

**Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №40**

**ПРОЕКТ
«ЕСЛИ ХОЧЕШЬ –
БУДЬ ЗДОРОВ!»**

ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Авторы: ученики 2 класса.

Образовательное учреждение: МБУ школа №40

Год разработки проекта: 2012-2014 учебный год.

Вид проекта: информационный, коллективный, долгосрочный.

Учебные предметы: изобразительное искусство, окружающий мир, русский язык, литературное чтение, физическая культура.



**ПРОБЛЕМА: ПОЧЕМУ
УЧАЩИЕСЯ 2 КЛАССА «Г» ЧАСТО
БОЛЕЮТ.**

**Цель: выяснить
причины
заболеваний и
помочь
устранить эти
причины.**



ЦЕЛИ:

- 1) Способствовать сохранению и укреплению здоровья обучающихся;
- 2) Формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- 3) Формировать здоровьесберегающую среду, способствующую развитию личности школьника.



ЗАДАЧИ ПРОЕКТА: ОБЕСПЕЧИТЬ ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ У УЧАЩИХСЯ

- к стремлению заботиться о своём здоровье;
- к умению вести здоровый образ жизни.



РЕСУРСЫ

ТРУДОВЫЕ: УЧАЩИЕСЯ 2 КЛАССА «Г



Информационные:

1. Инциклопедии.

2. Журналы «Здоровый образ жизни»,
«Комнатные растения».



Форма презентации: компьютерная.



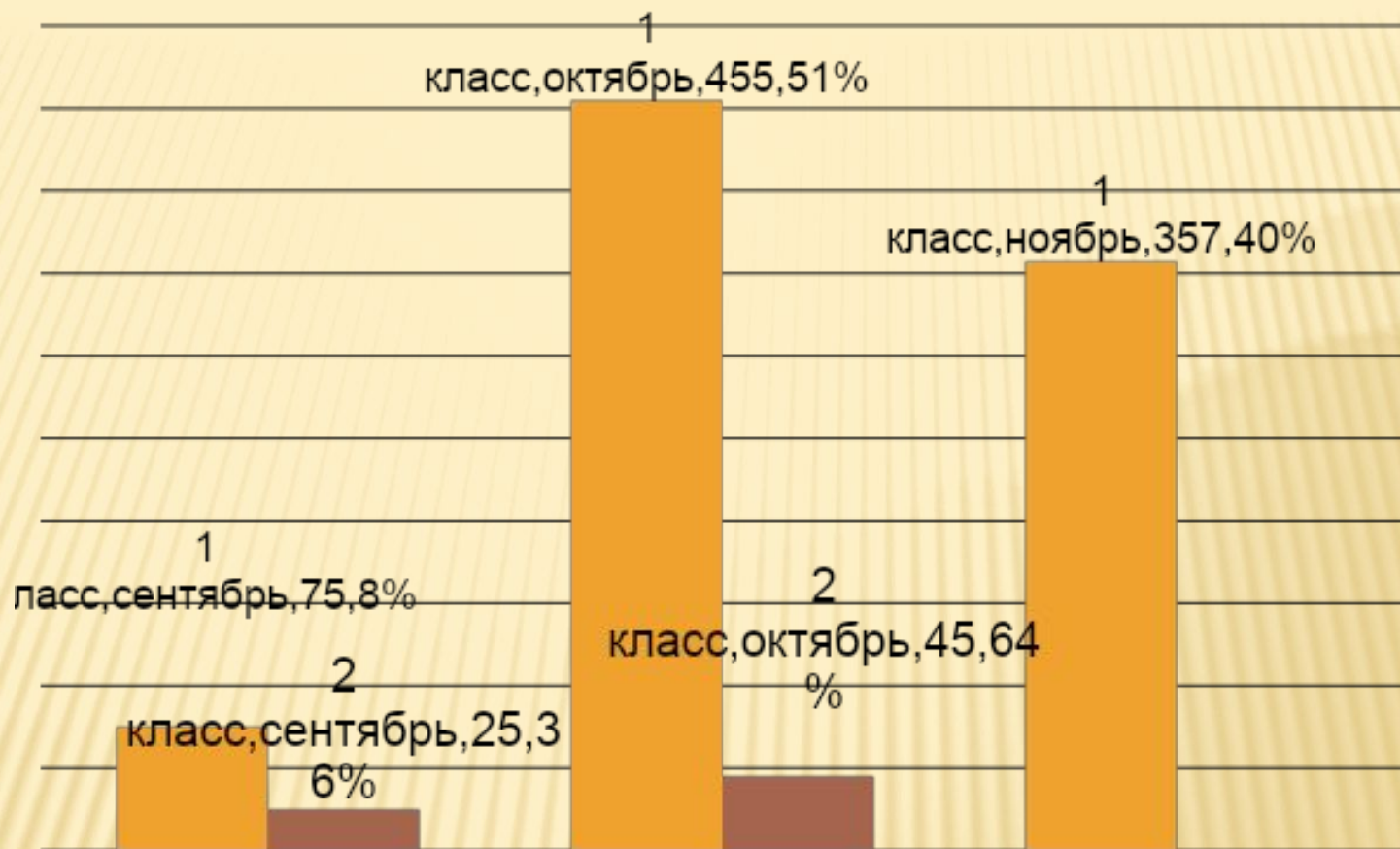
Продукт проекта: буклет стихов собственного сочинения, буклет «Зеленые помощники», книжка с физкультминутками, стенгазета «Если хочешь – будь здоров!»





