Академия ЗОЖиков

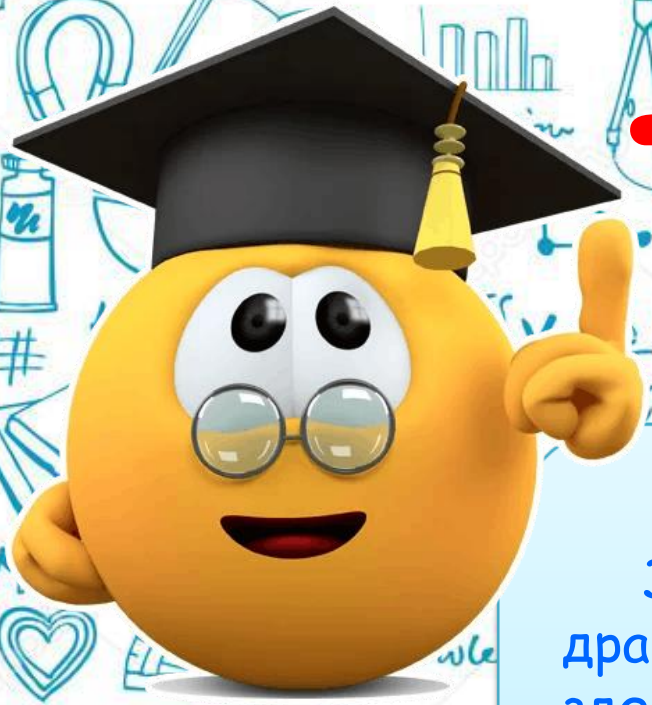
МБОУ СОШ №1 р. п. Мокшан Пензенской области

Авторы проекта : Жукова Екатерина, Молотова Дарья, Тарасова Мария, Чевтаев Максим, Шабарина Полина

Руководитель проекта – Макарова А. В.

Консультанты: Миронова Г. Э., Кузнецова Е. В., Шилов А. А.

Мокшан, 2018

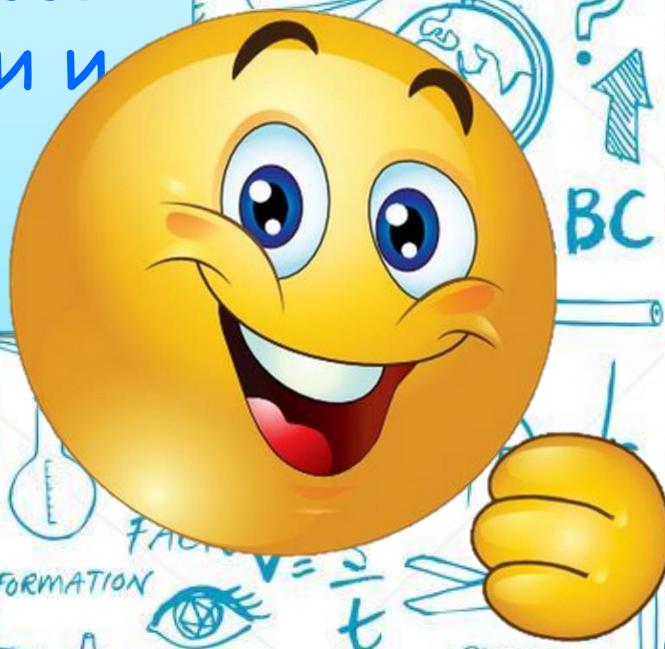


Проблема

Здоровье – самое важное, самое драгоценное, что есть у человека, а детское здоровье особенно! Ведь сегодняшние школьники – завтрашний день России, от их здоровья зависит здоровье всего общества, целой страны. Школьные годы – своего рода «окна возможностей», которые определяют дальнейшую взрослую жизнь человека. Именно в этот период должны быть сформированы основные навыки здорового образа жизни.

Цель проекта–

создание условий для формирования и развития у учащихся начальных классов навыков здорового образа жизни и позитивного отношения к нему.

