

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Кобринская основная общеобразовательная школа»



Социальный проект  
**«Я, ты, он, она – мы здоровая страна!»**



2015 год

## Введение

Порой плотный рабочий график родителей совсем не оставляют времени на занятия спортом. Однако, каждый согласится, что спорт - это важная составляющая жизни человека. Ведь спортивная семья - это семья, которая заботится о своем здоровье и своем благополучии. Согласитесь, лучше тратить время на спорт, чем на хождение к врачам и лечение различных заболеваний, а те люди, которые ведут активный образ жизни, реже подвергаются болезням.

Очень важен спорт и для растущих детей - у них лучше развивается скелет, осанка, они становятся сильнее и выносливее, чем их сверстники. Но как же заинтересовать ребенка спортом, как его вовлечь? Лучший способ - семейные занятия, то есть, спортивная семья. Это не только польза собственно от спорта, но и приятное совместное времяпровождение, которое сплачивает всю семью, а дети привыкают вести правильный и здоровый образ жизни.



## **Актуальность проекта**

В нашей стране уделяют огромное внимание проблеме здоровья. Возрастают учебные нагрузки в школах, двигательная активность детей уменьшается. Школьники проводят почти все свое свободное время у компьютеров и телевизоров. Неблагоприятная экологическая ситуация, неправильное питание – все это является главными причинами резкого ухудшения здоровья учащихся. Так возникла необходимость в систематическом проведении оздоровительной работы в школе.

**Направление проекта:** формирование навыков здорового образа жизни, содействие в сохранении и укреплении здоровья детей.

**Участники проекта:** учащиеся школы, учителя, родители.



## **Цель проекта**

Актуализация темы здоровья и здорового образа жизни, развитие и сохранение у детей физического и духовного здоровья, реализация творческого потенциала учащихся.