РАСТЁМ ЗДОРОВЫМИ

Всем известно и понятно,
Что здоровым быть приятно.
Только надо знать,
Как здоровым стать.



КОЛИЧЕСТВО ПРОПУЩЕННЫХ УРОКОВ ПО ГОДАМ

Зачем вести здоровый образ жизни?

Для того, чтобы
сохранить здоровье,
данное нам изначально
природой и укрепить
здоровый дух в
здоровом теле!



АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА:

Если члены общества редко болеют и долго живут, можно говорить, что общество здорово.

В здоровом теле - здоровый дух.



Joker

НАШИ ПОМОЩНИКИ В СОХРАНЕНИИ ЗДОРОВЬЯ

- Зелёные растения;
- спорт;
- физкультминутки на уроках;
- здоровое питание;
- активный отдых.



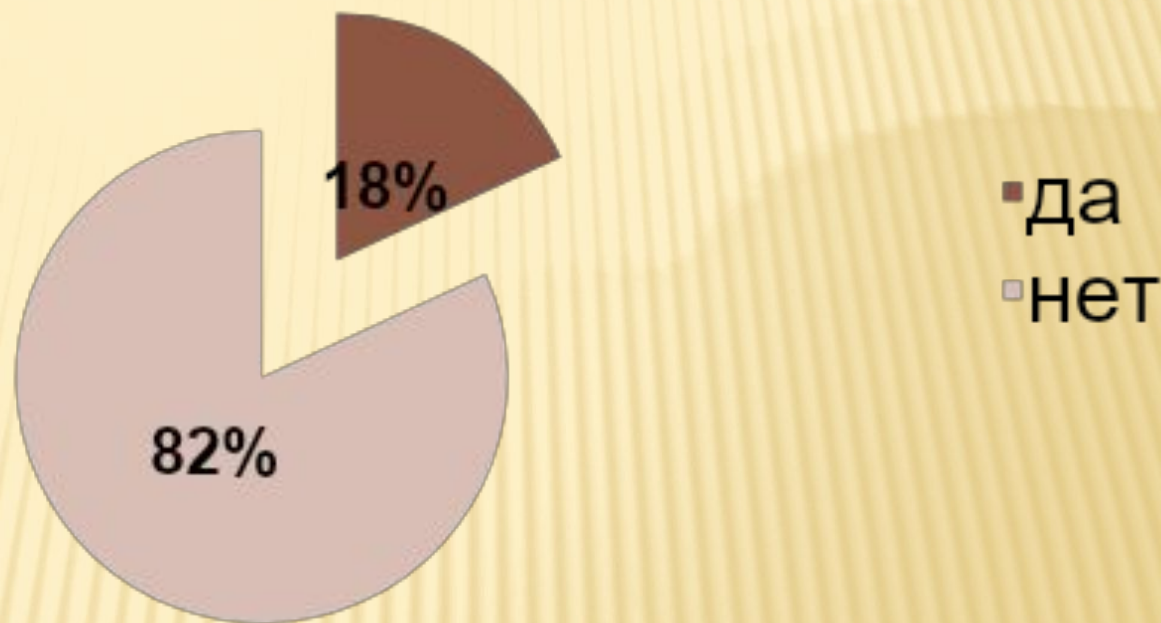
НАШИ ПОМОЩНИКИ – ЗЕЛЁНЫЕ РАСТЕНИЯ

Есть ли у вас дома комнатные растения?



**В КЛАССЕ БЫЛ ПРОВЕДЁН
ОПРОС**

Знаете ли вы о полезных свойствах комнатных растений?



4 человека знают о полезных свойствах комнатных растений(18%), а 18 человек не знают(82%)



ПЛЕКТРАТУС (КОМНАТНАЯ МЯТА)

В народе плектрантус кустарниковый называют мольным деревом, так как его запах отпугивает многих насекомых, таких как моль, мухи и даже комары. А пахнет как!



Бальзамин создаёт вокруг себя мощный поток радости и гармонии, сглаживая последствия конфликтных ситуаций. Бальзамин заряжает атмосферу помещения солнечной энергией; притягивает творческие энергии. Создаваемая бальзамином благожелательная атмосфера способствует проявлению в детях лучших качеств.

Бегония королевская подходит общительным, гостеприимным людям, являясь одним из сильнейших защитных растений. Бегония королевская трансформирует отрицательные вибрации в положительные.





