

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЕРХНЕХАВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3
ВЕРХНЕХАВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ**

ПРОЕКТ ЗИМНИЕ ВИДЫ СПОРТА

Выполнил: Донюков Максим Олегович

ученик 4 класса

Руководитель: Гончарова Светлана Анатольевна



Как в древности, так и в настоящее время главной ценностью человека остаётся здоровье, потому что от его состояния зависит благополучие не только отдельно взятой личности, но и народа в целом.

Низкий уровень спортивной жизни, представляют огромную угрозу социального характера. Остро стоит вопрос безразличия и нежелания населения приобщаться к здоровому образу жизни.

Актуальность проекта «Зимние виды спорта» заключается в том, что двигательная активность детей в зимнее время года очень низкая. Спорт и физическая культура перестали быть значимыми. Такое положение вещей угрожает психическому и физическому здоровью. За прошлое столетие, по мнению ученых, вес непосредственной мышечной работы человека снизился с 94% до 1%. Малоподвижный образ становится нормой, как для детей, так и для взрослых.

Причиной является чрезмерное увлечение компьютерными играми, современными гаджетами. Все выше перечисленные причины приводят к тому, что ребенок, который ведет такой образ жизни, имеет проблемы со здоровьем, появляются трудности в учении.

Проблема. Ухудшение здоровья подрастающего поколения, низкий уровень представлений о зимних видах спорта.

Даже взрослому порой непросто разобраться во всем разнообразии зимних видов спорта. Дети должны понимать, что представляет собой тот или иной вид зимнего спорта, какой спортивный инвентарь нужен для того, чтобы им заниматься, где можно ему обучиться и т.д. А самое главное, чтобы они усвоили, что любой вид спорта начинается с физической культуры, которой нужно приучать себя заниматься с раннего возраста.

Гипотеза. Любой вид спорта – это залог возможных спортивных достижений и гарантия здоровья человека.

Цель проекта укрепление здоровья детей по средствам привлечения их к занятию зимними видами спорта.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие **задачи**:

- обогатить знания и расширить представления детей о зимних видах спорта;
- формировать навыки ЗОЖ;
- воспитывать правильное отношение к своему здоровью;
- развивать стремление заниматься зимними видами спорта;
- обогащение и закрепление представлений детей о том, что для жизни и здоровья необходимо заниматься спортом не только летом, но и зимой.

Ожидаемый результат:

- повышение мотивации к предмету;
 - увеличение среди учащихся желающих и желания освоить зимние виды спорта;
- привлечение интереса родителей к совместному участию вместе с детьми занятиями зимними видами спорта.

Участники проекта: ученики – учитель – родители.

Этапы реализации проекта:

- подготовительный;
- основной;
- рефлексия

Подготовительный

На этом этапе проводится изучение общественного мнения и планирование спортивных мероприятий. Было проведено анкетирование - учащихся, родителей и учителей, с целью выявления заинтересованности в мероприятиях, направленных на здоровый образ жизни и занятиями зимними видами спорта. По итогам анкетирования были выявлены мероприятия, вызвавшие большой интерес в участие. После анкетирования были сформированы группы, в них вошли учащиеся, родители, учителя, которые приступили к работе по организации и проведению соревнований по зимним видам спорта.

Основной

На этом этапе происходит осуществление проекта, согласно плана спортивных мероприятий. Цель данного этапа – решение поставленных задач проекта через организацию мероприятий, направленных на привлечение внимания учащихся, родителей, учителей к зимним видам спорта (лыжные гонки, биатлон, хоккей)

Зимние виды спорта практикуемые в нашей школе



Лыжные гонки -спортсменам необходимо преодолеть соревновательную дистанцию на лыжах, при этом обогнав своих соперников.



Биатлон - лыжная гонка с оружием на установленные дистанции в сочетании со стрельбой из положения лежа и стоя на огневых рубежах

На базе нашей школы прошли следующие спортивные мероприятия по зимним видам спорта:

1. Лыжные гонки



2. Биатлон



3. Хоккей

4. День здоровья

Судейский состав на станциях состоял из учащихся, учителей и родителей.

В реализации данного проекта приняли участия все работники школы

В спортивных соревнованиях приняли участия 95 учащихся, что составляет 87% от общего числа учащихся 4 - 11 классов, 18% родителей.

Рефлексия

На этом этапе производится подведение итогов, анализ результатов, эффективности реализации проекта, планирование на следующий год .

Так же на данном этапе идет награждение победителей и участников спортивных мероприятий

Вывод

В ходе моего исследования гипотеза подтвердилась. Занимаясь и участвуя в зимних видах спорта я стал обладателем множество наград и поощрений, улучшил показатели своего здоровья (в зимнее время я не болею).



Список литературы

- И.М. Бутин «Лыжный спорт», Москва «АСАДЕМА», 2000 г.
- А.В. Жеребцов «Физкультура и спорт», Москва, 1986 г.
- Электронная версия энциклопедии «Кирилл и Мефодия».
- www.pifos.ru/news/nauka/2-0-21
- www.metodika.mai-krkam.edusite.ru/DswMedia/vodnyiytransport.doc