

# Проект «Здоровая осанка»



МБОУ СОШ № 25  
г. Балаково Саратовской  
области

# Выбор проблемы

Как мы  
выбирали  
проблему

Анкетирова-  
ние учащихся  
школы

Провели  
игру  
«Ящик  
предложений»  
среди  
учащихся  
школы

Изучили  
печатные  
источники по  
данной  
проблеме

Подвели  
итоги

# Выбор проблемы

Школьный возраст в развитии ребенка является периодом, когда закладывается фундамент его здоровья, физического развития и культуры движений. Однако анализ имеющихся данных показывает, что состояние здоровья детей в настоящее время далеко не соответствует ни потребностям, ни потенциальным возможностям современного общества.

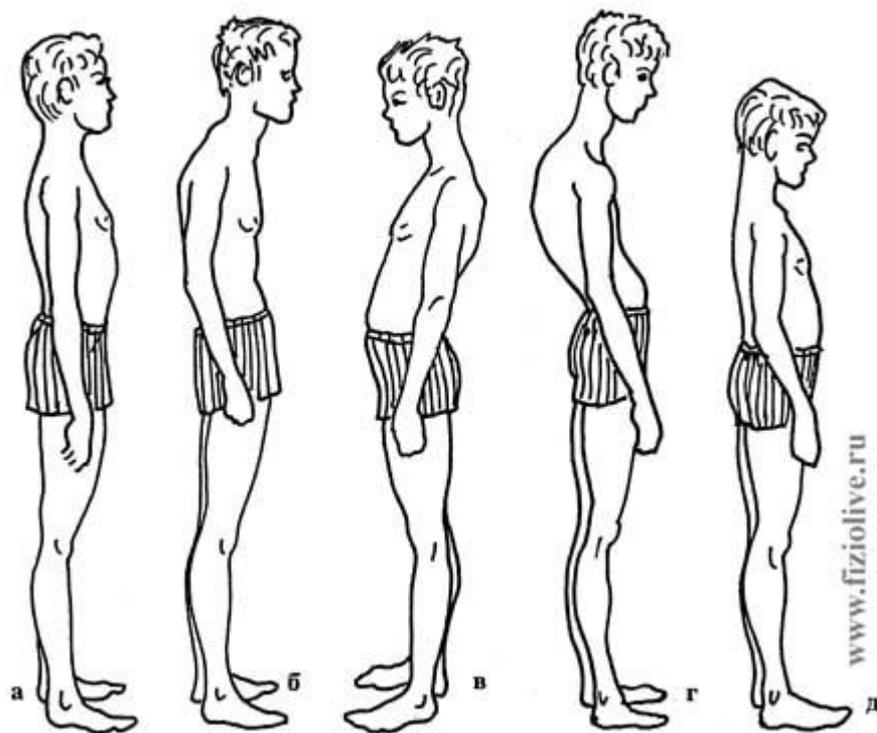
# Актуальность проблемы

По статистике более 40% детей имеют нарушение осанки. Неправильная осанка может не только нанести вред здоровью, но и испортить человеку жизнь.



# Цель проекта

Воспитание правильного отношения к здоровью через разработку и внедрение системы мероприятий, направленных на выработку правильной осанки



# Задачи

- . Выявить факторы нарушения осанки.
- . Разработать систему мероприятий, направленных на выработку правильной осанки.
- . Пропагандировать здоровый образ жизни.



# Гипотеза

Предполагается , что формирование и коррекция осанки у школьников будет проходить заметно эффективнее, если:

- школьники получают больше информации по указанной теме;
- в утреннюю зарядку и классический урок будут вставлены специально подобранные упражнения способствующие формированию и укреплению осанки.



