**ПРОЕКТНАЯ РАБОТА**

**Родительского комитета 8 б класса**

**“Мы за здоровый образ жизни”**

**МБОУ «СОШ №16»**

**г. Чистополь Республика Татарстан**

Работу выполнили:

Никитина Л.А, классный руководитель ,

Хайруллина А.М- председатель

родительского комитета.

Члены родительского комитета:

Ломакина Н.В., Камалова С.В,

2021

**Оглавление**

1.Введение

2.Основная часть

3. Заключение

4. Литература

5. Приложение

**Введение**

Послушайте - и Вы забудете,

посмотрите - и Вы запомните,

сделайте - и Вы поймете.

Конфуций

        Проект «Мы – за здоровый образ жизни» посвящён важной и злободневной теме настоящего времени – проблеме здоровья подрастающего поколения. Современное состояние  общества, экономики, экологии во всем мире неблагоприятно отражается на здоровье, в связи с чем, растет число детей, которым необходима специализированная помощь, щадящая организация образовательного процесса. Для нашей страны в современной ситуации эта проблема еще более очевидна. Демографическая ситуация в России в настоящее время внушает опасения специалистам и ученым-демографам. Рождаемость в нашей стране падает, а смертность растет, что в итоге грозит привести страну к демографическому кризису.

Причины этого разнообразны и связаны с целым рядом социальных проблем, ухудшающейся экологической обстановкой, увеличением доли гиподинамии в повседневной жизни, нарастанием эмоционального и информационного стрессовых факторов.  Возросло также влияние таких факторов как алкоголизм, курение, дорожно-транспортные происшествия, самоубийства и насильственные причины смерти, влияние интернета и телефона на здоровье.

На сегодняшний день по данным Минздрава России, в стране лишь 14% здоровых детей, 35% больных и 51% с различными отклонениями в здоровье.

Чем раньше у подростка сформируется мотивация, то есть осознанная необходимость заботиться о своем здоровье, тем здоровее будет каждый конкретный человек и общество в целом. Большинство школьников очень мало знают о своем теле, об особенностях его строения и функциях, о здоровье как главной ценности человека. Из-за отсутствия элементарных медицинских знаний молодой человек совершает множество ошибок. К сожалению, очень часто эти ошибки становятся роковыми.

Индивидуальное здоровье зависит от наследственности – около 20%, от

индивидуального образа жизни – 50%, от медицины – 10%, от окружающей среды – 20%.

Привычка к здоровому образу жизни должна формироваться в семье и в образовательных учреждениях. Пропаганда здорового образа жизни в школе, личный пример педагогов, а также активность родителей в сотрудничестве со школой поможет создать здоровое поколение. (Приложение 1). А также увеличить количество учащихся занимающихся спортом. (Приложение 2)

**Актуальность проекта** обусловлена низким уровнем побуждений школьников к ведению здорового образа жизни, что снижает эффективность здоровьесберегающей среды школы.

**Гипотеза:** чем активнее семья принимает участие в пропаганде здорового образа жизни, тем здоровее будет наше поколение.

**Цель и задачи проекта**

**Цель:** формирование потребности в здоровом образе жизни.

**Задачи:**

* формировать у учащихся систему знаний о здоровом образе жизни;
* формировать потребность в здоровье и сознательном ответственном отношении к нему;
* воспитывать нравственную культуру;
* воспитывать самопознание, умения и навыки по физическому и нравственному самосовершенствованию;
* воспитывать любовь к физкультуре и спорту;
* соблюдать режима дня и питания  школьника;
* стремиться к здоровому образу жизни;
* привлекать внимание родителей и общественность к проблеме сохранения и укрепления здоровья детей, сохранения и коррекции физического и психического здоровья ребенка.

**Организаторы  проекта**: В успешной реализации проекта были заинтересованы представители разных групп общественности:

* учащиеся  6«б» класса (инициативная группа);
* учащиеся школы;
* родители учащихся;
* учителя, классный руководитель;
* администрация МБОУ «СОШ № 16».

**Механизмы реализации**

Проект реализуется посредством **участия в**  разных мероприятиях, проводимых в школе.

Работа по разработке и реализации плана мероприятий школы будет

сопровождаться специально организованными мастерскими при участии не только учителей, классных руководителей, но и учащихся школы – членов группы *«Мы за здоровый образ жизни»,* организацией *«круглых столов»* по обсуждению достигнутых результатов, информированием заинтересованных групп о выполнении поставленных задач.

По завершении каждого очередного этапа реализации проекта планируется представление отчета и информирование о достигнутых результатах всех заинтересованных групп.

По завершении действия проекта планируется публичная презентация полученных результатов.

**Методы:**

* Анализ литературных источников и ресурсов сети интернет по данной теме;
* статистический;
* беседы;
* методы обработки данных;
* метод проектов;
* анализ результатов деятельности.

**Этапы реализации проекта**

Продолжительность проекта – 9 месяца. Реализация проекта осуществляется в четыре этапа: подготовительный, организационный, практический и заключительный.

**Подготовительный этап** (сентябрь 2020).

В подготовительном этапе разрабатывается общий план работы. Указываются мероприятия на каждую неделю, предусматриваются часы для подготовки к мероприятиям и для консультаций, к теоретическим конкурсам. Проводится анализ существующей ситуации.

**Организационный этап** (сентябрь – октябрь 2020).

Формируется группа ориентированных на освоение гуманистических вопросов и заинтересованных членов педагогического коллектива и учащихся.

**Практический этап** (ноябрь- апрель 2021).

Проводятся мероприятия согласно составленному плану с анализом каждого из них. Учитываются положительные моменты и указываются недостатки.

**Заключительный этап** (май 2018).

На заключительном этапе проводится обобщение и подведение итогов проделанной работы. Проводится анализ динамики изменений ценностных установок у учащихся.

