***Здоровей! – Ка***
***(Кампания по пропаганде здорового образа жизни среди детей и родителей)***
***Девиз: «Не забывай в числе других продуктов***
***Побольше кушать овощей и фруктов,***
***Вини себя за вид болезненный и хмурый,***
***И занимайся больше физкультурой!»***
Символ проекта: ЗОЖик (сказочный человек, знающий все о здоровым образе жизни)

**Цели и задачи проекта.**
**Цель проекта:**

- *развитие навыков здорового питания школьников1-4 классов и увеличение их физической активности.*

**Задачи проекта:**

* *формирование  и развитие представления школьников о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;*
* *Развивать навыки, умения применять полученные знания на практике, в жизни, придерживаясь сбалансированного, рационального питания в составлении меню.*
* *освоение детьми практических навыков рационального питания (приготовление здоровых завтраков);*
* *информирование школьников о народных традициях, связанных  с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к  культуре своего народа к культуре и традициям других народов;*
* *познакомить со способами выращивания  полезных растений в здании школы, теплице и  дома.*
* *формировать навыки посадки и ухода за культурными растениями.*
* *активизировать работу по увеличению физической активности учащихся через проведение динамических пауз и посещение спортивных объектов.*

*активизировать работу родителей по укреплению и сохранению здоровья детей, в том числе по развитию навыков здорового питания и увеличения физической активности.*

* *развитие коммуникативных навыков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;*
* *развитие умения использовать активный отдых.*

**Информация о деятельности в проекте.**
*В рамках проекта «Здоровей-Ка!» учащиеся познакомились с полезными растениями, потребляемыми в пищу – это растения поля, огорода, сада и леса. Приобрели опыт выращивания рассады, декоративных культур, растений.*
*Ежемесячно проводились часы общения в форме круглого стола, диспута, устного журнала, а также различные викторины, игровые программы и конкурсы рисунков.*
*Дополнительное финансирование позволило приобрести спортивное оборудование для занятий физкультурой и активного отдыха:*
*- тренажер «Беговая дорожка»;*
*- велотренажер;*
*- комплекты лыж;*
*- мелкий спортивный инвентарь (мячи, обручи, игры, прыгалки и т.д.)*
*На территории школы установлено два спортивных комплекса, которые используются для проведения динамических пауз на свежем воздухе.*
*Для проведения игровых развлекательных программ по физической культуре приобретены мягкие модули и сухой бассейн.*
*Оборудован кабинет технологии:*
*- кухонные секции со встроенной техникой*
*- духовой шкаф*
*- варочная панель*
*- холодильник*
*- микроволновая печь*
*- соковыжималка*
*- кухонный комбайн*
*- тостер*
*Спортивное оборудование и оборудование для приготовления полезных блюд было закуплено по программе «Будь здоров» с 2016 по 2017 гг.*
*Еженедельно кабинет технологии использовался для проведения практических занятий по приготовлению пищи.*

*Родители активно включились в проведении мастер-классов  для детей по приготовлению здоровой и вкусной пищи.*

 *С огромным удовольствием  дети играли на переменах в подвижные игры, пользуясь инструкциями, организовывали их сами.*

 *Раз в четверть организовывались походы по родному краю.*
*Ребята выращивали рассаду овощей на данных участках.*

*Организовывались работы в летние время на пришкольном участке (родители, старшие школьники.) Полученный урожай использовался для приготовления блюд  в школьной столовой и проведение мастер-классов детьми для одноклассников.*

*Зимние прогулки на лыжах проводились и  пользовались большим успехом у детей и родителей. После окончания работ по программе «Будь здоров» работа продолжается до сих пор на стадионе «Покровский» и стадионе школы.*