Номинация: «Спортивные вершины»

ПРОЕКТ

**«ЗОЛОТНИК ЗДОРОВЬЯ»**

Стальмакова Надежда Александровна,

учитель русского языка и литературы,

МОКУ Райчихинская ООШ,

 тел.: (416 34) 24-346

 bez\_shkola@mail.ru

**1. Актуальность проекта.**

 Самое ценное и важное в нашей жизни – это дети и их здоровье.

В последнее время показатели детского здоровья  ухудшаются. Только 10 % выпускников российских школ могут быть отнесены к категории здоровых. Основным фактором, ухудшающим здоровье детей, являются перегрузки из-за избыточности школьной программы. Причиной, вызывающей данное положение, являются не только воздействие факторов среды проживания и генетическая наследственность, сегодня прогрессирует гиподинамия – малоподвижный образ жизни во время учебных занятий и дома.

 Задача школы состоит в сохранении и укреплении  здоровья, пропаганде здорового образа жизни, в формировании ответственности за своё здоровье, развитие двигательной активности.

 **2. Цели и задачи проекта.**

 Цель проекта: воспитание поколения, стремящегося к здоровому образу жизни, посредством вовлечения детей в такие формы организации оздоровительной работы, как спортивные праздники, соревнования по разным видам спорта, творческой деятельности.

 Задачи проекта:

\* формирование осознанного отношения обучающихся к своему здоровью;

\* формирование у обучающихся устойчивых положительных привычек и применение поведенческих стереотипов здорового образа жизни в повседневной жизни;

\* способствовать определению ценности своего здоровья и мер по его сохранению;

\* способствовать развитию активного позитивного досуга обучающихся, формировать положительное отношение к спорту и физической культуре;

\* создание условий для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни.

**3. Участники, с которыми осуществляется работа по проекту.**

Обучающиеся образовательного учреждения. Возрастная категория 7-16 лет.

**4. Участники, реализующие проект.**

Педагог-организатор составляет ПОЛОЖЕНИЕ спортивно-развлекательного праздника, осуществляет контроль в ходе подготовки и проведения мероприятия, составляет мониторинг.

Учитель физической культуры отвечает за планирование и организация спортивных соревнований каждого спортивно-развлекательного праздника.

Классные руководители отвечают за подготовку и проведение бесед-занятий согласно проекту «Золотник здоровья»; помогают ученикам подготовить творческое задание; принимают участие в подборе материала для агитбригады и корректируют её при подготовки.

Родители могут быть непосредственными участниками спортивных соревнований (Всемирный день туризма, Марафон здоровья), а также принимать участие в организации и проведении мероприятий (

**5. Концепция проекта.**

 Сохранение здоровья подрастающего поколения является самой насущной проблемой государства. Школа – идеальный центр для воспитания культуры здоровья и формирования здорового образа жизни обучающихся. Данный проект представляет собой совокупность мероприятий, направленных прививать тягу к физической культуре и спорту, активному отдыху, рациональному питанию, соблюдений правил гигиены. Оздоровительный проект призван развивать осознанное отношение детей и подростков к своему здоровью как главной жизненной ценности и представляет собой систему познавательного, творческого и поведенческого элементов. Участники должны быть вооружены целой системой представлений о физиологических особенностей организма, гигиены тела, питания, режима и т. д., а также о сущности здорового образа жизни. В этом состоит смысл познавательного аспекта системы.

 Творческий элемент предусматривает развитие полученных знаний в ходе активной самореализации личности в процессе творческой деятельности.

 Поведенческий элемент предусматривает формирование устойчивых положительных привычек и применение поведенческих стереотипов здорового образа жизни обучающихся, устойчивом противодействии негативных воздействий.

 Проект «Золотник здоровья» содержит цикл классных часов, куда включены связанные по содержанию беседы-занятия, помогающие понять, что такое личное здоровье, оценить его и сделать выбор в пользу ЗОЖ как единственно возможного способа сохранить активную жизнедеятельность (см. Таблицу 1). Их готовят и проводят классные руководители. А также спортивно-развлекательные мероприятия, которые проводятся 1 раз в четверть в течение учебного года. Кроме того в проект включены Всемирный день туризма (27 сентября) и Всемирный день здоровья (7 апреля) (см. Таблицу 2). К каждому мероприятию разрабатывается ПОЛОЖЕНИЕ, планируются спортивные соревнования. В период между мероприятиями все участники готовят творческое задание, готовят агитпредставление..

