

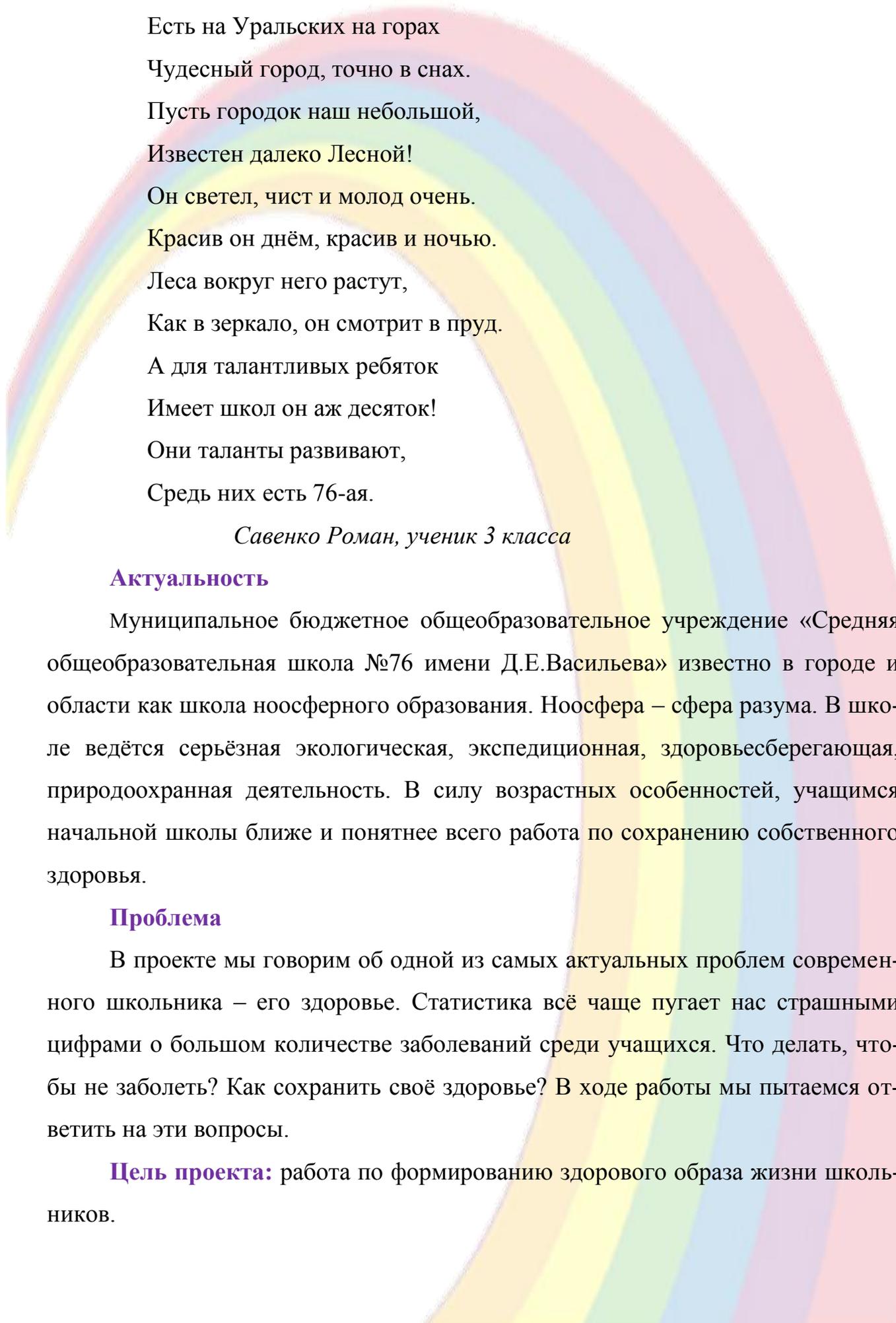
Министерство общего и среднего профессионального образования Свердловской области
Управление образования городского округа «Город Лесной» Свердловской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №76 имени Д.Е. Васильева»

Коллективный проект
учащихся I степени
«ЗДОРОВЬЕМ БЫТЬ ЗДОРОВО»

Руководители проекта: Основина Лина Юрьевна,
Соколова Елена Владимировна,
Лапина Татьяна Михайловна,
Михайлова Елена Станиславовна,
учителя начальных классов.

