

Социальный проект «Мы выбираем здоровый образ жизни»

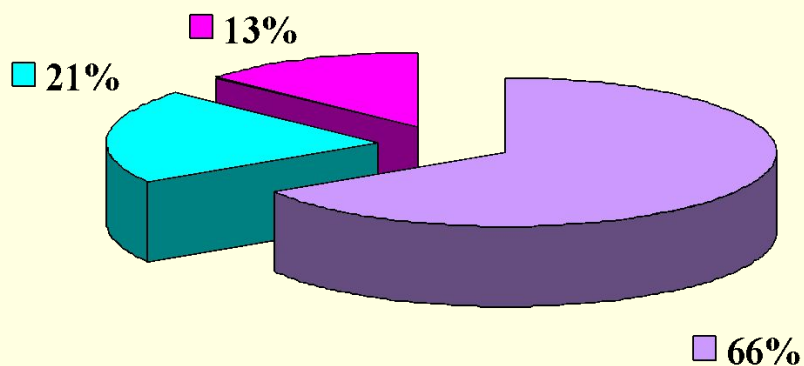


Автор проекта: Долинина
Валентина Ивановна,
учитель, воспитатель группы
продленного дня

Актуальность.

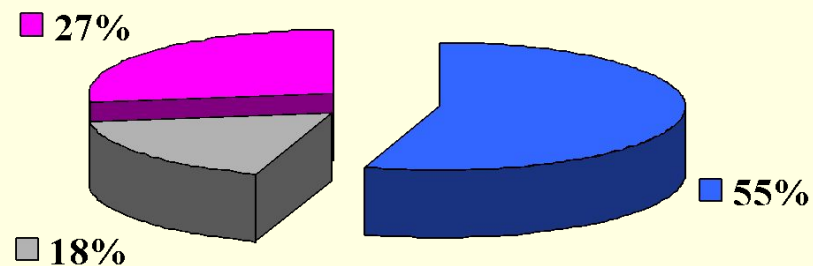
Посещаемость детей группы продленного дня

1 класс



- Здоровые дети
- Часто болеющие
- Имеющие заболевания

2-3 классы



- Здоровые дети
- Часто болеющие
- Имеющие заболевания

Проблема, на решение которой направлен проект

■ Как в современной школе организовать жизнь и деятельность группы продленного дня так, чтобы в ней было хорошо и комфортно ребенку, чтобы он не просто был под присмотром, а полноценно жил и укреплял свое здоровье (как физическое, так и нравственное).



Цель проекта: поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся , создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников положительного отношения к ЗОЖ в условиях ГПД .

Задачи:

1) Обучающие:

- обучить младших школьников основам ЗОЖ;
- сформировать у них необходимые знания, умения и навыки ЗОЖ;
- научить использовать знания в повседневной жизни;

2) Развивающие:

- развивать познавательное отношение к ЗОЖ, индивидуальные и творческие способности учащихся;
- содействовать физическому развитию школьников, закаливанию организма.

3) Воспитательные:

- воспитывать у детей бережное отношение к своему здоровью;
- формировать потребность в культуре общения, положительных привычках.



