

# Муниципальное автономное учреждение Средняя общеобразовательная школа №8



## ПРОЕКТ «Скуку, простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье».

Авторы: Кулешова Г.Н. учитель начальных классов МАОУ СОШ № 8

Макаенко И.Н. учитель начальных классов МАОУ СОШ № 8

Пляскина И.Ю. учитель начальных классов МАОУ СОШ № 8

Сергеева И.А. учитель начальных классов МАОУ СОШ № 8

Город Назарово



## Актуальность

- **Нарушения в состоянии здоровья учащихся часто являются причиной трудностей в усвоении учебного материала. Поэтому все усилия медицинского персонала и преподавателей должны быть направлены на устранение факторов, которые вызывают эти нарушения или способствуют их возникновению.**

## Гипотеза:

- В соответствии с этим мы предполагаем, что комплекс проведённых занятий будет способствовать формированию здорового образа жизни у учащихся.

## Цель:

- к концу проекта будет проведён комплекс занятий для повышения уровня здорового образа жизни, в результате которого :
- 45% учащихся будут соблюдать режим дня;
- 50% учащихся будут больше времени проводить на свежем воздухе
- 95% учащихся будут питаться в школе горячим обедом,
- улучшится работоспособность, снизится утомляемость уч-ся на уроках

## Задачи:

- Разработать и провести занятия-практикумы, беседы по формированию понятия «здорового образа жизни» (соблюдение режима дня, правильного питания, соблюдение личной гигиены, игры на свежем воздухе);
- Провести анкетирование детей для выявления понятия «здоровый образ жизни», проанализировать результаты;
- Организовать учащихся на проведение оздоровительных занятий : физминуток на уроках, динамических пауз; провести праздник «День здоровья».



## Ожидаемые результаты

- 45% учащихся будут соблюдать режим дня;
- 50% учащихся будут больше времени проводить на свежем воздухе;
- 30% учащихся будут меньше времени проводить за ПК и телевизором;
- 95% учащихся будут питаться в школе горячим обедом,
- улучшится работоспособность, снизится утомляемость уч-ся на уроках

Механизм реализации

Месяц	Что будет сделано?	Для кого? (целевая группа)	Кто примет участие в выполнении (ответственные и партнеры проекта)
Ноябрь	<b>Подготовительный этап</b>		
3 неделя	Анкетирование		Учащиеся, родители
4 неделя	Обработка результатов		Педагоги 1 а, б,в,г.
	<b>Реализация проекта</b>		
Декабрь 1 неделя	<b>Названия мероприятий</b> Беседа- практикум «Режим дня - основа жизни человека»	Учащиеся 1а,б,в,г	Учащиеся, педагоги 1-х классов
2 неделя	Беседа-практикум «Умеем ли мы правильно питаться»		
3 неделя	Выставка рисунков. Фотографий на тему «Моя здоровая семья»		Дети, родители, учителя 1а, б,в,г.
	Подготовка к празднику		Дети, родители, учителя 1а, б,в,г.
	<b>Заключительный этап</b>		
4 неделя	Завершение реализации проекта. Праздник «День здоровья»		Дети, родители, учителя 1а, б,в,г.

Каждый из нас слышал выражение “здоровый образ жизни” и у каждого из нас есть представление о том, что это такое. Для выяснения различий в этих представлениях просим Вас принять участие в нашем опросе.

Какими словами Вы бы дополнили предложение, поставьте ( + )

1. Я считаю, что здоровый образ жизни это-

здоровье	75%
семья	32%
дружба	34%
красота	44%
счастье других	28%
уверенность в себе	7%
заниматься спортом	95%
хорошее отношение к себе	43%
добрые отношения в семье	39%
не употреблять алкоголь	82%
полноценно и правильно питаться	87%
не курить	100%
доброжелательное отношение к другим	65%

2. Нужно ли вести здоровый образ жизни?

а) да - 93% б) затрудняюсь ответить-7% в) нет-0%

3. Соблюдаете ли Вы здоровый образ жизни?

Да-67% затрудняюсь ответить- 33% нет-0%

# День здоровья