Лесной
2012





Есть на Уральских на горах
Чудесный город, точно в снах.
Пусть городок наш небольшой,
Известен далеко Лесной!
Он светел, чист и молод очень.
Красив он днём, красив и ночью.
Леса вокруг него растут,
Как в зеркало, он смотрит в пруд.
А для талантливых ребяток
Имеет школ он аж десяток!
Они таланты развивают,
Средь них есть 76-ая.

Савенко Роман, ученик 3 класса

Актуальность

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №76 имени Д.Е.Васильева» известно в городе и области как школа ноосферного образования. Ноосфера – сфера разума. В школе ведётся серьёзная экологическая, экспедиционная, здоровьесберегающая, природоохранная деятельность. В силу возрастных особенностей, учащимся начальной школы ближе и понятнее всего работа по сохранению собственного здоровья.

Проблема

В проекте мы говорим об одной из самых актуальных проблем современного школьника – его здоровье. Статистика всё чаще пугает нас страшными цифрами о большом количестве заболеваний среди учащихся. Что делать, чтобы не заболеть? Как сохранить своё здоровье? В ходе работы мы пытаемся ответить на эти вопросы.

Цель проекта: работа по формированию здорового образа жизни школьников.

Проект ориентирован на учащихся I ступени и их родителей.

Срок реализации проекта: октябрь 2011 года - апрель 2012 года.

Задачи:

1. Изучение информации о здоровом образе жизни.
2. Анкетирование учащихся и их родителей.
3. Воспитание потребности в здоровом образе жизни в ходе проведения школьных мероприятий и социальных акций.
4. Осознанное выполнение правил здоровьесбережения.
5. Обобщение и систематизация изученного материала, оформление отчета и представление результатов работы.

Этапы реализации проекта:

1. Выбор и обсуждение темы.
2. Формулировка проблемы, постановка цели.
3. Планирование работы.
4. Практическая деятельность:
 - первичное ознакомление с литературой;
 - выбор форм исследования;
 - распределение направлений деятельности между классными коллективами и их практическая реализация
 - составление рекомендаций по здоровому образу жизни.
5. Обобщение результатов и выводы.
6. Презентация результатов:
 - на школьном празднике Здоровья;
 - участие в городском этапе игры «ЭкоКолобок».
7. Оценка и рефлексия.

Тема интеллектуально-творческой игры «ЭкоКолобок - 2012» особенно актуальна для нашей школы, так как вопрос здоровьесбережения является одним из ведущих направлений деятельности нашего образовательного учреждения.

Свою работу мы начали с анализа паспортов здоровья, которые ведутся в каждом классе. Была отмечена положительная динамика состояния здоровья учащихся 1-4 классов. Однако, мы заметили, что есть классы, в которых в зимний период каждый третий ученик болеет простудными заболеваниями. Как изменить эту ситуацию? Как помочь часто болеющим ребятам?

Быть здоровыми хотят
И взрослые, и дети.
А что для этого нам надо?
Сможем **мы** ответить!

Проведя анкетирование, мы поняли, что значительный процент учащихся обладает теоретическими знаниями для сохранения своего здоровья, большую роль в пропаганде здоровьесбережения играет школа (*Приложение 1,2*). Но чтобы действительно улучшить здоровье, необходимо проводить практические увлекательные дела по формированию здорового образа жизни, которые будут интересны младшим школьникам. Работа проходила под **девизом**:

**Будем друг друга мы учить,
Как здоровье сохранить.
Улыбнись. Встряхнись. Не кисни.
Веди Здоровый Образ Жизни!**

Каждый класс начальной школы выбрал своё направление работы. Ребята создавали «Азбуку здоровья», участвовали в социальных акциях по сохранению водных и энергоресурсов, сажали хвойные деревья в природном парке «Река Чусовая», проводили конкурс физминуток и спортивные праздники на воде.

Итогом проекта стал школьный «Праздник Здоровья», на котором дети творчески представили результаты своей работы.