**Сроки реализации проекта: один учебный год
(2012-2013гг.)**

Участники проекта

Участники проекта

Администрация школы

Учителя начальных классов

Воспитатель ГПД

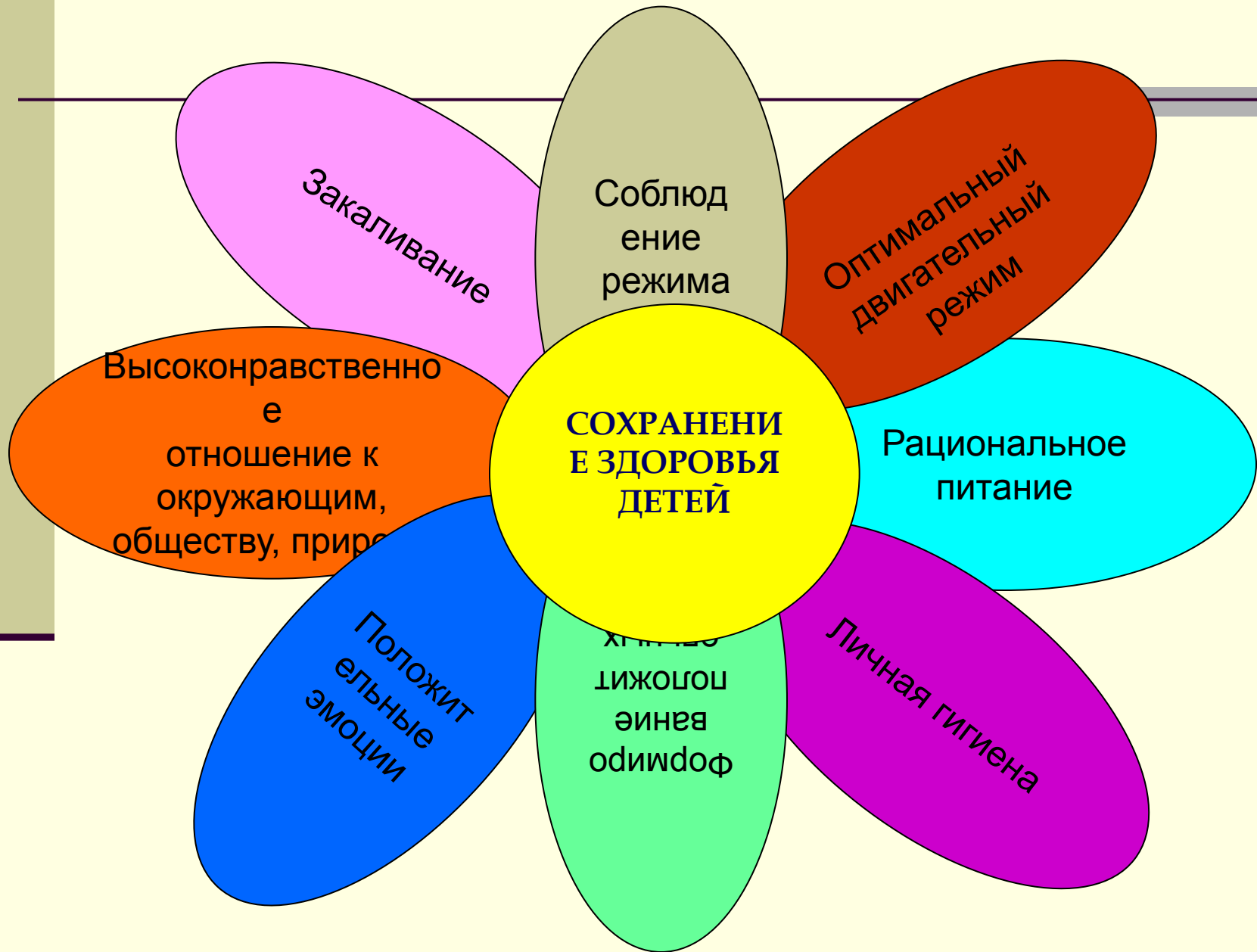
Учитель физкультуры

Психолог

Медсестра

**Учащиеся 1-3 классов и их
родители**

Меры по реализации проекта



Ожидаемые результаты по проекту

- **Долгосрочные:** активный интерес учащихся к приобретенным знаниям, полученным ими в совместной творческой, исследовательской и практической работе; обучение приемам исследовательской работы с книгами, использование ресурсов интернета в целях получения новых знаний; приобретение коммуникативных навыков; создание сплоченного коллектива; развитие способностей адекватного представления результатов своей работы в виде мини-сочинений, советов, презентаций и т. п.; снижение заболеваемости среди детей; активное участие родителей в школьной жизни ребенка; повышение профессиональной компетентности воспитателя.

Ожидаемые результаты по проекту

- **Актуальные:** составление плана работы по внедрению ЗОЖ; использование диагностических методов, анкетирование для выявления проблем, связанных с ЗОЖ; разработка конспекта внеклассного мероприятия о ЗОЖ «Путешествие в школу Здоровья» (итоговая работа по проекту); выпуск: кулинарной книги рецептов «кулинарные традиции в нашей семье», альбома «Сотвори в себе солнце», презентация «Путешествие в школу здоровья», «Здоровое питание», «Мой организм», памяток «Напоминалочка добрых советов» (для детей) и «Родителям о ЗОЖ» (для родителей); творческие проекты: «Внимание! Реклама!», изготовление настольной игры по ЗОЖ «Путешествие в страну Здоровья»; подборка фотоматериала о проделанной работе; выпуск методического пособия по теме ЗОЖ.

Этапы деятельности

1 этап – подготовительный «Да здравствую Я!»

Деятельность: изучение методической литературы, проведение диагностик, консультаций, внесение изменений в содержание проекта на основе результатов диагностик, формирование четырех творческих групп среди учащихся, разработка программы действий (Что делать? Как делать? Кто ответственный? Что для этого нужно?).