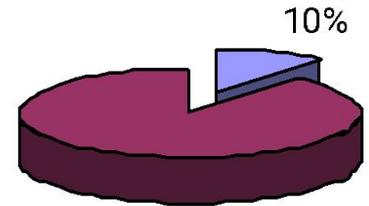
**1 этап.**

# Сбор информации

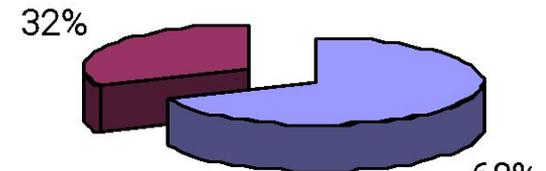


# Социологический опрос

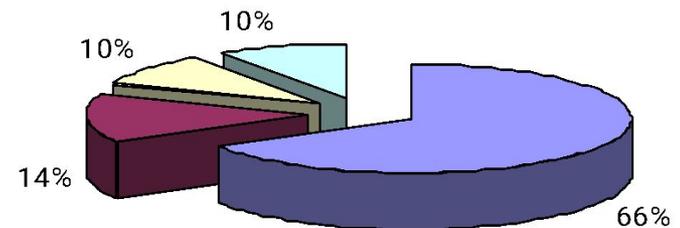
Знаете ли вы о правилах сохранения здоровой осанки?



Хотят ли учащиеся школы вести деятельность по сохранению здоровой осанки?



Назовите причины нежелания вести активную деятельность по сохранению здоровой осанки.



- 66% - не могут объяснить;
- 14% недостаток времени;
- 10% - лень;
- 10% - достаточное количество уроков физкультуры.

# Изучение литературы по указанной проблеме

1. Энциклопедия здоровья. М.: Вече, 2004
2. Дмитриева Н.Я., Казаков А.Н. Окружающий мир. М.: Учебная литература, 2008
3. Касаткина В.Н. Педагогика здоровья. М.: Линка-пресс, 1998
4. Н.Ю. Буянова Я познаю мир. Детская Энциклопедия /Медицина/. М.: АСТ, 2001

# Встречи, консультации с компетентными людьми



Участники проекта встретились с

- врачом-ортопедом,
- школьным врачом,
- тренером по плаванию,
- тренером по фитнесу

## 2 этап

# Разработка собственного варианта решения проблемы

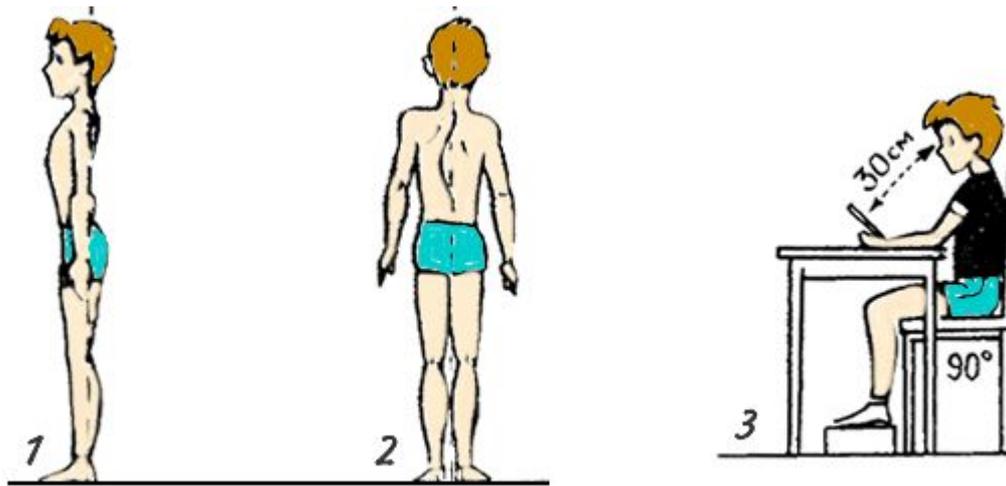




# Ожидаемые результаты:

- 1.Выявление фактов нарушения осанки.
- 2.Информирование учащихся по указанной проблеме.
- 3.Проведение ряда мероприятий направленных на поддержание правильной осанки.

Рис. 2



## **3 этап.**

### **Реализация проекта.**

- Составили режим дня с включением мероприятий для профилактики нарушения осанки.
- Проводили игровые тренинги.
- Создали буклет с целью знакомства с различными играми и упражнениями для формирования правильной осанки.
- Организовали выставку рисунков и фотографий «Красивая осанка».
- Создали компьютерную презентацию «Как выработать правильную осанку?»
- Провели лекции в начальной школе.

# Над проектом работали:

Учащиеся 10 класса

**Руководитель проекта:**  
учитель физической культуры  
Громова Светлана Владимировна