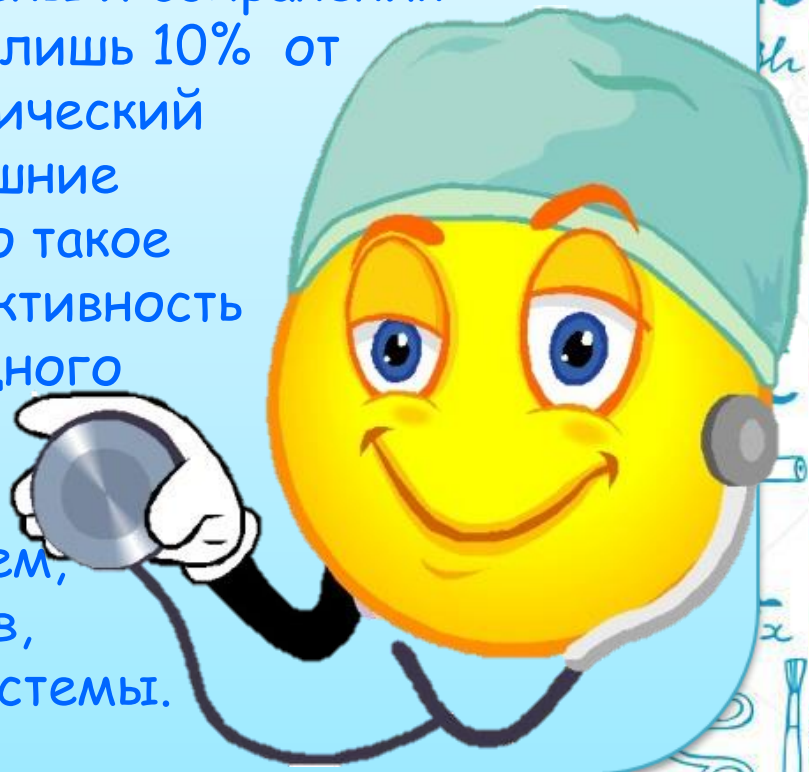


Задачи

- Привлечь внимание учащихся к необходимости сохранения здоровья
- Разработать и провести систему мероприятий, акций, направленных на формирование и популяризацию здорового образа жизни
- Привлечь учащихся к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом
- Способствовать развитию творческого потенциала учащихся
- Способствовать формированию коммуникативных навыков учащихся и умения работать в команде.

Актуальность

Количество абсолютно здоровых детей школьного возраста с каждым годом сокращается. По данным Научно-исследовательского института гигиены и сохранения здоровья, здоровыми можно назвать лишь 10% от общего числа учеников. Научно-технический прогресс привел к тому, что сегодняшние школьники практически не знают, что такое физический труд, их двигательная активность крайне низкая, большую часть свободного времени они проводят перед монитором компьютера. Следствием этого становятся проблемы со зрением, ожирение, нарушение обмена веществ, заболевания сердечно сосудистой системы.



Ресурсы проекта

КАДРОВЫЕ

- Школьный психолог
- Школьная медицинская сестра
- Учитель начальных классов
- Педагог-организатор

НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ

- Закон Российской Федерации «Об образовании»
- Устав МБОУ СОШ №1 р. п. Мокшан Пензенской области

ИНФОРМАЦИОННЫЕ

- Научная, научно-популярная и методическая литература по вопросам ЗОЖ
- Интернет ресурсы

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ

- Мультимед. оборудование
- Цифровой фотоаппарат
- Спортивный инвентарь (мячи, обручи, теннисные ракетки)

Этапы реализации проекта

Организационный этап: обсуждение идеи проекта, определение направлений работы, выбор целевой аудитории

Подготовительный этап: изучение информационных источников по теме проекта, проведение социологических опросов, проведение консультаций по организации работа

Практический этап: проведение мероприятий по плану реализации проекта

Заключительный этап: итоговое анкетирование, рефлексия проектной деятельности.

