

# Социальный проект «Мы выбираем здоровый образ ЖИЗНИ»

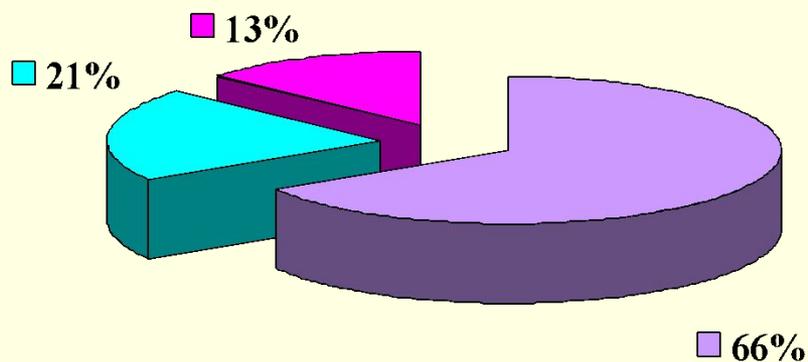


Автор проекта: Лапшина  
Ольга Сергеевна,  
воспитатель группы  
продленного дня

# Актуальность.

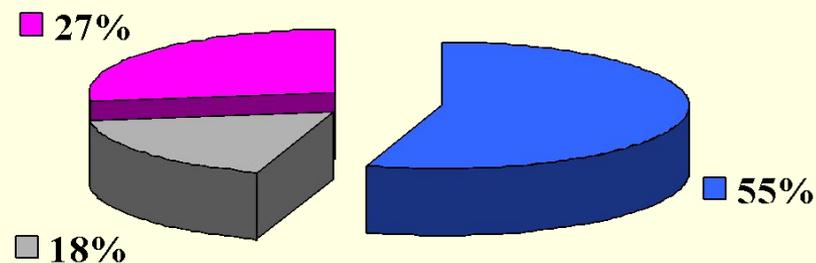
## Посещаемость детей группы продленного дня

