглий стіл за участю батьків і дітей: «Що для вас дав проект?»	•Класний керівник •Батьківський комітет класу

Учасники проекту – учні
Вишневецької загальноосвітньої школи,
класний керівник Ганус Іван Миколайович,
вчителі – предметники, батьки

1. Бовт Надія
2. Борсук Іван
3. Бутич Маргарита
4. Даниленко Катерина
5. Калатіна Марина
6. Камінська Юлія
7. Ковалівський Владислав
8. Лях Ростислав
9. Оніщенко Олександр
10. Ричка денис
11. Сергієнко Руслан
12. Цікал Рувим
13. Чугунова Вікторія
14. Шупта Юлія

ТВОРЧІ ГРУПИ

З МЕТОЮ ПІДГОТОВКИ ШКОЛЯРІВ ДО МАЙБУТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ,
ЗГУРТУВАННЯ КОЛЕКТИВУ ДЛЯ ПОДАЛЬШОЇ РОБОТИ НАД ПРОЕКТОМ,
КЛАС ПОДІЛЯЄТЬСЯ НА ТВОРЧІ ГРУПИ І ПРАЦЮЄ ПО НАПРЯМАХ:

“Я І ДОВКІЛЛЯ”

“Я І ХАРЧУВАННЯ”

“Я І СПОРТ”

“Я І ШКІДЛИВІ ЗВИЧКИ”

“Я І ГІГІЄНА”

Виховні години
Конкурси
Круглі столи
Методи та форми роботи
Батьківські збори
Бесіди
Анкетування
Зустрічі з фахівцями

МИ – за здоровий спосіб життя

П Р А В И Л А для УЧНІВ:

1. Виробити негативне ставлення до шкідливих звичок;
2. Формувати почуття самоповаги;
3. Виховувати гуманність і моральність;
4. Навчитися об’єктивного ставлення до невдач;
5. Підняти рейтинг фізичної культури;
6. Вчитися корисно проводити вільний час, мистецтву спілкування;
7. Навчитися міжособистісних відносин та взаємоповаги і розуміння в родині.

УСЕ, ЩО РОБИТЬСЯ З ЛЮБОВ'Ю І РАЗОМ З ДІТЬМИ, ПРИРЕЧЕНО НА УСПІХ

ТЕРМІН ДІЇ ПРОЕКТУ : 2012 - 2018 роки (6 років)

ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ:

- спільний творчий пошук шляхів становлення здорового способу життя;
- оволодіння учнями знаннями, вміннями, навичками, технологіями формування та розвитку здорового способу життя;
- формування в учнів здатності до спільної роботи та творчого саморозвитку

районний конкурс "МОЛОДЬ ОБИРАЄ ЗДОРОВ'Я"

день здоров'я

У здоровому тілі патріотичний дух