

Министерство общего и профессионального образования Свердловской области
Государственное бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального образования
«Свердловский областной педагогический колледж»

Мотивация жизнь!



Выполнили:
студенты
47ф группы

Екатеринбург
2015

Цель и задачи

Цель: создание комплекса условий для развития мотивации молодежи города Екатеринбург к ведению здорового образа жизни в ходе проектной деятельности.

Задачи:

- ✓ популяризация спортивного образа жизни в студенческой среде;
- ✓ осознание отношения студентов к своему здоровью, как к важнейшей жизненной ценности;
- ✓ формирование в молодежной среде положительного стиля жизни личности на примере успешных людей.



Структура проекта

- 1) Как спорт украшает Мир
- 2) Как стать свободным
- 3) Как спорт помогает стать личностью



Спорт- сообщества



Акция «А Вам слабо?»

Целью акции являлось создание благоприятных условий для мотивации к ведению здорового образа жизни обучающихся колледжа.

Акция была проведена 12 ноября 2015 года в 15:00, в холле второго этажа.

Состязания:

- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
- Приседания на одной ноге
- Набивание ногой и головой малого мяча
- Гибкость (шпагат)

Каждому победителю и участнику данной акции был предусмотрен сладкий приз. Всего в акции приняло участие 19 человек!



Проводили:
Мезенцев Д.
Сергеев К.
Абросимова А.
Гавришина А

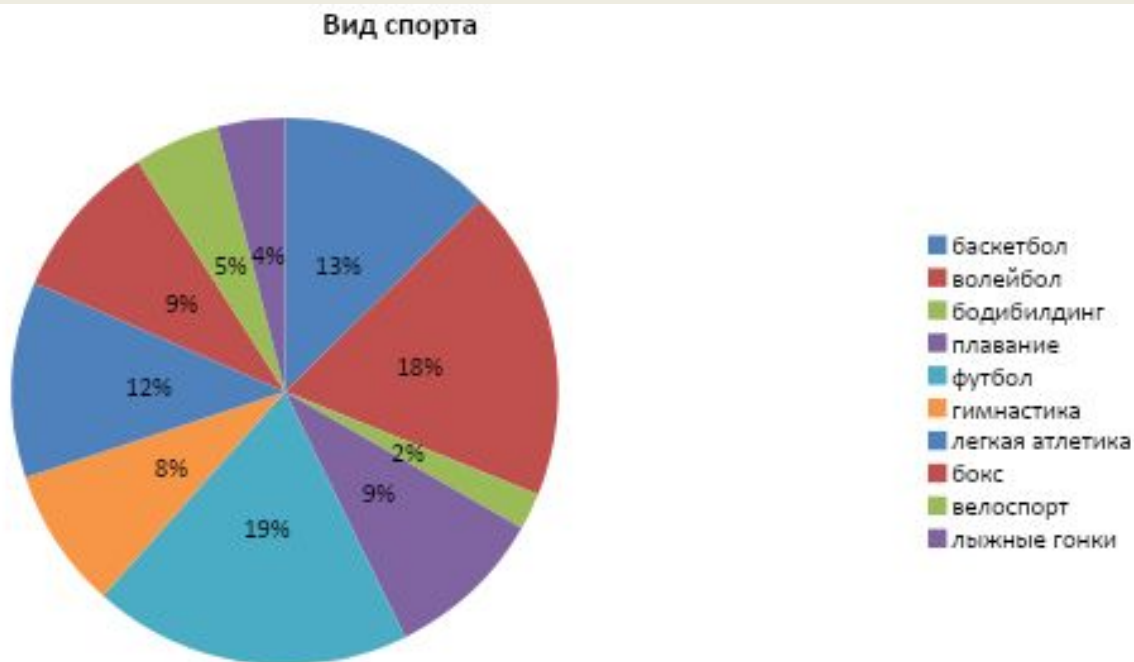
Конкурс плакатов

Проводили:
Максимова А.
Чернышова М.
Хиль М.

Опрос «Мой спорт - мой выбор»

Вопрос: «Какой вид спорта они предпочитают больше всего?».

По данному опросу было опрошено 276 студентов различных групп и специальностей колледжа. По результатам опроса самым популярным видом спорта оказался – футбол, данный вид спорта выбрали 52 студента колледжа. На втором месте оказался волейбол, 51 студент выбрали именно этот вид спорта. Ну а на третьем месте оказался баскетбол, им предпочитают заниматься 35 студентов нашего колледжа. Остальное распределение по местам показано на диаграмме.



Проводили:
Птушкина А.
Кожокаръ В.

Акция " Мы за здоровый образ жизни "



С помощью данной акции мы хотели узнать, как относятся студенты нашего колледжа к ЗОЖ. И занимаются ли они спортом.