Герань обладает анестезирующими свойствами — успокаивает различные виды боли. Ее можно использовать в качестве энергетического фильтра. Замечено, что в помещениях, где растет герань, всегда свежий и ароматный воздух, особенно когда она цветет.



ХЛОРОФИТУМ

Многие приписывают его почти к комнатному «сорняку», а между тем — это настоящий чемпион по очистке воздуха от вредных веществ, бактерий и примесей.



Выбор комнатного цветка — это искусство. Растения, как и люди, имеют свои привычки. Они могут повлиять на нашу жизнь.

**СПОРТ- ЗДОРОВЬЕ НАШЕ.
УКРЕПЛЯЙ ЕГО СКОРЕЙ!
Я СЪЕЛ ТАРЕЛКУ МАННОЙ КАШИ,
НО НЕ СТАЛ ЕЩЁ СИЛЬНЕЙ.**



Спорт









Занятость учащихся в кружках и секциях.





Мы за здоровое

питание!



Человек, страдающий **недостатком витамина С**, будет иметь такие симптомы, как кровоточивость десен, анемия, инфекции, плохое заживление ран, мышечная слабость в том числе боли, усталость и сыпь на ногах. Дефицит этого витамина может вызвать болезнь под названием цинга.



- Необходим для нормального роста и развития всего организма человека,
- предотвращает нарушение зрения.



Недостаток витамина А негативно сказывается на состоянии зубов, кожи и волос.



■ Участвует в кальциевом и фосфорном обмене,

■ необходим для образования зубов и костей.

От недостатка **витамина D** деформируется кость грудной клетки. Самый богатый источник витамина D - рыбий жир. Большая часть витамина вырабатывается самим организмом в коже под действием солнечных лучей



**ПЕЙТЕ, ДЕТИ,
МОЛОКО,
БУДЕТЕ ЗДОРОВЫ**



УГОЛОК ЗДОРОВЬЯ

Пейте, дети, молоко - будете здоровы!

