

Проект на тему: «Здоровым быть модно».

Руководитель: Новиков С.Ю.

Цель проекта

Цель проекта: формирование потребности в здоровом образе жизни.



Задачи проекта:

- формировать у учащихся систему знаний о здоровом образе жизни;
- формировать потребность в здоровье и сознательном ответственном отношении к нему;
- воспитывать нравственную культуру;
- воспитывать самопознание, умения и навыки по физическому и нравственному самосовершенствованию;

- воспитывать любовь к физкультуре и спорту;
- соблюдать режима дня и питания школьника;
- стремиться к здоровому образу жизни;
- привлекать внимание родителей и общественность к проблеме сохранения и укрепления здоровья детей, сохранения и коррекции физического и психического здоровья ребенка.

Настоящий проект представляет собой комплекс мероприятий, направленных на популяризацию здорового образа жизни, обеспечение необходимых условий для обучения и укрепления здоровья учащихся /1- 10 классов /, он рассчитан на 9 месяцев, сентябрь – май 2016 -2017 г.

Этапы реализации проекта:

1. Подготовительный
2. Основной
3. Заключительный

Участники проекта:

- Учащиеся школы;
- Родители учащихся;
- Учителя, классные руководители;
- Администрация Льговской школы интерната для детей с ОВЗ.



- **Формы работы:**
- спортивные праздники;
- соревнования по видам спорта;
- туристические походы, экскурсии;
- дни здоровья;
- спортивные викторины;
- теоретические занятия, беседы, семинары;

Прогнозируемые результаты:

- 1 Соответствие физического развития учащихся возрастным нормам.
- 1 уровня заболеваемости учащихся в школе.
- 1 Увеличение количества учащихся, ведущих здоровый образ жизни.
- 1 Создание системы мер по здоровьесохранению и безопасности учащихся в школе.
- 1 Выработка у школьников способности противостоять вредным привычкам и отрицательным воздействиям окружающей среды, желания и умение вести ЗОЖ.

Деятельность по реализации проекта:

- Объединение учащихся в соответствии с их спортивными интересами для совместных занятий в спортивных кружках и секциях;
- Проведение разнообразных спортивных праздников и состязаний, игр, Дней здоровья;
- Подготовка и проведение тематических классных часов, бесед по профилактике ЗОЖ;
- Пропаганда здорового образа жизни среди детей и подростков;
- Организация интересного и плодотворного досуга;
- Привлечение внимания родителей и других представителей взрослого населения к проблемам формирования и ведения здорового образа жизни.

Физическая культура



- Регулярные физические нагрузки и физкультура также важны для здорового образа жизни, как и правильное питание. Они поддерживают здоровье, предохраняют от заболеваний и, чему все больше свидетельств, замедляют процесс старения. Физкультура полезна в любом возрасте, поскольку обычная дневная активность редко может обеспечить достаточную физическую нагрузку.



Областные соревнования по лёгкой атлетике среди лиц с ОВЗ



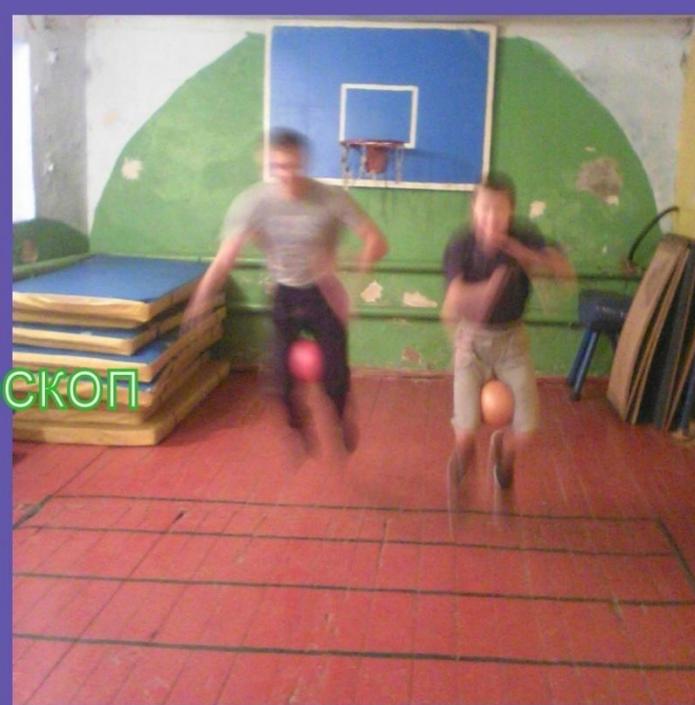


Областные соревнования по бочче и туризму



В здоровом теле - здоровый дух!