Механизм реализации проекта

Занятия в «Академии ЗОЖиков»

Уроки

Перемены

Контрольные работы

Основные направления

«Правильное питание – признак воспитания»

«В здоровом теле – здоровый дух»

«Жизнь без вредных привычек»

Расписание занятий

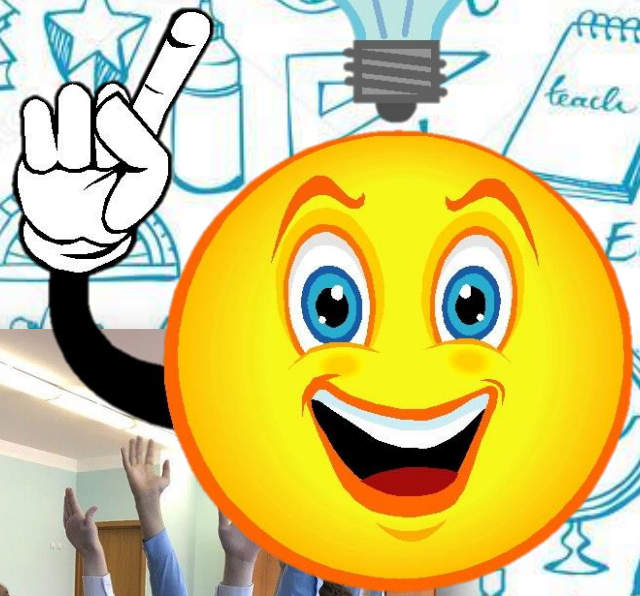
3 сентября	5 сентября	7 сентября
Урок здорового питания	Витаминная перемена (Проведение акции «Витаминный заряд»)	Урок вкусных идей
10 сентября	12 сентября	14 сентября
Контрольная работа (Создание плаката для школьной столовой «Правила здорового питания»)	Урок веселой физкультуры	Перемена спокойствия (Занятие со школьным психологом)
17 сентября	19 сентября	21 сентября
Урок полезной хореографии	Контрольная работа (Фотовыставка «Стиль жизни - спортивный»)	Урок серьезных разговоров (Классный час с участием школьного медицинского работника)
24 сентября	26 сентября	28 сентября
Перемена активных игр	Урок ответственного поведения (Агитбригада «Вредным привычкам – твердое НЕТ»)	Контрольная работа (Съемка видеоролика «Осторожно! Сети!»)

Урок здорового питания

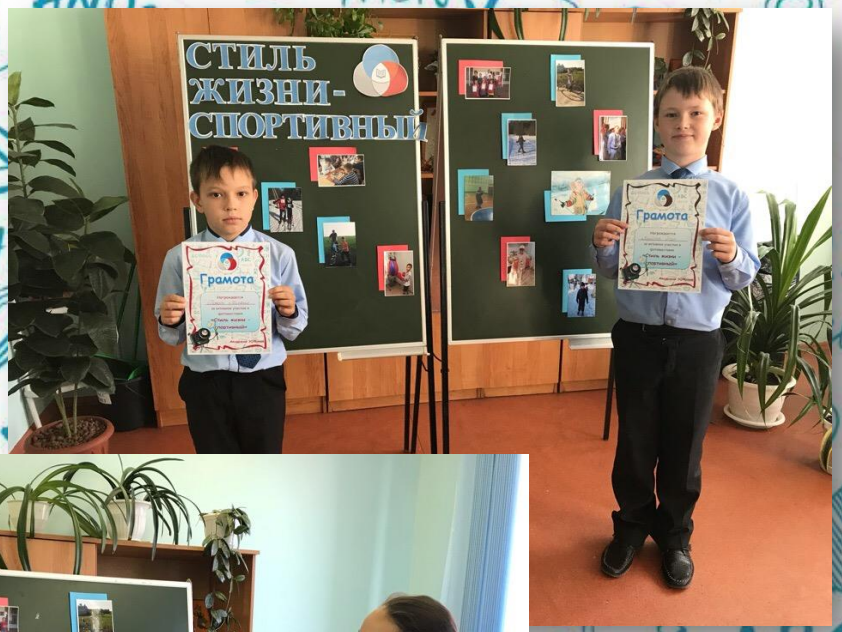
Витаминная перемена

Контрольная работа

Акция «Заряжайся!»



