

# ПРОЕКТ

«Здоровым быть здорово!»



КЛАССНЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ: АВТОНОМОВА Е.В.

# Цель проекта:

сохранение здоровья через активное творчество и движение.



# Задачи проекта:

1. Сохранение и укрепление физического здоровья.
2. Получение знаний о ЗОЖ, о видах спорта, спортсменах.
3. Пропаганда здорового образа жизни.

# Этапы проекта:



- **подготовительный**
- **диагностический**
- **аналитический**
- **практический**
- **контрольный**
- **презентационный**
- **заключительный**

# Подготовительный этап:

- Обозначение темы презентации
- Постановка цели и задач
- Распределение обязанностей
- Сроки подготовки

# Подготовительный этап:



- Распределение обязанностей



*Аналитическая группа*



*Технический директор*

# Подготовительный этап:

## ● Распределение обязанностей



*Содокладчики*



*Фотограф*

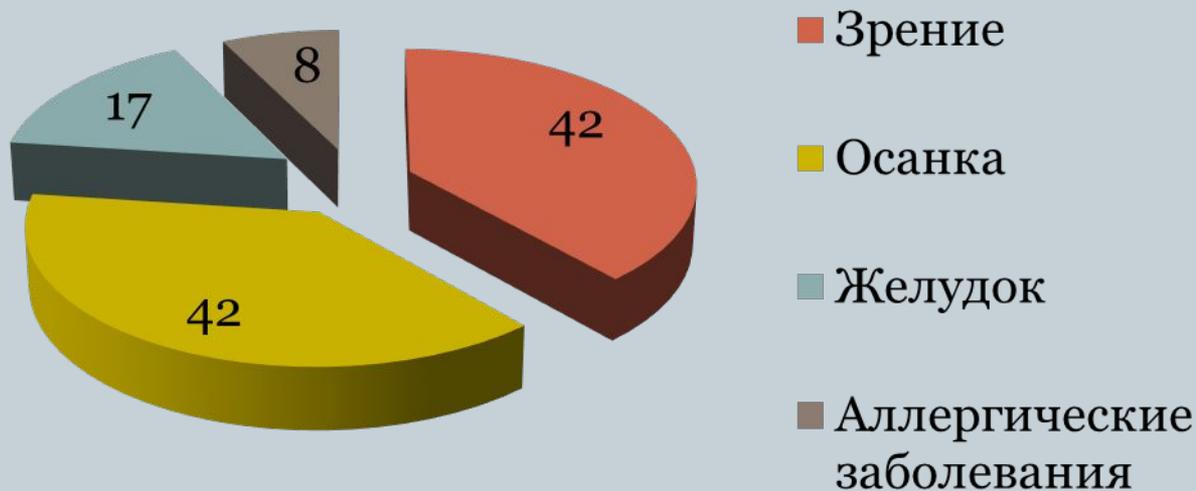


*Исследовательская группа*

# Диагностический этап:



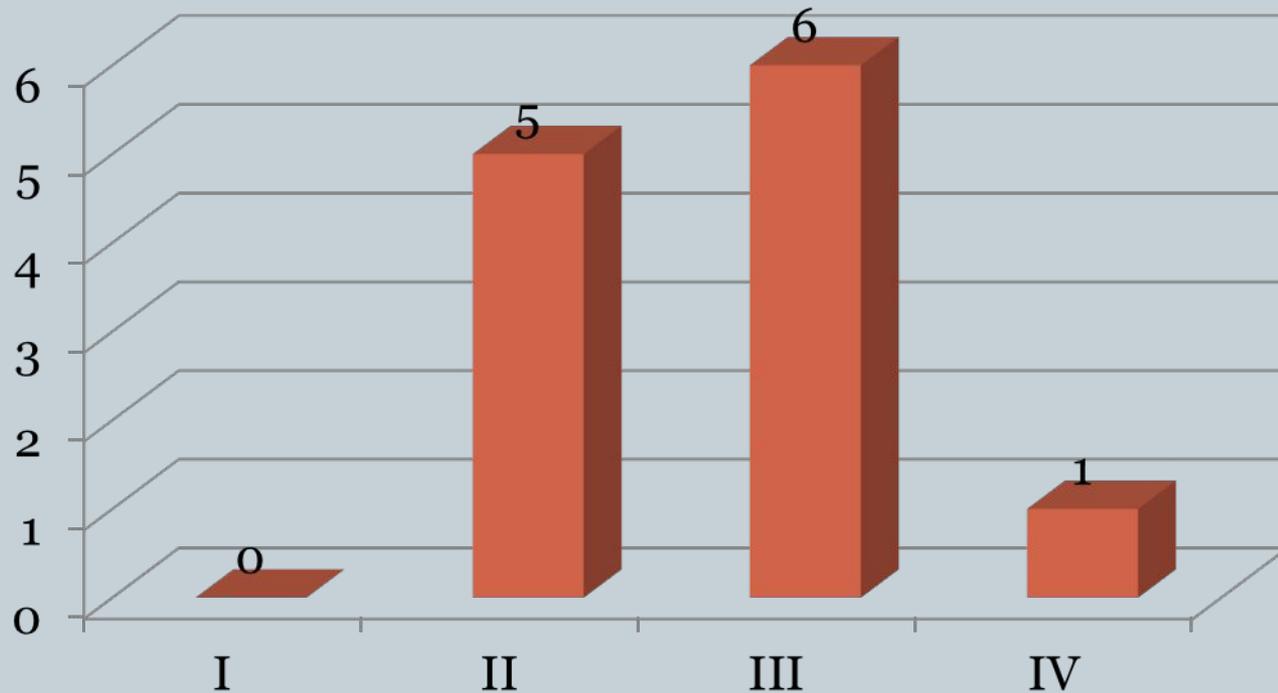
Анализ состояния здоровья обучающихся 1 класса 2011 г.