Обобщила работу всех классов сборная команда школы «ЗОЖигалки» на городском этапе игры «ЭкоКолобок». В своём выступлении они заявили:

Мы готовы показать,
Как здоровым, сильным стать.
Чтобы жизнь была, как в сказке,
Нам помогут в этом **краски!**



ЗОЖигалки

*Я – чистейший белый цвет
здоровее меня нет.*

*По снежочку погуляешь-
О болезнях забываешь!*



Яна Ковязина проводит опыт для **исследовательской работы**
«Снег как показатель экологического состояния окружающей среды»



Школьный этап фестиваля
«Уральская лыжня»

Отборочный этап городских соревнований
«Лёд надежды»



Семейный праздник
«Проводы зимы»

Излюбленное место **отдыха** детей
конно-спортивный клуб «Верба»

*Снег, который на Урале идёт тысячелетия,
Пусть поможет всем ребятам добиться долголетия!*

*Ну а я – зелёный цвет.
Слежу, чтоб нашему народу*

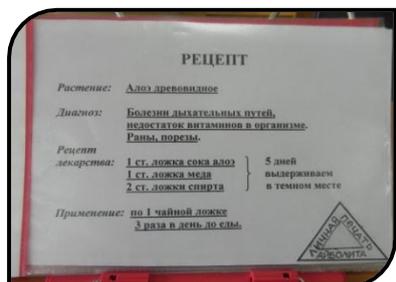
*Легче было бы дышать,
Чтоб было больше кислорода.*



Экологические акции! Ученики нашей школы – частые гости природного парка «Река Чусовая». Осенью 2011 года четвероклассники высадили на территории парка 500 саженцев елей. В мае 2012 года будут высажены 300 саженцев сосны, выращенные за зиму из семян (*Приложение 2*).



Каждую весну на школьные клумбы мы высаживаем около 2000 кустика цветочной рассады, выращенной самостоятельно. Наш пришкольный участок ежегодно становится победителем городского **конкурса** «Лесной - цветущий город».

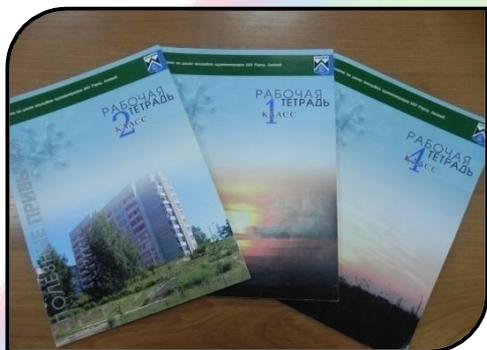


Каждый кабинет нашей школы - зелёный островок. Есть среди комнатных растений и домашние доктора. Им мы посвятили **книгу** «Рецепты доктора Айболита».

В зоне нашего внимания оказались подъезды домов. Мы провели **акцию** «Зелёный подъезд». Собрал 16 500 кг макулатуры, ученики нашей школы сберегли немало деревьев.

*Зелёный цвет идёт нашей планете.
Его так любят взрослые и дети!*

**Внимание! Тревожный красный цвет
Плохим привычкам скажет «НЕТ»!**



В нашей школе была успешно апробирована экспериментальная программа Городского комитета по делам молодёжи «Полезные привычки».



Ученики 2 «Б» класса создали собственную «Азбуку здоровья», в которой раскрыли секреты здорового образа жизни.



Практический итог проведённой работы - издание листовок, буклетов, памяток по ЗОЖ и их распространение в микрорайоне школы.

**Цвет красный об опасностях нас предупреждает,
А кто предупреждён, тот в жизни побеждает.**

Ну, а я, цвет жёлтый, позитивный.

Цвет солнца и лимона.

Цвет сильный и активный.



Ежегодный школьный фестиваль зарядок



Кросс «Золотая осень»



«Школа юного туриста»



Мы и наши родители стали активными участниками **малых Олимпийских игр.**



В феврале 2012 года 58 учеников нашей школы получили золотые значки ГТО, 115 учеников – серебряные.