Составляющие молока:

- Белок - необходим для укрепления мышц, восстановления их для тяжелой работы.
- Жир (молочный) - обеспечивает организм энергией.
- Сахар - углевод (лактоза) - еще один источник энергии.
- Лактоза необходима для работы сердца, печени, нервной системы. Лактоза играет важную роль в формировании кишечной микрофлоры.
- Минеральные соли - требуются для укрепления и формирования костей, хрящей, волос, ногтей и производства новой крови.
- В молоке содержится: фосфор, кальций, железо, медь, марганец, магний, хлор, йод и другие элементы.
- Витамины (около 30): В2, А, С, Д.
- Вода.

Откуда пришло слово «Молоко».

«Молоко» - это слово имеет индоевропейскую природу. В литовском находим talkas - «молоко», в немецком Milch - «молоко», в английском milk - «молоко». В кельтском melb-молоко буквально - «то, что выдвигается из вымени». У многих народов его название звучит одинаково: млеко (польское, чешское, хорватское), мляко (болгарское), молокo (литовское).

Молоко каких животных употребляет человек в пищу?

- Самое известное в мире животное, которое дает молоко - это корова. В Индии она считается священным животным.
- В Испании употребляют овечье молоко.
- В Аравийских пустынях коровы берут от верблюдов.
- В Египте молоко лав буйвола.

Вывод:

Как видим, люди высоко ценили и ценят молоко за его питательные и целебные свойства.



Молоко полезно очень и для взрослых и ребят. Кашу, йогурт и сметану Большой ложкою едят.

В молоке полезных много витаминов и веществ.

Пейте молоко парное, чтобы кариес исчез.

Чтобы кости были крепки, не болела голова.

Настроение чтобы было веселое всегда.

Шлет привет вам всем корова:

-Пейте, дети, молоко Будете здоровы!



ИТОГИ НАШЕЙ РАБОТЫ

Если хочешь

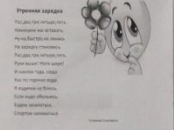
будь здоров!



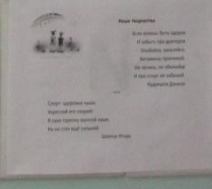
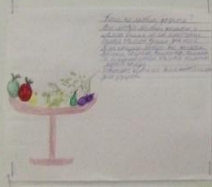
ЗДОРОВЬЕ!

Я ВБИРАЮ ДВИЖЕНИЕ

ЕСТЬ ПЕЙТЕ ЕДИМ



220 в



Мы летом всей семьей едем на дачу. Я помогаю папе строить баню. После того, как мы с папой потрудились на славу, нимного отдохнули и едем кататься на велосипедах.



Летом мы с семьей ездим на природу. Там мы ходим на речку, где купаемся и ловим рыбу. А в лесу собираем землянику. Мне очень нравится этот активный образ жизни.

НАШЕ ТВОРЧЕСТВО

Если хочешь быть здоров
И забыть про докторов
Улыбайся, закаляйся,
Витамины принимай.
Не ленись, не обижайся
И про спорт не забывай.

Кудряшов Данила

Спорт- здоровье наше.

Укрепляй его скорей!

Я съел тарелку манной каши,
Но не стал ещё сильнеей.

Шевчук Игорь



проект социальной рекламы "Гармония - в мире!" ГОУ СОШ №935. март 2007

иллюстрация социальной рекламы "Гармония - в мире!" ГОУ СОШ №935. март 2007

УТРЕННЯЯ ЗАРЯДКА

Раз, два, три, четыре, пять.
Начинаем мы вставать.
Ну-ка, быстро, не ленись
На зарядку становись.
Раз, два, три, четыре, пять.
Руки выше! Ноги шире!
И наклон туда, сюда
Как по горочке вода.
Я водички не боюсь,
Если надо обольюсь.
Будем закаляться,
Спортом заниматься.