Вывод: здоровых учеников в классе нет

# Диагностический этап:

Анализ групп здоровья обучающихся  
1 класса 2011 г.



**Вывод: половина учащихся класса имеет хронические заболевания**

# Аналитический этап:



- Анализ режима дня, расписания уроков и внеурочных форм деятельности



# Аналитический этап



## Режим дня:

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
Прогулка 30 минут	Прогулка 30 минут	Прогулка 30 минут	Прогулка 30 минут	Прогулка 30 минут	Прогулка 30 минут
"Национальные игры"	Ритмика	Физкультура	Физкультура	Физкультура	"Здоровейка"

**Вывод: ежедневно в течение 1 ч. 10 мин. мы активно двигаемся; было решено ежедневно проводить утреннюю гимнастику.**

# Аналитический этап

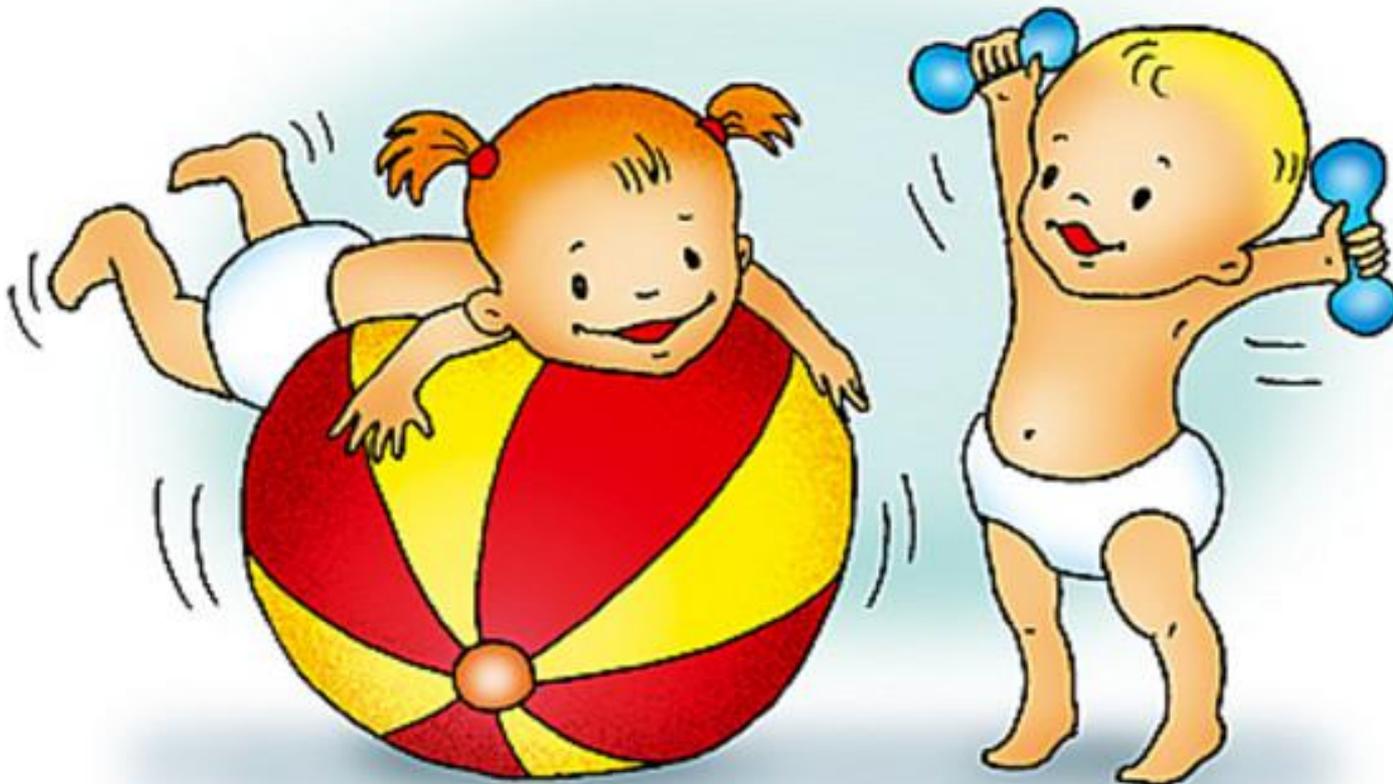


Двигательной  
активностью можно  
заниматься на:

- прогулках и экскурсиях.
- во время внеурочной деятельности
- на внеклассных мероприятиях
- во время соревнований
- классных часах



# Практический этап



# Практический этап



## Получение теоретических знаний:

### На классных часах

1. «Что такое здоровье»- 1 кл.
2. «Соблюдай режим дня» - 2 кл.
- 3».Олимпийские и паралимпийские игры в Сочи»- 3 кл.
- 4.Выдающиеся спортсмены нашей страны»- 3 кл.
5. «Твое здоровье – в твоих руках»- 3 кл.
- 6.«Олимпийские и паралимпийские игры Сочи-2014»- 3 кл.
7. «Спортсмены – олимпийцы» - 3кл.
8. «Береги себя сам» -4 кл.

### На занятиях «Здоровейка»

- 1.Культура питания - 1кл.
2. Понятие об иммунитете - 1кл.
- 3.Закаливающие процедуры – 1кл.
4. Личная гигиена и здоровье – 2кл.
5. Понятие о микробах. – 2кл.
6. Вредные привычки и их профилактика – 3 кл.
7. Применении лекарственных растений в профилактических целях – 3 кл.
8. Формирование чувства ответственности за свое здоровье – 4кл.
9. Мода и гигиена школьной одежды – 4кл.

# Прогулки



Детский городок

# Экскурсии



На набережной

# Внеклассные мероприятия



В гостях у осени

# Внеклассные мероприятия



Арбузник

# Дни именинника



Отрываемся на пейнтболе



Зажигаем в боулинге