*Сколько у солнца золотых лучей,
Столько энергии во всех делах детей!*

*А вот, ребята, синий цвет –
Цвет воздуха, неба, воды.*



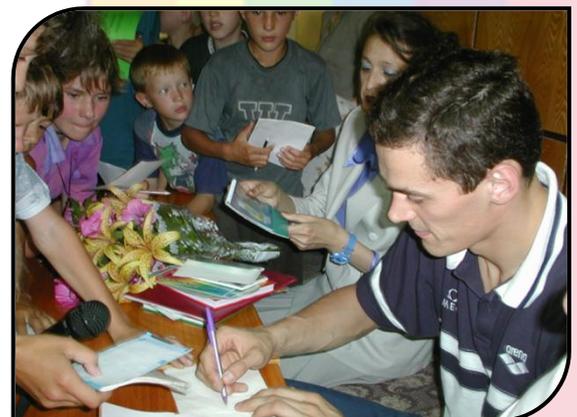
Участие в экологических акциях, посвящённых охране воды и воздуха.



«...мы воду ветеранам
с источника носили»



«Листовками беречь водичку
в округе всех просили»



Гордость школы - плавательный бассейн. Юные пловцы – наследники спортивных традиций нашего знаменитого земляка Александра Попова.
*Синее – синее небо в синюю реку глядит.
Эта картина родная любого из нас исцелит.*

*А я ребята - оранжевый цвет,
Цвет солнечных апельсинов.
Дарю я людям веснушки, улыбки
И целый мешок витаминов!*



7 апреля – **Всемирный день здоровья**. В этот день в школьной столовой по нашей инициативе был организован **витаминовый стол**. Надеемся, что это станет доброй традицией школы.



Готовясь к урокам окружающего мира, **подбирали информацию** о пользе овощей и фруктов. Итогом этой работы стало **семейное театрализованное представление «Дары осени»** и **осенняя ярмарка**.



На **встрече** с диетологом С.А.Кочневой мы узнали о полезных свойствах молока и молочных продуктов. Секреты молочного производства нам открыли во время **экскурсии** на Кушвинский молокозавод.

*Самый вкусный и весёлый - рыжий цвет.
С ним ни скуки, ни печали у нас нет!*

Заключение

Формирование образа жизни человека начинается с момента рождения и продолжается всю жизнь, но основы его закладываются в период детства. Поэтому очень важно в школьные годы воспитать образ жизни, который способствовал бы сохранению и укреплению здоровья.

Своей работой мы попытались привлечь внимание к проблеме здоровья учащихся нашей школы. В процессе работы мы поняли, что сами можем позаботиться о своем здоровье. Чтобы расти и крепнуть, нам нужен определенный режим дня, активный двигательный режим, правильный режим питания и сбалансированный рацион.

Главный «подарок» для здоровья каждого человека – это бережное отношение к нему. Недаром говорят: «Здоровым быть здорово».

Презентация результатов проекта

Результаты проекта были представлены на городском этапе интеллектуально-творческой игры «ЭкоКолобок - 2012» на тему «Нет – болезням и тревогам: мы проложим к ЗОЖ дорогу!» (Приложение 3).



Список используемой литературы

1. Афанасьева,Л.Ф., Мордовской,Г.Я., Нешта,И.Д. Зеленая аптека.- Свердловск: Сред.-Урал. КН. Изд-во, 1990.- 160с.
2. Вакса,О. Кулинарная книга Чиполлино: Книга для досуга.- М.: Вентана – Графф, 2003.- 160с.
3. Кулинария и здоровье. Теория и практика рационального питания: Учебное пособие.- Екатеринбург: Сократ, 2006.-240с.
4. Плешаков,А.А. Зелёные страницы: Кн. Для учащихся нач. классов.- М.: Просвещение, 1994.- 223с.
5. Ротенбегр,Р. Растить здоровым: Детская энциклопедия здоровья/ пер. с англ.- М.: Физкультура и спорт, 1996.- 592с.
6. Табатчиков,В.Ф. Лесной – город спортивный.- Екатеринбург: СВ-96, 2001.- 240с.
7. Табатчиков,В.Ф. Спортивная слава Лесного.- Екатеринбург: СВ-96, 2000.- 190с.
8. Цветы садов и полей: Учебное пособие для школьников младших и средних классов.- М.: Эгмонт Россия Лтд., 2001.- 64с.- (Атлас родной природы)
9. Энциклопедия комнатных растений/ Авт.-сост. С.Л.Быховец.- М.: АСТ, 2000.- 528с.