Кулакова Елизавета



* * *

Спорт - полезен для здоровья.
В спорте очень много пользы.
Чтоб здоровым быть всегда
Физкультура нам нужна.
Спортсменом может каждый
стать
Если день зарядкой начинать!

Рябов Илья

Если хочешь быть здоров
Действий план твоих таков:
Утром закаляться нужно,
Обходить всё время лужи,
Фруктов кушать чаще, больше
И беречь себя подольше,
И молоко пить от коров,
Если хочешь быть здоров.

Грук Олеся

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

- Итогом работы над проектом стало стремление учащихся заботиться о своём здоровье и умение вести здоровый образ жизни. Увеличилось число детей, которые посещают кружки и секции. Увеличилось и число детей, которые питаются в столовой. А главное, меньше стало пропусков уроков по болезни.

Продукт проекта



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 40 г.о. Тольятти

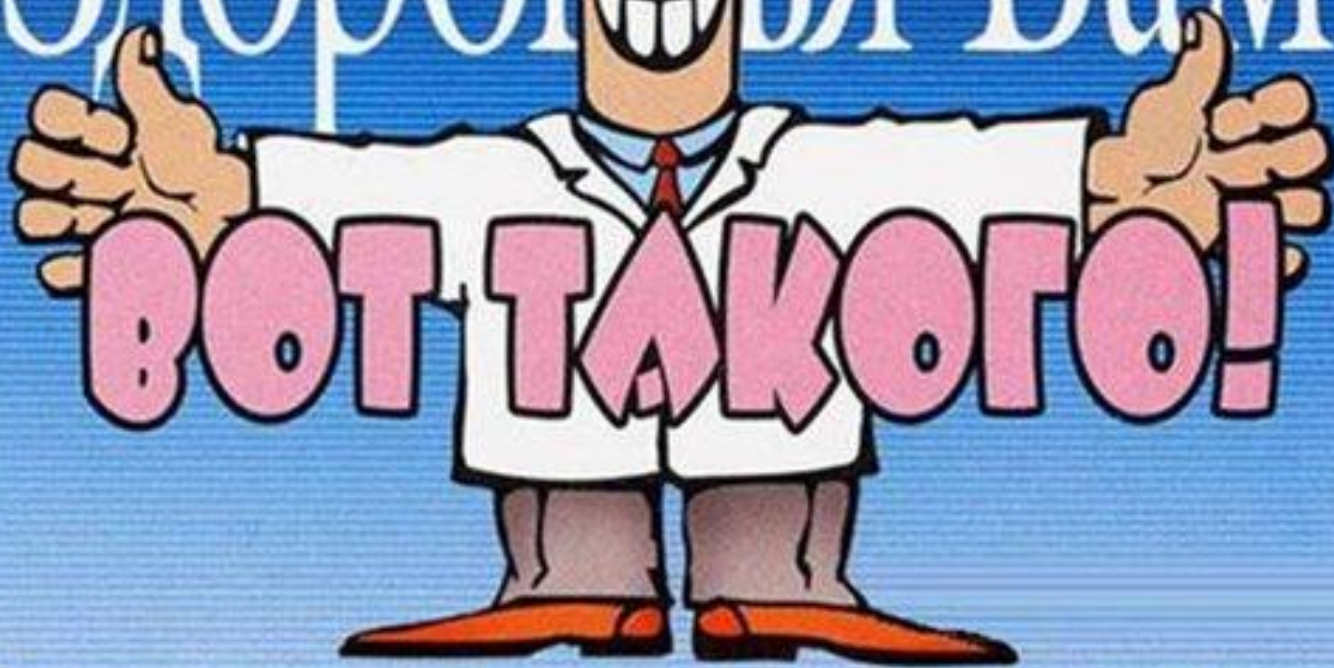


Стихи и рисунки учащихся 2 «Г» класса на тему: «Если хочешь - будь здоров!»

Руководитель: Бирюкова Любовь Ивановна



Здоровья Вам!



ВОТ ТАКОГО!

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**