 Структура спортивного праздника:

1) Открытие;

2) Общешкольная зарядка;

3) Выступление агитбригады;

4) Спортивные соревнования;

5) Творческое задание.

 Таблица 1

**Классные часы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| КЛАССЫ  | ТЕМЫ | ЦЕЛИ |
| 1 – 2-е | 1. «Что такое гигиена»;2. «Культура питания: самые полезные продукты»;3. «Твой режим дня»;4. «Физкультура и спорт»;5. «Закаливание»;6. «Берегите осанку!»;7. «Визит к стоматологу» | Получение знаний об организме человека и его функционировании, формирование основных навыков здорового образа жизни |
| 3 – 4-е | 1. «Начинаем утреннюю гимнастику»;2. «Гигиена одежды»;3. «Берегите зрение!»;4. «Лекарственные растения»;5. «Овощи и фрукты – витаминные продукты»;6. «Зубы и наше здоровье» | Формирование представление о том, что полезно и что вредно, формирование привычки к ежедневным физкультурным упражнениям, формирование элементарных представлений об окружающей среде |
| 5 – 6-е | 1. «Поговорим о правильном питании»;2. «Умей трудиться и отдыхать»;3. «Культура начинается со здоровья»;4. «Гигиена мальчика. Гигиена девочки»;5. «Красота – залог здоровья!»;6. «Пагубное влияние ПАВ»;7. «Спорт и здоровье» | Развитие социально-адаптационных качеств личности, мотивационной сферы, направленной на формирование потребностей быть здоровым, включение в активную деятельность по формированию здорового образа жизни и противостояние влияниям вредных привычек |
| 7 – 8-е | 1. «Наш нравственный выбор – здоровье»;2. «Правда о наркотиках»;3. «Поговорим о настоящей красоте»;4. «Особенности подросткового возраста»;5. «Суд над сигаретой (алкоголем)»;6. «Наше самочувствие» | Формирование ЗОЖ как главный фактор успешности человека, разумного поведения в экстремальных ситуациях, в период болезни, физических нагрузках, умственного переутомления |
| 9 | 1. «Мода на здоровье»;2. «Украшаем тело. Хорошее ли дело?»;3. «ПАВ и здоровье»;4. «Еще раз о гигиене подростка»;5. «Внимание, СПИД!» | Совершенствование культуры здоровья, общения, повышение социальной активности каждого подростка. Формирование навыков эффективного использования знаний о сохранении и укреплении здоровья |

 Таблица 2

**Спортивно-развлекательные праздники**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | дата | мероприятие | цели и задачи | содержание |
| 1 | 27.09 | Всемирный день туризма | Способствовать развитию активного позитивного досуга учащихся, формировать положительное отношение к спорту и физической культуре как основам становления здорового образа жизни; развивать навыки безопасного поведения в условиях турпохода, основные туристические навыки, экологическую культуру через освоение основных правил поведения на природе; способствовать развитию творческих способностей обучающихся | 1) Сбор;2)Туртехника – преодаление тур-полосы на время;3) Установка па-латки на время;4)Спортивная эстафета;5) Конкурс прави-льного расположе-ния бивуака;6) Конкурс репор-тажей «Мы на тур-слете!» (творческий конкурс) |
| 2 | 31.10 | Ярмарка здоровья | Способствовать форми-рованию у учащихся навыков ведения здорового образа жизни; определению ценности своего здоровья и мер по его сохранению; развитию и совершенствованию таких качеств, как выносливость, ловкость, сила, мышление, умение координировать свои движения; способствовать развитию творческих способностей обучающихся | 1) Линейка;2)Веселая общеш-кольная зарядка;3)Выступление агитбригады на тему «Хочешь быть здоров - спортом за-нимайся»(смешанная команда);4) Спортивные соре-внования по эста-фетам;5)Защита творческих работ «Наша форму-ла ЗОЖ» |
| 3 | 25.12 | Марафон здоровья | Формирование здорового образа жизни на основе примера родителей, воспитание чувства гордости за свою семью, уважение к родителям, физическое развитие детей и подростков; способствовать развитию творческих способностей обучающихся | 1) Линейка;2) Веселая общешко-льная зарядка;3) Спортивное приветствие команд «Всей семьей – к здоровью!» (выступление агитбригады);4) Спортивные соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья»;5)Защита творческих работ «Символы здоровья» |
| 4 | 23.03 | Народные игрища | Приобщение обучающихся к традициям русской культуры, развивать физические качества личности, воспитывать чувство взаимопомощи, развивать стремление к активному образу жизни; способствовать развитию творческих способностей обучающихся | 1) Линейка;2)Веселая общеш-кольная зарядка;3)Выступление агитбригады на тему «Здоровым быть здорово!»;4) Соревнования «Богатыри Руси»;5)Защита творческих работ «Здоровью – ДА!» |
| 5 | 07.04 | Всемирный день здоровья | Формирование и развитие у обучающихся представлений о здоровье, мотивации на здоровый образ жизни, привлечение внимания общества проблеме сохранения и укрепления здоровья детей; способствовать развитию творческих способностей обучающихся | 1) Линейка;2)Веселая общеш-кольная зарядка;3)Выступление агитбригады на тему «Бегом от болезней!»;4)Спортивные соревнования «Спортаукцион»;5)Защита творческих работ «Здоровые классы в наших руках!» |
| 6 | 20.05 | Спартакиада ловких и сильных | Формирование у подрастающего поколения навыков ЗОЖ, понятий, что жизнь – источник радости, сохранение и укрепление здоровья – дело каждого; способствовать развитию творческих способностей обучающихся  | 1) Линейка;2)Веселая общеш-кольная зарядка;3)Выступление агитбригады на тему «Мы в спорте»;4) Легкоатлетичес-кая спартакиада5)Защита творческих работ «От Афин до Сочи» |