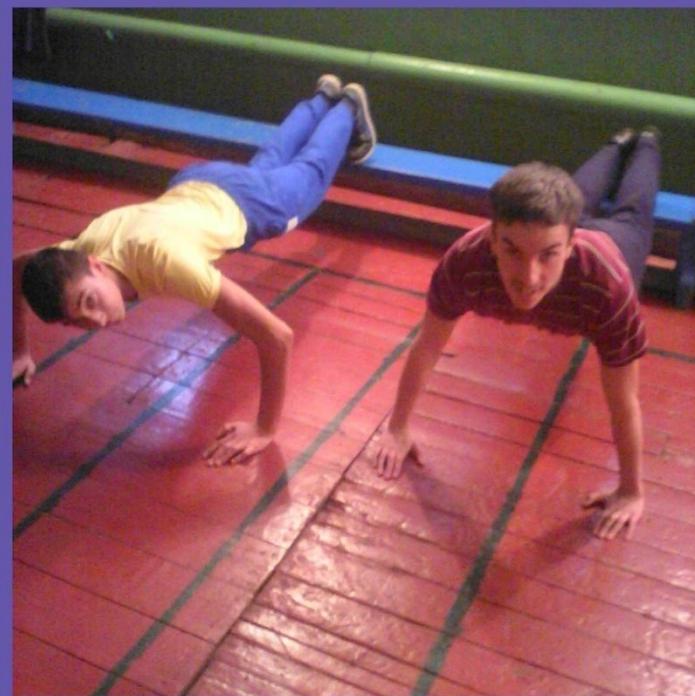




Спортивный калейдоскоп



14.12.2016г





4

11

2

1

3

ПЛОМ



День здоровья

08.02.2017г.



Спортивное мероприятие Праздник "Пап"





Областные соревнования по снегоступингу среди лиц с ОВЗ



27.02.2017г



**Продолжительность жизни зависит
на 20% - от окружающей среды,
на 20% - от наследственных
факторов,
на 10% - от медицинского
обслуживания,
на 50% - от образа жизни.**





Здоровый образ жизни.

РАЦИОНАЛЬНОЕ
ПИТАНИЕ



СОБЛЮДЕНИЕ
ПРАВИЛ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ И
БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ



ДВИГАТЕЛЬНАЯ
АКТИВНОСТЬ



ОПТИМАЛЬНОЕ
СОЧЕТАНИЕ УМСТВЕННОГО И
ФИЗИЧЕСКОГО ТРУДА



ОТКАЗ ОТ
ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК



Заключительный этап

Результаты тестирования

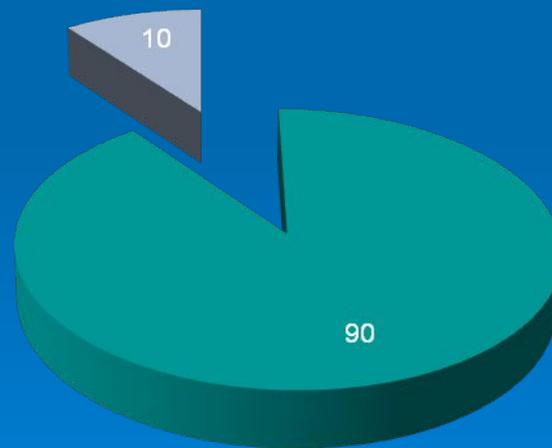
Фамилия, имя	Модно ли сегодня быть здоровым?	Вы хотели бы знать больше как сохранить здоровье?	От чего зависит здоровье?			
			Образ жизни	экологии	наследственность	медицина
Пальчун Д.	да	да	1	1	0	0
Курятник Р.	да	да	1	0	0	0
Савоненко Е.	да	да	0	1	0	1
Чихирин В.	да	да	1	0	0	0
Янгазова Н.	да	да	1	1	1	0
Бабенко Т.	да	да	1	0	1	1
Катунин М.	да	да	1	0	0	1
Халаева Е.	да	нет	1	0	0	1
Остропольская Н.	да	да	1	0	0	0
Корсакова А.	да	да	1	0	0	0
Афанасьев И.	да	да	1	0	0	0
Иванова А.	да	да	1	0	0	0

Рост мотивации обучающихся к занятиям в

2016- 2017-уч.году.

(Методика Т.А.Нежной; анкета для определения школьной мотивации Н.Г.Лускановой)

**Вы хотели бы знать
больше как сохранить
здоровье?**



■ да

■ нет

Жизнь дана на добрые дела.

- „ Главное, от чего зависит физическое здоровье, - здоровье нравственное, духовное: чтобы сохранить свое здоровье, думай о здоровье других.”

Д.С.Лихачев.

Спасибо за внимание !