2 этап - основной «Разноцветный мир здоровья»

Деятельность: работа ведется по четырем блокам – «Азбука здоровья», «Следствие ведут колобки», «Физкульт-ура!», «Сотвори в себе солнце».

3 этап – завершающий «Здоровые дети – счастливые дети»

Деятельность: обобщение и осмысление опыта по пропаганде и формированию здорового образа жизни у учащихся.

Формы реализации проекта

✓ Введение в структуру самоподготовки физкультминуток, сочетающих различные упражнения;

✓ Организацию утренней гимнастики до занятий;

✓ Подвижные перемены,

✓ спортивные часы,

✓ подвижные игры на свежем воздухе;

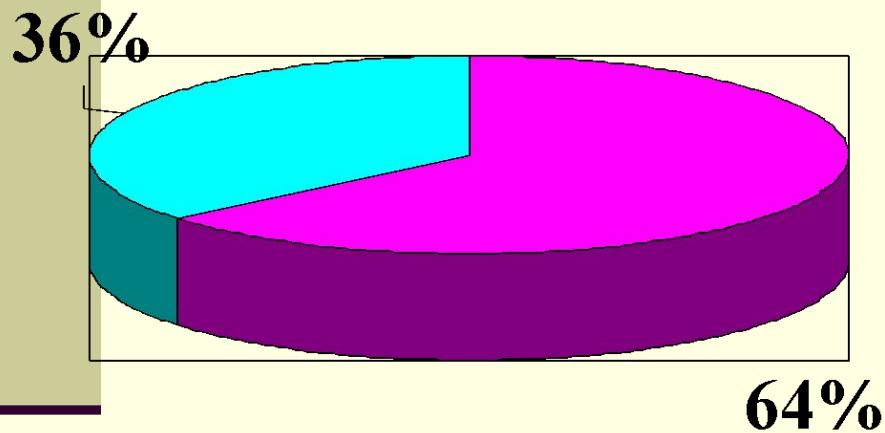
✓ Проведение занятий по ЗОЖ, викторин по гигиеническому обучению и воспитанию.

✓ Экскурсии,

✓ физический труд;

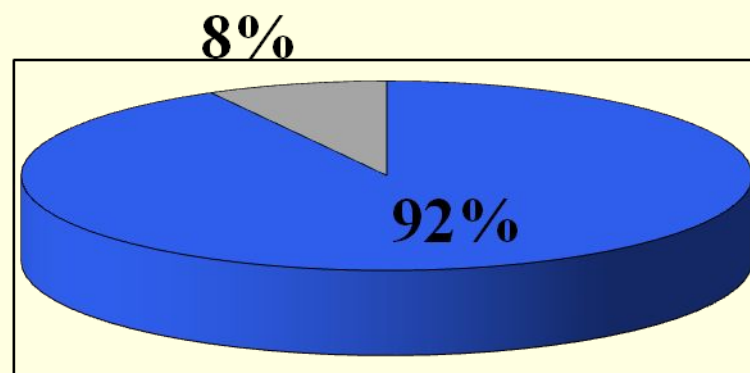
Хронометраж недельной двигательной активности учащихся (результат в начале и в конце учебного года)