**6. Сроки и этапы реализации проекта.**

Срок реализации проекта один учебный год.

Этапы реализации проекта:

*I этап: проектный – август.*

***Цель:*** подготовка условий создания системы спортивно-оздоровительного воспитанию.

***Задачи:***

1. Разработать, обсудить и утвердить структуру и содержание проекта.

2. Проанализировать материально-технические, педагогические условия реализации проекта.

3. Подобрать диагностические методики.

*II этап: практический – сентябрь – май.*

***Цель:*** реализация проекта по спортивно-оздоровительному воспитанию

***Задачи:***

1. Выработать варианты здорового образа жизни.

2. Развивать у обучающихся активную позицию по отношению к сохранению своего здоровья.

3. Формировать положительное отношение к спорту и физической культуре.

4. Развивать чувства патриотизма через ознакомление и изучение русских спортивных традиций.

*III этап: аналитический – июнь.*

***Цель:*** анализ итогов реализации проекта «Золотник здоровья»

***Задачи:***

1. Обобщить результаты работы проекта.

2. Провести коррекцию затруднений в реализации проекта.

3. Спланировать работу на следующий период.

**7. Ключевые методики, технологии, инструментарии.**

 В проекте «Золотник здоровья» целесообразно использовать методические средства, позволяющие наиболее эффективно воздействовать на эмоциональную сферу обучающихся: психологические, физические упражнения и игры, творческие этюды, привлечение различного иллюстративного материала.

 Мероприятия должны быть нетрадиционными, стимулирующими интерес детей и побуждающими их к активному участию: уроки на природе, выезд в лес со спортивной программой, пеший спортивный поход и др. в День здоровья допустима незначительная корректировка учебного плана, расписания занятий в связи с переносом уроков на природу, стадион и т.д. В ходе проекта используются следующие технологии:

**\***  личностно-ориентированная технология;

\* технология здоровьесберегающая;

\* технология КТД И. П. Иванова;

\* Тьюторство – технология педагогической поддержки;

\* технология создания ситуации успеха;

\* шоу-технологии;

**8. Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации проекта.**

Кадровые ресурсы; организация среды и наполняемость её разнообразным оборудованием: спортивный инвентарь, физкультурные комплексы, ТСО.

**9. Результаты реализации проекта.**

Участвуя в проекте «Золотник здоровья», у обучающихся складывается полное, четкое представление о принципах и правилах ведения здорового образа жизни, о пагубном воздействии вредных привычек на организм подростка, вырабатывается стремление заниматься физической культурой и спортом с целью поддержания физической формы. Ожидается повышения мотивации к двигательной деятельности школьников, профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья школьников. Поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей.

**10. Уникальные особенности проекта и ключевые факторы успеха.**

 Проект «Золотник здоровья» описывает успешную практику привлечения детей к занятиям физкультурой и спортом. Не требует материальных затрат. Интересен для обучающихся, легко можно использовать в любом образовательном учреждении.