### 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**

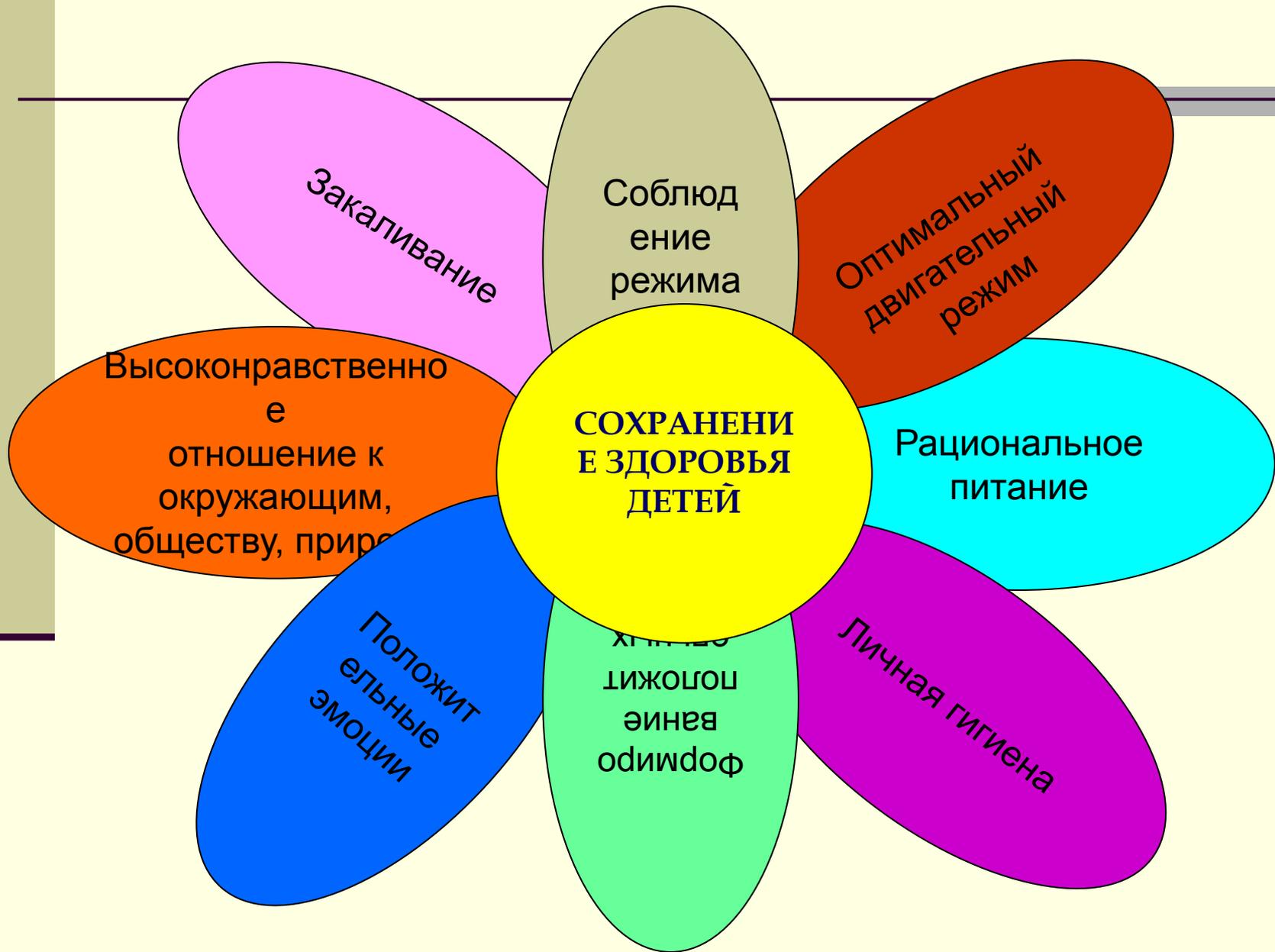
**Учитель физкультуры**

**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;

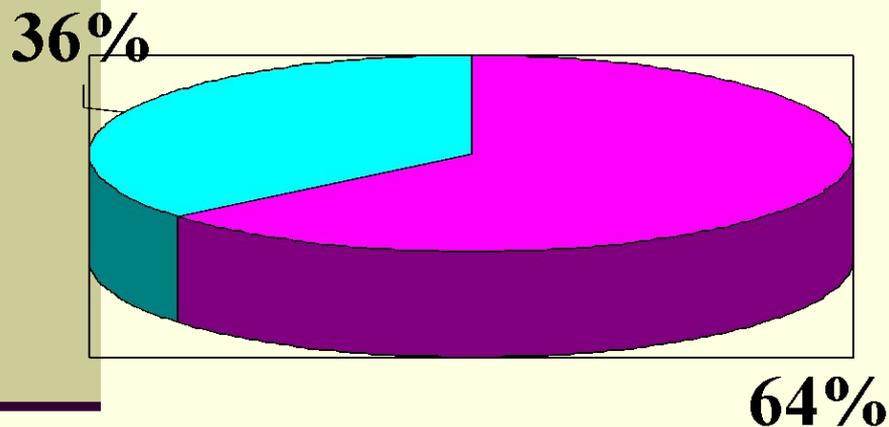
✓ Проведение занятий по ЗОЖ, викторин по гигиеническому обучению и воспитанию.

✓ Экскурсии,

✓ физический труд;

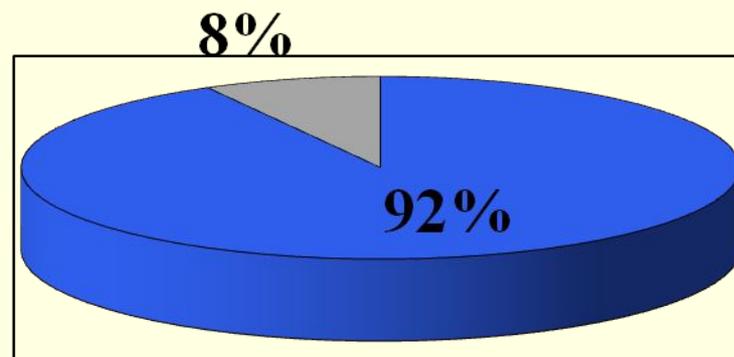
# Хронометраж недельной двигательной активности учащихся (результат в начале и в конце учебного года)