Начало учебного года



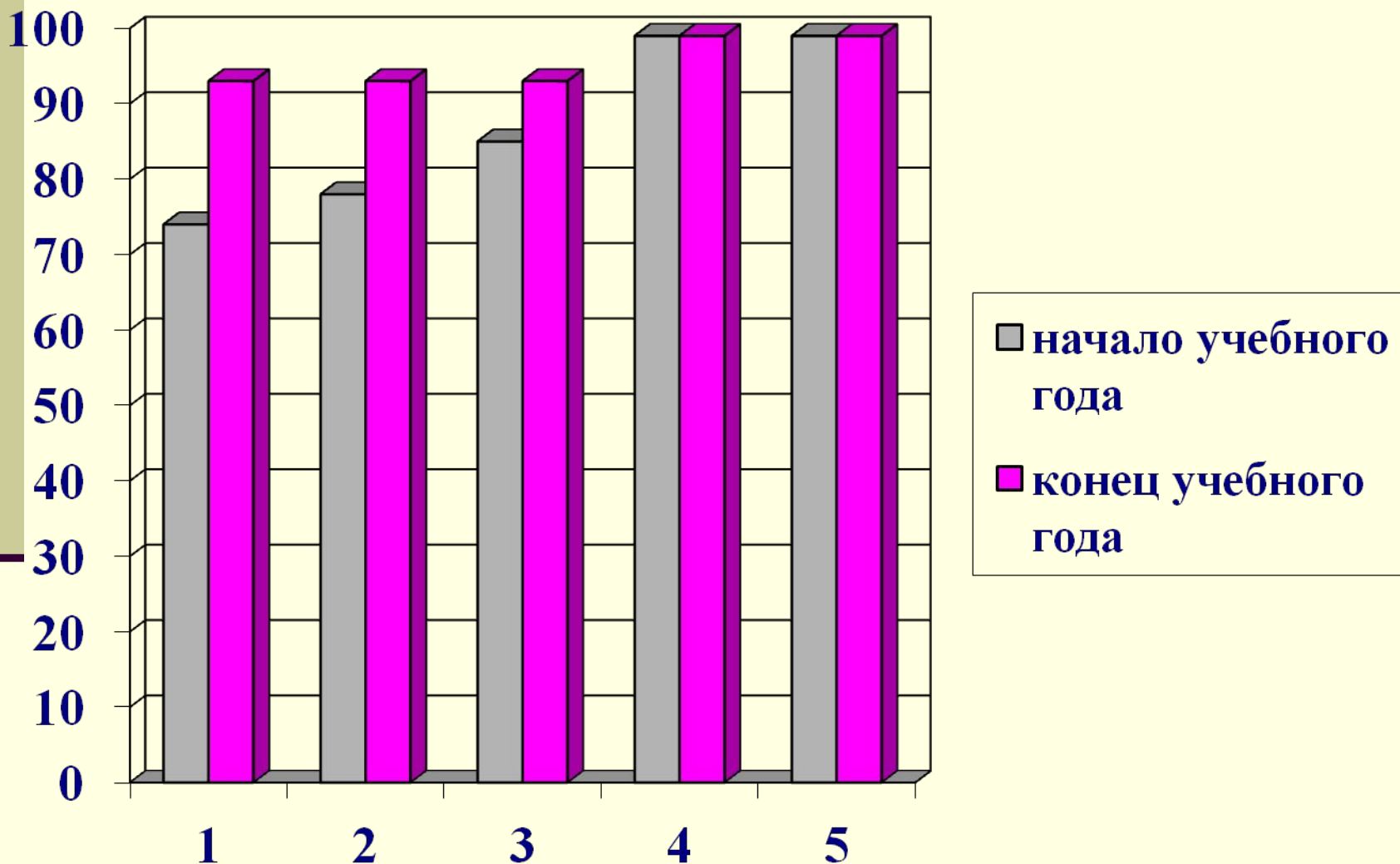
- Двигательная активность более 2 часов в день
- Двигательная активность менее 2 часов в день

