**Государственное казенное образовательное учреждение**

**<<Плоскошская школа-интернат>>**

***Проект «Мы за здоровый образ жизни!»***

**Участники проекта: воспитанники 6-9 классов**

**Руководители проекта: Шемякина Л.Н.**

**Соловьёва Н.А.**

**Поджарова А.В.**

**п.Плоскошь**

**2016 год**

**Оглавление:**

Аннотация проекта……………………………………………….……3 Введение………………………………………………………………..4

Цели и задачи проекта…………………………………………………5

Содержание проекта и сроки реализации…………………………….6

Целевая аудитория………………………………………………………6

План реализации проекта…………………………………………………….7 Ожидаемые результаты проекта………………………………………….….8 Перспективы развития проекта………………………………………….…...8 Список литературных и информационных источников……………..…………9

**Аннотация проекта**

Данный проект разработан с целью приобщения школьников к здоровому образу жизни. Проект способствует формированию негативного отношения к алкоголю, курению, наркотикам, даёт возможность получить знания о правильном питании. Сегодня ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что успешность обучения в школе определяется уровнем здоровья, с которым ребенок пришел в школу. Малоподвижный образ жизни, многочасовое сидение у телевизора и компьютера, учебные перегрузки, отсутствие здорового образа жизни во многих семьях, неправильное питание, неблагоприятная экологическая ситуация, и ряд других факторов являются главными причинами резкого ухудшения здоровья детей. В связи с этим в число основных приоритетов современной школы входит – оптимизация образовательного процесса с целью сохранения физического, психического, духовно-нравственного здоровья обучающихся. Для решения данной проблемы, необходимо эффективными, несложными в применении приёмами и методами, обеспечивающими максимально полный охват обучающихся и в то же время не нарушающие учебного процесса в школе проводить мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей. Следует отметить, что только систематическое проведение оздоровительной работы с ребенком в школе и дома даст желаемый результат, поможет овладеть не только прочными знаниями, но и осознанными умениями, обеспечит формирования позитивных установок по охране своего здоровья.

**Введение**

Сегодня ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что успешность обучения в школе определяется уровнем здоровья, с которым ребенок пришел в первый класс. Малоподвижный образ жизни, многочасовое сидение у телевизора и компьютера, учебные перегрузки, отсутствие здорового образа жизни во многих семьях, неправильное питание, неблагоприятная экологическая ситуация, и ряд других факторов являются главными причинами резкого ухудшения здоровья детей. В связи с этим в число основных приоритетов современной школы входит – оптимизация образовательного процесса с целью сохранения физического, психического, духовно-нравственного здоровья обучающихся. Для решения данной проблемы, необходимо эффективными, несложными в применении приёмами и методами, обеспечивающими максимально полный охват обучающихся и в то же время не нарушающие учебного процесса в школе проводить мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей. Следует отметить, что только систематическое проведение оздоровительной работы с ребенком в школе и дома даст желаемый результат, поможет овладеть не только прочными знаниями, но и осознанными умениями, обеспечит формирования позитивных установок по охране своего здоровья.

**Цель проекта:** формирование и развитие у подрастающего поколения культуры здорового образа жизни, укрепление нравственных ориентиров и сохранение физического и духовно-психического здоровья школьников.

**Задачи проекта:**

-активная пропаганда здорового образа жизни;

-профилактика правонарушений, беспризорности и безнадзорности;

-формирование и развитие социально-коммуникативных, творческих и организаторских навыков;

-повышение двигательной активности;

-формирование потребности коллективной работы;

-воспитание активной жизненной позиции, к своему здоровью.

**Содержание проекта и сроки реализации**

1.Подготовительный этап - включает в себя знакомство с темой проекта, планирование, выбор творческой группы воспитанников. Подбор информации, сценариев по теме проекта.

2.Практический этап – проведение мероприятий, изготовление листовок, беседы по теме.

3. Аналитический этап – обобщение и подведение итогов проекта.

2.Реализация проекта 01.02.2016 г. – 31.05.2016 г. Проект рассчитан на 4 месяца.

**Целевая аудитория**

Воспитанники 6-9 классов.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| План реализации проекта | | |
| февраль | Спортивно-развлекательное мероприятие<<7февраля - день зимних видов спорта в России>> | Соловьёва Н.А.  Поджарова А.В. |
| Утренняя зарядка для воспитанников 6-9 классов. | Поджарова А.В. |
| март | День со специалистами- медиками школы. | Шемякина Л.Н. |
| Лекция – презентация<<Ты -то, что ты ешь!>> | Соловьёва Н.А.  Шемякина Л.Н. |
| апрель | Спортивное мероприятие <<Весёлые старты>>, посвященное Всемирному дню здоровья. | Соловьёва Н.А.  Шемякина Л.Н.  Поджарова А.В. |
| Здоровьесберегающие листовки << Береги здоровье смолоду!>> |
| май | Конкурс рисунков <<Мы выбираем здоровье!>> | Соловьёва Н.А.  Шемякина Л.Н.  Поджарова А.В. |
| Выставка рисунков<<Здоровье - это здорово! >>  Подведение итогов, награждение самых активных участников |
| Презентация на тему:<< Отчет о проделанной работе. >> |

**Ожидаемый результат**

- повышение уровня информированности о проблемах никотиновой, алкогольной и наркотической зависимости посредством проведения мероприятий, а также распространения буклетов, информационных листов, плакатов, рисунков;

- улучшение знаний детей о ЗОЖ;

- повышение мотивации к двигательной активности, здоровому образу жизни

**Перспективы развития проекта**

Учитывая актуальность направления, данный проект может быть продолжен и расширен. Проект может быть использован или взят за основу для организации внеурочной деятельности.

**Список литературных и информационных источников**

1.     Журнал «Классный руководитель».

2.     Е. С. Полат «Обучение в сотрудничестве» («ИЯШ» 2000 № 1)

3.   «Физкультура и закаливание в семье» (М. 1984)