# Соревнования



Веселые старты

2013/03/15

# Контрольный этап

- анализ результатов выполнения проекта;
- оценка качества выполнения проекта.



# Личные достижения: количество прыжков через канат

Список детей	1	2	3	4
Грибков И.	0	11	24	34
Ермаков В.	20	35	43	52
Бобров М.	26	39	100	103
Денисов С.	40	43	52	100
Кукшенев П.	2	11	25	30
Рахлий И.	4	20	25	28
Красотин А.	3	50	52	57
Серов М.	40	99	100	105
Халилов И.	10	80	90	100
Верхошапов А.	12	100	105	110
Коробова А.		34	50	100
Серебрякова И.			34	70

**Вывод:** проведение ежедневных занятий двигательной активностью дало отличные результаты.

# Все ребята дополнительно занимаются вне школы



лечебной физкультурой

# Все ребята дополнительно занимаются вне школы



спортивными танцами

# Все ребята дополнительно занимаются вне школы



волейболом

# Все ребята дополнительно занимаются вне школы



футболом



легкой атлетикой

# Все ребята дополнительно занимаются вне школы



лыжами



борьбой



плаванием

# Участие в школьных соревнованиях



- первое место в санном спорте среди 4-х классов ( 3 класс)
- второе место в эстафете, посвященной Дню здоровья (4 класс)

# Презентационный этап

- подготовка презентационных материалов;
- презентация проекта;
- изучение возможностей использования результатов проекта.



# Заключительный этап



1. Презентация проекта на школьной неделе начальных классов.
2. Трансляция опыта реализации проекта по здоровьесбережению в сети Интернет.
3. Разучивание с первоклассниками общеразвивающих упражнений, комплексов бодрящей гимнастики и спортивных игр.
4. Пропаганда ЗОЖ и мотивация детей к занятию физкультурой и спортом.



**Занимайтесь спортом – ведь это так здорово!**



# Интернет-ресурсы



- <http://presentway.com/kartinki-i-risunki-pro-zozh/>
- <http://steshka.ru/kartinki-detey-zdorovyj-obraz-zhizni>
- [http://omp.ucoz.com/index/animacionnye\\_kartinki\\_zdorovyj\\_obraz\\_zhizni/0-209](http://omp.ucoz.com/index/animacionnye_kartinki_zdorovyj_obraz_zhizni/0-209)
- <http://www.vseminfo.ru/creativity/pok/zog/>