Проводили:
Бурдуков Д.
Андреев В.

Эстафета «За и Против»

Цель и задачи:

- Пропаганда здорового образа жизни
- Развитие физических качеств
- Мотивация студентов к физической культуре.

Эстафета проходила : 11.11.2015г. Эстафета проводилась в 10 этапов.

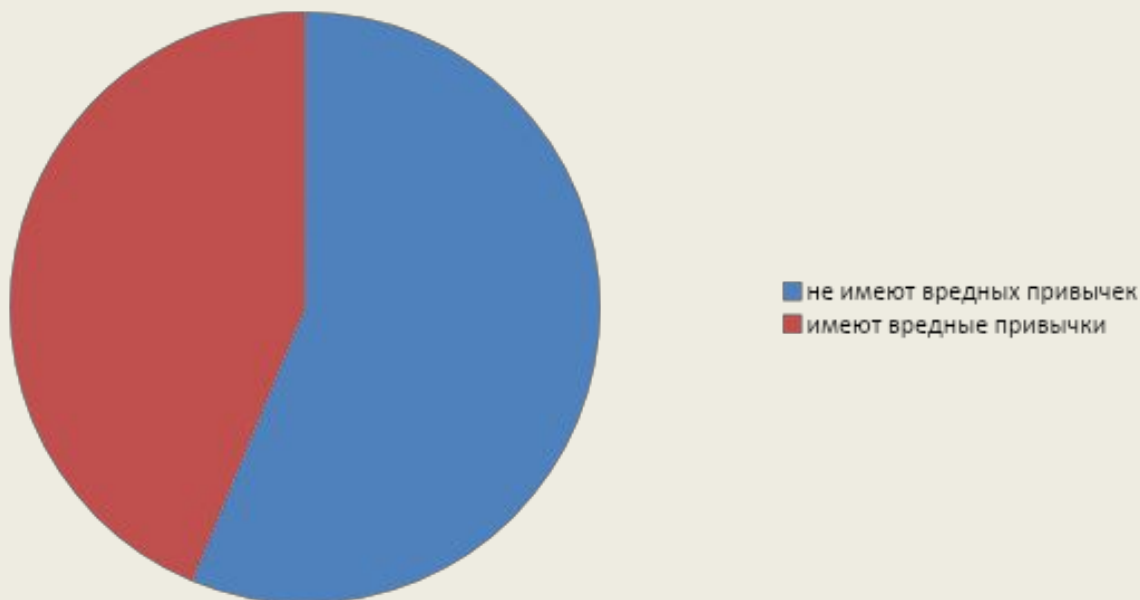
Инвентарь и оборудование: Обручи, волейбольный мячи, фишки, гимнастические палки, гимнастические скамьи, теннисные ракетки, воздушные шары, листки бумаги А4.



Проводили:
Лошкарев С.
Четыркина О

Анкетирование «Вредная жизнь»

Имеют ли наши студенты вредные привычки такие как: курение, алкоголь, наркомания, игромания. По данной анкете было опрошено 96 студентов. По данной анкете оказалась, что 54 человека не имеют вредные привычки, а 42 человека имеют выше перечисленные вредные привычки, а именно алкоголь – 24 человека, курение - 21 человек, игромания - 7 человек, наркомания - 2 человека. Можно сделать вывод, опрошенные нами студенты педагогического колледжа в основном не имеют вредных привычек.



Проводили:
Исхакова Ф.
Мартемьянова Е.

Акция «Как передвигаются курильщики»

В данной акции приняло участие 16 человек. С помощью данного мероприятия мы хотели выяснить, какая культура движения присутствует у курильщиков, хотели показать, что спорт гораздо лучше, чем сигарета.



Проводили:
Рязанова Таня
Юркова Ульяна
Воинков Артем

Круглый стол «В чем смысл?»

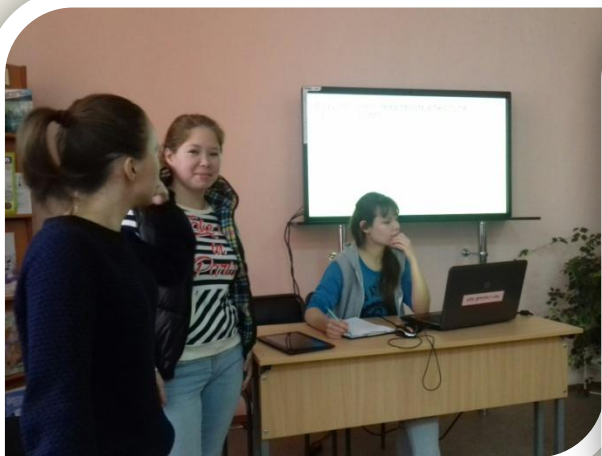
Цель: Создать условия для дискуссии двух команд, решению проблемы «В чем смысл» сохранения и укрепления здоровья и формирования понимания значимости собственного здоровья.