Проводится публичная презентация полученных результатов проекта.

**Оценка проекта**

Осуществляется посредством опроса учащихся (анкетирование, тестирование), которое проводится в конце года.

**Планируемые  результаты**

* Понимание детьми, что здоровый образ жизни - основа полноценного развития.
* Дети испытывают осознанную потребность, и необходимость соблюдения правил личной гигиены, режима дня занятий физической культурой, выполнение  ежедневной утренней зарядки,  в правильном полноценном питании.
* Сформировано сознательно бережное отношение к своему здоровью, самому ценному - человеческой жизни и чувство ответственности за своё поведение.
* Формируются умения, связанные с проектной деятельностью

**Основная часть**

Деятельность в рамках проекта

1. Реализация проекта начинается с мониторинга физического здоровья учащихся. Необходимо изучить медицинские карты, поговорить с фельдшером школы о группах здоровья, с учителем физического воспитания о показателях физической подготовки учащихся.

2. Провести анкетирование учащихся с целью выяснения их желания участвовать в проекте, и что они хотели бы узнать по теме проекта.

3. Родительское собрание с целью привлечения родителей к реализации проекта

4. Малый педсовет с учителями, работающими в классе с целью выяснения их заинтересованности в данном проекте.

5. Формирование групп с учётом интересов, индивидуальных особенностей, личных симпатий и распределение заданий и обязанностей внутри группы

Участники проекта создают группу «*Мы за здоровый образ жизни»* и приглашают единомышленников. Далее учащиеся делятся на группы, распределяются задания внутри группы (получение и обработка информации, оформление, презентация, трансляция опыта).

Контроль

В ходе реализации проекта осуществляется промежуточный контроль в форме  отчётов всех участников проекта в группе *«Мы за здоровый образ жизни»* на страничке в контакте <https://vk.com/club173957730>. Такие отчёты помогают понять, в какой степени участники проекта – команда единомышленников. Текущий контроль осуществляется учителем, родителями, самими участниками проекта.

Ресурсное обеспечение проекта

Как было уже сказано в аргументации выбора темы проекта, данный проект не требует значительных финансовых затрат. Возможны финансовые расходы лишь для копирования анкет, организации конкурсов рисунка и плакатов, ремонте спортивного инвентаря, награждении самых активных участников проекта. Эти расходы  будут осуществляться за счёт привлечения спонсорской помощи со стороны родителей.

**План-график мероприятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Сроки** | **Отчёт** |
|  | Поход в лес | сентябрь | Фото отчет |
|  | Организация группы единомышленников  Поиграем в квест | сентябрь | Фото отчет |
|  | Анкета *«ЗОЖ»* для оценки уровня отношения учащихся к проблемам здоровья и здорового образа жизни. (приложение) | сентябрь | Итоги анкетирования |
|  | Мониторинг физического здоровья учащихся школы | октябрь | Итоги мониторинга на |
|  | День здоровья | октябрь | Фото, видео и др. информация |
|  | Разработка комплекса общеукрепляющих физических упражнений | октябрь | Фото, видео и др. информация |
|  | Классный час « 7 правил здорового образа жизни» | ноябрь | Фотоотчет |
|  | Публичная презентация *«Наши спортсмены»* | ноябрь | Презентация на страничке контакта |
|  | Кл час «Спид – не спит» | ноябрь | Фото отчет |
|  | Анкета «Скажи *НЕТ* вредным привычкам» | декабрь | Итоги анкетирования |
|  | Презентация и инсценированные *«Продавец табака»* | декабрь | Презентация и фото |
|  | Презентация и инсценированные *«Вред алкоголя»* | январь | Презентация |
|  | Музыкальный номер *«Частушки»* (о вреде табака, алкоголя) | январь | Презентация и фото |
|  | Классный час «Курить или жить» | январь | Фотоотчет |
|  | Лекция  и презентация «Формула правильного питания школьника» | февраль | Презентация и фото |
|  | Интервью с работниками школьной столовой о  правильном питании школьников, о рационе школьной столовой | февраль | Видео |
|  | Лекция и презентация «Сила в нём земли родной…» (о значимости молока и молочных продуктов в рационе питания школьника) | март | Презентация я и фото |
|  | Лекция и презентация «Кока-Кола: вред или польза? Мифы и реальность» | март | Презентация и фото |
|  | Классный час «Здоровый образ жизни» | март | Фотоотчет |
|  | Слайд-шоу *«Мы за здоровый образ жизни»* (от каждого класса или участника группы по одному рекламному слайду) | апрель | Слайд-шоу |
|  | Подведение итогов. Публичная презентация проекта. | апрель | Презентация |

**Литература**

* Р. М. Арсланова  « Будьте здоровы» Начальная школа №7, 2005
* Ю. В. Буневич « Приглашаем за здоровьем» Начальная школа №6, 2006
* Н. В. Долгова   « Волшебные правила здоровья» Начальная школа №3, 2007.
* Т. Н. Максимова « Путешествие в страну здоровья» Классные часы М. ВАКО 2008.
* Г. Ш. Тазиева « Здоровье в саду и на грядке» Начальная школа №7, 2005
* Ф. В. Чаркова «Азбука здоровья» Начальная школа №7, 2001
* Журнал «Классный руководитель»                                                                                                      Е. С. Полат «Обучение в сотрудничестве» («ИЯШ» 2000 № 1)
* «Физкультура и закаливание в семье» (М. 1984)
* А. А. Леонтьев «Психология общения» (М. 1997)
* Сиденко А.С. журнал // Завуч 2002. Метод проектов: история и практика применения.

**Приложения**

**Участие родителей в общественной жизни класса и школы**

**Участие детей в спортивных соревнованиях республиканского уровня**