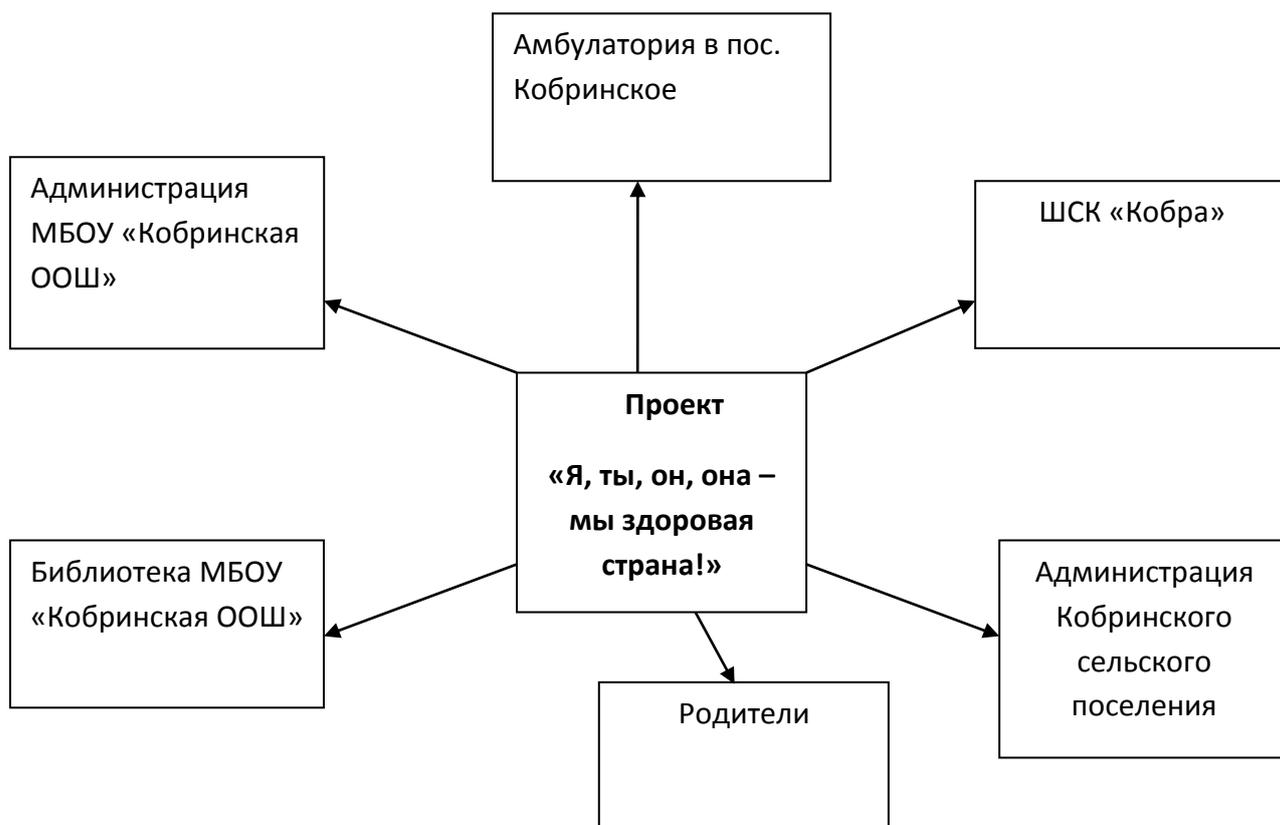
### **Задачи проекта:**

1. Проводить активную пропаганду здорового образа жизни.
2. Формировать чувство ответственности за свое здоровье.
3. Повышать двигательную активность учащихся.
4. Формировать навыки здорового образа жизни.

### **Ожидаемые результаты.**

- 1.Повышение мотивации к двигательной активности учащихся.
- 2.Вовлечение в активную деятельность большого круга детей.
- 3.Улучшение знаний детей о здоровом образе жизни.
- 4.Развитие у подрастающего поколения культуры здорового образа жизни.

## Партнеры проекта



## План мероприятий

| январь  | февраль   | март   | апрель                               | май | июнь  | июль  | август   | сентябрь  | октябрь   | ноябрь   | декабрь   |
|---|---|--|--------------------------------------|-----|---|---|--|---|---|--|---|
| обсуждение и принятие проекта на заседании ШСК, редакция плана мероприятий на год | турнир по мини-футболу, между 5-9 классами в честь 23 февраля, участие в раенной лыжне памяти М.И. Дороничева | "А, ну-ка, девочки!" - веселые старты, посвященные дню 8 марта | изготовление и выпуск листовок о ЗОЖ |     | помощь в проведении спортивного мероприятия "Молодежь выбирает", участие в районном турнире по мини-футболу | участие в межпоселенческом футбольном турнире в пос. Карташевская | участие и помощь в организации квеста ко дню Российского флага | утверждение плана мероприятий на 2015 - 2016 уч.г. и участие в мероприятиях Лиги школьного спорта (Единая Россия) | разработка движений для флеш-моба (утренней зарядки) и участие в мероприятиях Лиги школьного спорта (Единая Россия) | разучивание флеш-моба (утренней зарядки) и <b>участие в мероприятиях Лиги школьного спорта (Единая Россия)</b> | конкурс между старшими и младшими классами на лучшее исполнение флеш-моба "Я ты он она - мы здоровая страна!" |

## Реализация проекта

-Разработали план мероприятий по пропаганде здорового образа жизни.

-Провели День спорта. Прошли соревнования по разным видам (футбол, волейбол, л/а кросс, прыжки в длину и т.д.)

-Изучили нормативно-правовую базу, существующую по данной проблеме.

-Изучили занятость подростков во внеурочное время.

-Оформили стенд о здоровом образе жизни.

-Провели «Веселые старты».

-Провели конкурс рисунков о здоровом образе жизни в старших классах.

-Изготовили листовки о вреде курения.

-Ежедневно проводили зарядку для начальных классов.

-Провели Час здоровья в начальных классах.

-Проводятся на каждом уроке физкультминутки, состоящие из упражнений для глаз, рук и т.д.

-Организовали выставку рисунков на тему «Олимпиада - 2014» в начальных классах.

-Изготовили скворечники к предстоящей весне.

Данная работа является вкладом (пусть небольшим) в решении проблемы по сохранению и укреплению здоровья детей. Она поможет им овладеть не только прочными знаниями, но и осознанными умениями. Мы надеемся на положительный эффект в оздоровлении учащихся. Уверены, что основная цель – желание сохранить здоровье, жить полноценной жизнью – будет достигнута.