Задачи:

1. Сформировать представление: О многокомпонентности понятия «здоровье», здоровом жизненном стиле.
2. Инициировать процесс осознания своего отношения к здоровью.
3. Осознать необходимость критического отношения к различным агентам социального влияния.

Участники: Две группы 1 – за здоровье, 2 – за вредные привычки

Дата и время проведения: 25 ноября 2015 года в 13.00



Проводили:
Вотинцева С.
Корелина К.
Садритдинова К.

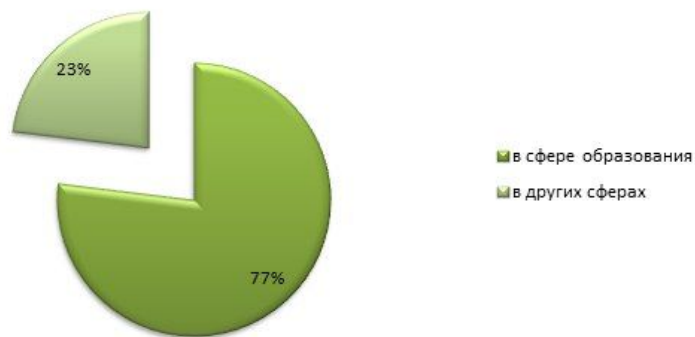
Стиль жизни личности



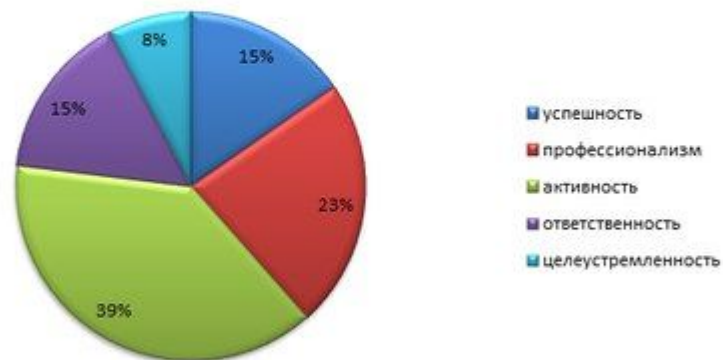
Опрос «Личность в памяти колледжа»

В рамках проекта Группы 47Ф "Мотивация - Жизнь!" мы провели тестирование среди преподавателей нашего колледжа, на вопросы анкеты "Личность в памяти колледжа", просим вас ознакомиться с результатами нашего тестирования в предоставленном ниже документе и узнать для себя интересную статистику.

В какой сфере работает сейчас выпускник?



Качества выпускников



Проводили:
Пилюков Н.
Гребнев Н.

Опрос «Кто ваш любимый спортсмен?»

Татьяна Андреевна Волосожар
— российская, а ранее украинская фигуристка,
выступающая в парном катании.

Антон Владимирович Шипулин,
биатлон, Олимпийский чемпион
2014 в эстафете, любимая гонка
масс-старт



Проводила:
Устинова П.

Опрос «В чем моя мотивация»

Опрос людей на улицах города:

Что вас мотивировало к занятиям спорта?

Что вас мотивирует к занятиям спортом?

- У меня была мотивация выступить на международной арене, участвовать в олимпиаде Сочи. Мои тренировки были равносильны моему здоровью, но получил травму и в данный момент не занимаюсь спортом.

Анатолий, 22 года, Конькобежный спорт

- Стало подводить здоровье, то давление поднимется, то суставы заболят. Соседка посоветовала заняться скандинавской ходьбой. Я сначала не думала что будет такой результат. А сейчас очень радуюсь что послушалась ее совету. Еще пару лет позаниматься и «бегать» начну.

Алевтина, 73 года, Скандинавская ходьба

- Попал в аварию, из-за перелома ноги долго не ходил, друзья посоветовали занятия ЛФК и массаж. Сейчас я уже почти не хромаю, врачи говорят, что скоро можно будет бегать.

Ярослав, 29 лет

- Появились проблемы с лишним весом. Занялась аэробикой. Первые тренировки для меня были мучительны. Но я смогла перебороть себя и как говорят результат на лицо. Сейчас мой вес в норме. Я так привыкла к аэробике что теперь сама работаю тренером по степ-аэробике. Людмила, 34 года
Аэробика, степ-аэробика

Выполнила: Устинова

П.

Акция «Фото в идеале»

Проводили:
Овчинников Яша
Трусов Костя