Конец учебного года

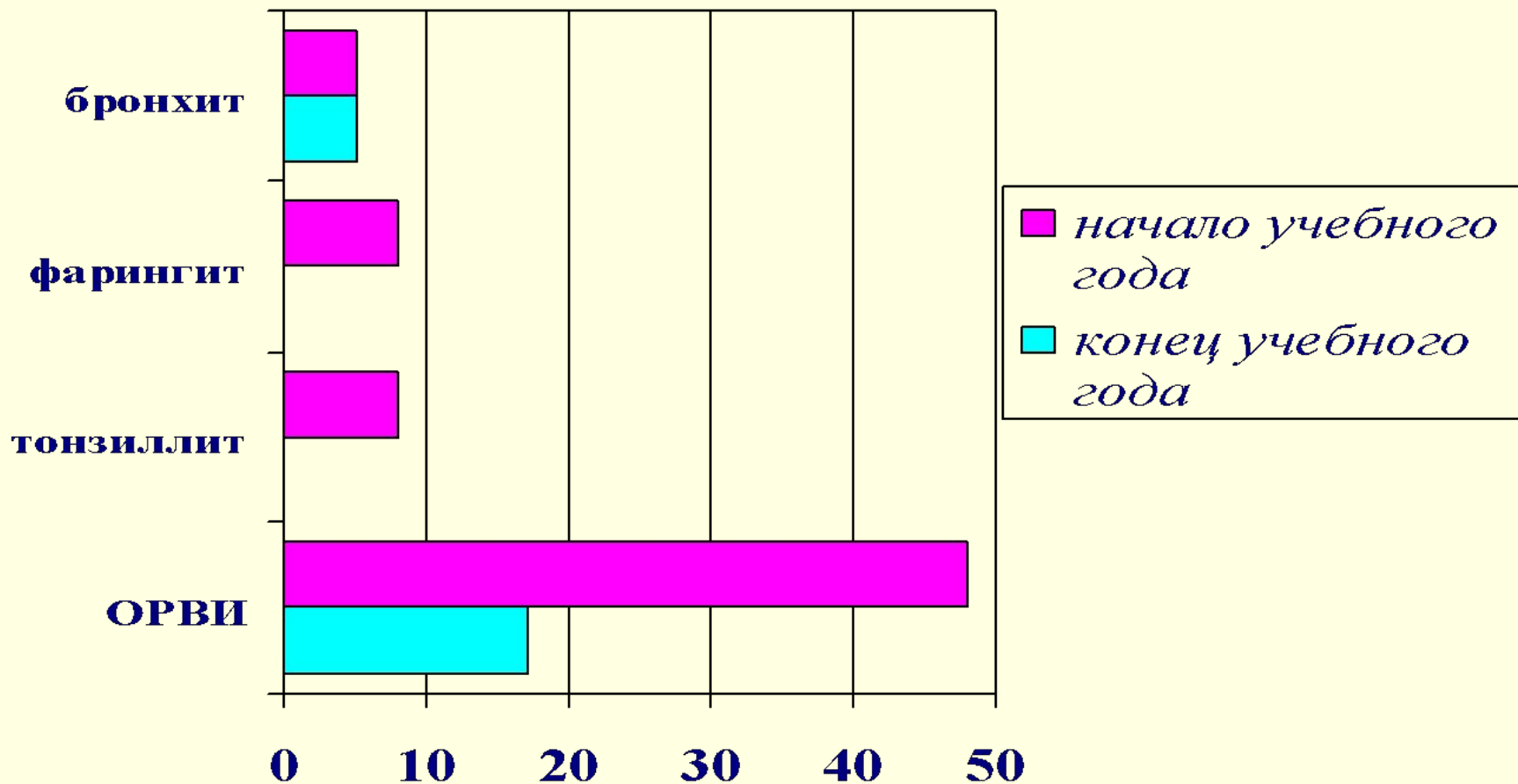


- Двигательная активность более 2 часов в день
- Двигательная активность менее 2 часов в день

Психоэмоциональное состояние детей в ГПД (результат в начале и в конце учебного года)



Изменение показателей здоровья



Здоровье глазами детей

11³⁰ - 12³⁰ ч. -
 Отдохнуть всем нам пора!
 Все на воздух,
 детвара!

12³⁰ - 13⁰⁰ ч. -
 Вот уже обед готов!
 Кто все съест
 и тарелку, и плов!

14⁰⁰ - 15⁰⁰ ч. -
 Танцевать пришла пора.
 Где же мля?
 Визкультура!

15⁰⁰ - 16⁰⁰ ч. -
 Всех кружки в „Росинке“
 ждут:
 кто танцует,
 кто поёт, кто
 выплывавать идёт.

17⁰⁰ ч. -
 Вот ещё
 прошёл денёк.
 Всем пока, работа, дружок

9³⁰ ч. -
 Вкусный
 завтрак
 манит нас.
 Он здоровья
 нам придаст!

8⁰⁰ ч. -
 Ты с утра
 зарядку делай!
 Будешь сильным,
 будешь смелым.

Режим

2 ч у н

Коллективная работа детей



Пусть принцип «Не навреди!»

**станет принципом
деятельности не
только врачей, но и
педагогов, а здо-
ровьесберегающие
технологии –**

«оазисом здоровья» для учащихся.

Информационные ресурсы

1. Р. М. Арсланова «Будьте здоровы». Начальная школа № 7, 2005 г.
2. Г. Ш . Тазиева «Здоровье в саду и на грядке». Начальная школа № 7, 2005 г.
3. Л. А. Обухова, Н. А. Лемяскина ,О.Е. Жиренко «135 уроков здоровья».
4. Издательство «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе», Глобус, 2010 г.
5. О. В. Поляков «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе».
6. Ю. А. Антонов «Уроки здоровья, спортивные игры для детей и родителей».
7. Л. И. Саляхова «Настоящая книга классного руководителя: личностное развитие, учебная деятельность и физическое здоровье школьника».
8. Н. В. Лободина, Т. Н. Чурилова «Здоровьесберегающая деятельность»