## Начало учебного года



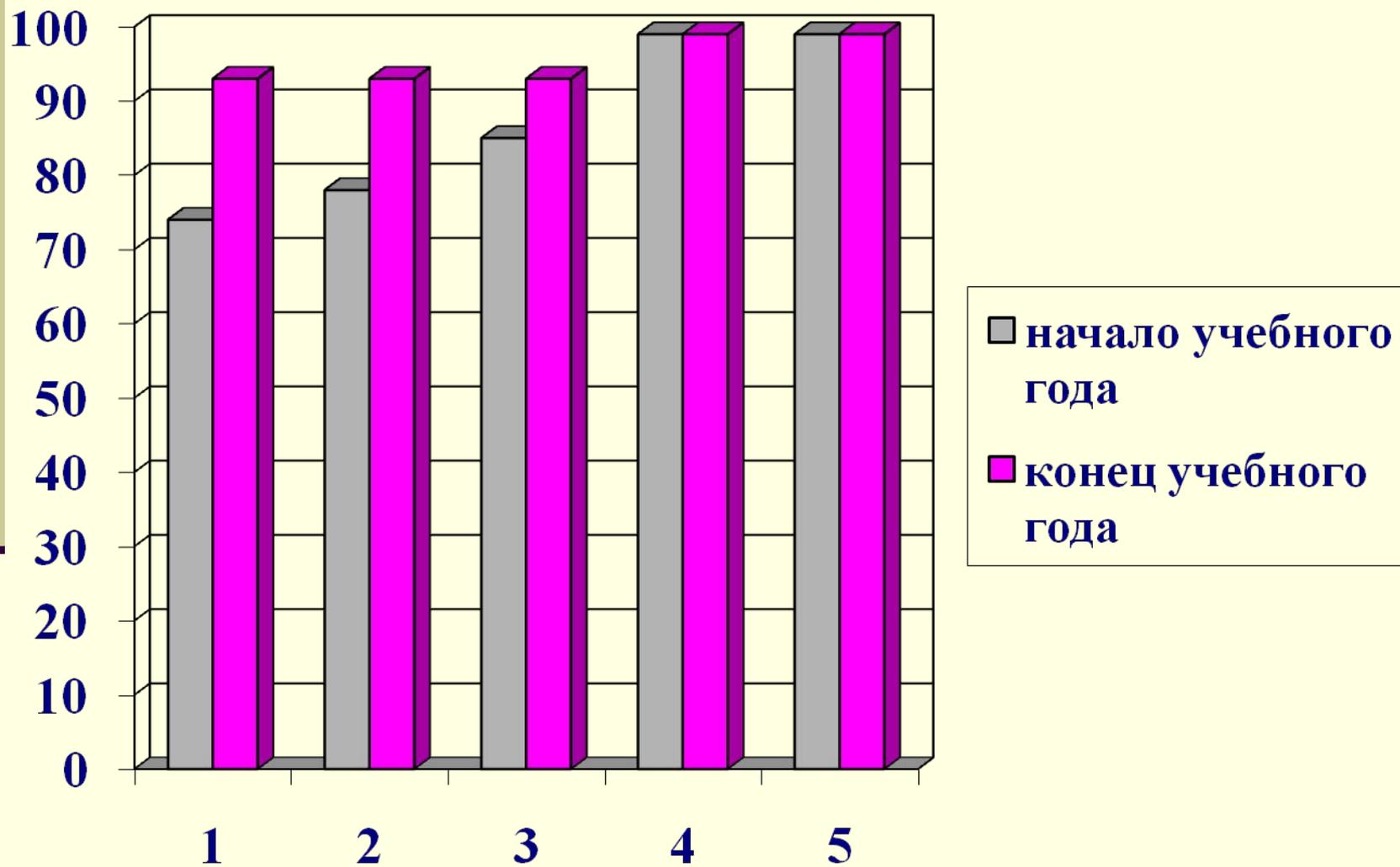
- Двигательная активность более 2 часов в день
- Двигательная активность менее 2 часов в день