Стиль жизни – спортивный

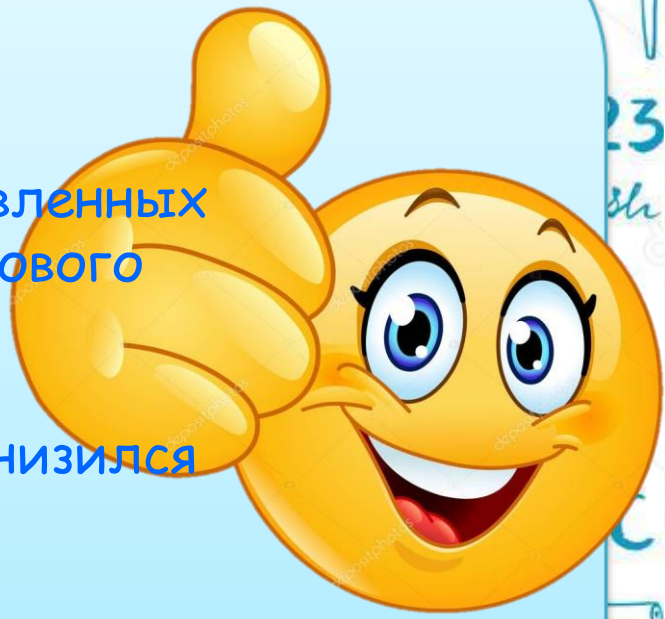


Урок веселой физкультуры

Наши результаты

- Организована внеурочная деятельность учащихся 4 «а» класса по «Спортивно - оздоровительному» направлению
- Проведен комплекс мероприятий, направленных на формирование и популяризацию здорового образа жизни
- Улучшился психологический климат и снизился уровень тревожности у учащихся
- Снят видеоролик о профилактике компьютерной зависимости

https://www.youtube.com/watch?v=C1vTUcx6_9Y&feature=youtu.be



Наши результаты

Увеличение количества учащихся, посещающих спортивные секции

Рефлексия проектной деятельности

ПРОЕКТ

КОЛЛЕКТИВНЫЙ, СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ

ПЛАНИРОВАТЬ, ПРИДУМЫВАТЬ, ВОПЛОЩАТЬ

ВОПЛОЩАЕМ ИДЕИ В ЖИЗНЬ

КОМАНДА

МАША Т.

ПРОЕКТ

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ, ПРАКТИЧЕСКИЙ

ИСКАТЬ, СОЧИНЯТЬ, ДЕЙТВОВАТЬ

РАСКРЫВАЕМ СЕБЯ

ТВОРЧСТВО

ДАША М.

ПРОЕКТ

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ, ИНТЕРЕСНЫЙ

ИСКАТЬ, ТВОРИТЬ, РАБОТАТЬ

ДЕЛАТЬ ЖИЗНЬ ЯРЧЕ

РАДОСТЬ

ПОЛИНА Ш.

ПРОЕКТ

СПОРТИВНЫЙ, СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ

ИСКАТЬ, СОЧИНЯТЬ, РАБОТАТЬ

МЫ УЧИМСЯ, ПОЗНАВАЯ МИР

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

КАТЯ Ж.

Перспективы нашей работы

- Увеличить количество занятий, способствующих развитию двигательной активности школьников (физическая культура, хореография), привлечь к их проведению в качестве консультантов учителей физической культуры
- Внедрить новые формы проведения занятий: конкурсы, квесты.
- Организовать проведение мастер-классов по различным видам спорта с тренерами-специалистами (ФОК, ДЮСШ)
- Привлечь к «обучению» в «Академии ЗОЖиков» всю параллель 4-ых классов

Мы за ЗОЖ!!!
Присоединяйтесь!!!