## Конец учебного года

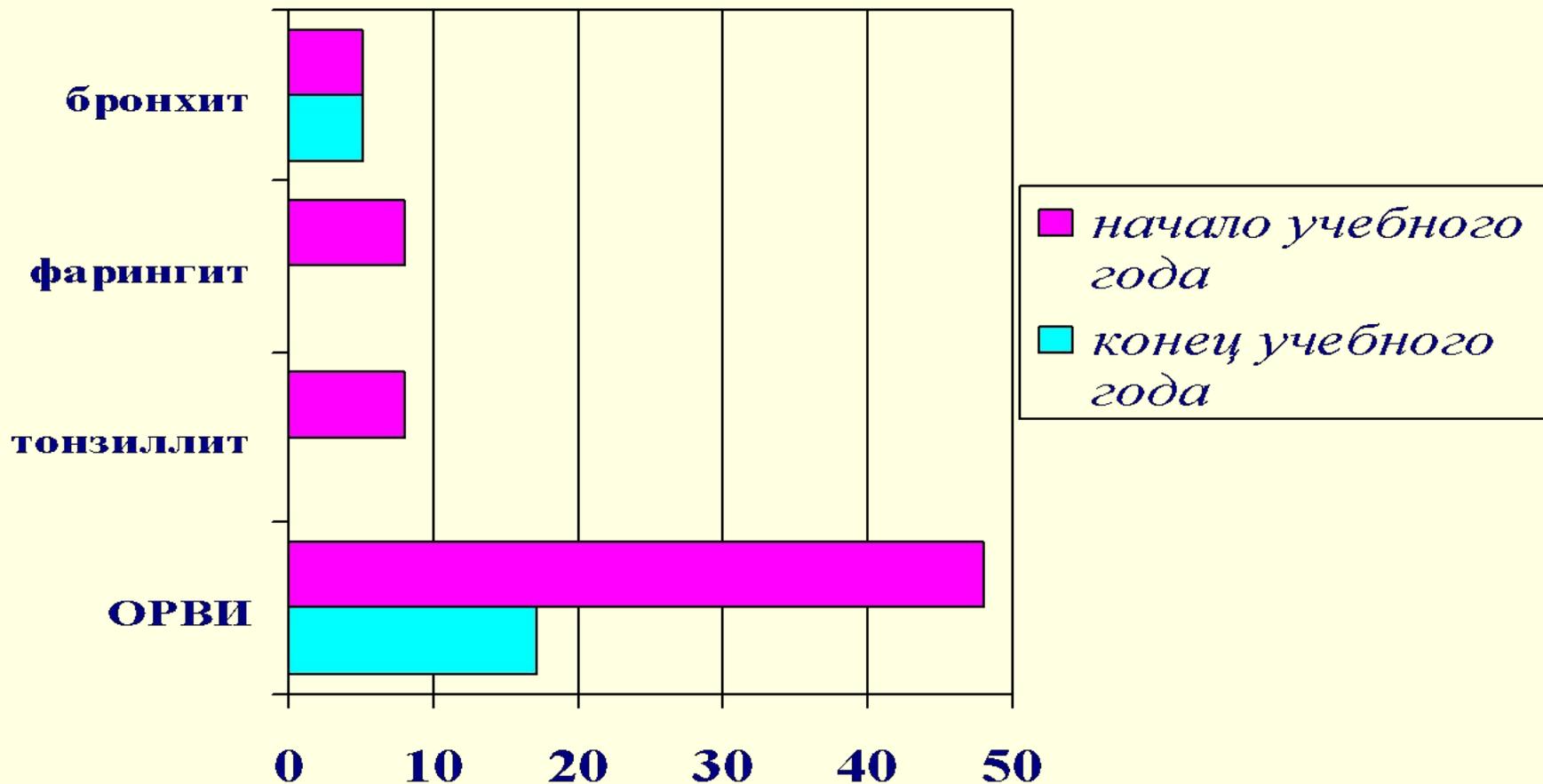


- Двигательная активность более 2 часов в день
- Двигательная активность менее 2 часов в день

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



# Изменение показателей здоровья



# Здоровье глазами детей

**11<sup>30</sup> - 12<sup>30</sup> ч. -**  
 Отдохнуть всем нам пора!  
 Все на воздух,  
 детвара!

**12<sup>30</sup> - 13<sup>00</sup> ч. -**  
 Вот уже обед готов!  
 Кто все съест  
 и тарелку, и плов!

**14<sup>00</sup> - 15<sup>00</sup> ч. -**  
 Танцевать  
 пришла пора.  
 Где же мля?  
 Визкультура!

**15<sup>00</sup> - 16<sup>00</sup> ч. -**  
 Всех круж-  
 ки в „Росинке“  
 ждут:  
 кто танцует,  
 кто поёт, кто  
 выплывавать идёт.

**17<sup>00</sup> ч. -**  
 Вот ещё  
 прошёл денёк.  
 Всем пока, прайдай, дружок

**9<sup>30</sup> ч. -**  
 Вкусный  
 завтрак  
 манит нас.  
 Он здоровье  
 нам придаст!

**8<sup>00</sup> 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»