



**Мы за здоровый
образ жизни!**

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:

Пропаганда здорового образа жизни, агитация спортивного характера.



ЗАДАЧИ:

1. Познакомить обучающихся с детскими спортивными клубами, секциями с целью повышения мотивации к занятиям спортом и ведению активного образа жизни.
2. Способствовать повышению информированности обучающихся о здоровом образе жизни.
3. Формировать личную ответственность за собственное здоровье.

Больше двигайся!



Движение – это жизнь!



ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Повышения уровня информированности обучающихся о ЗОЖ и Готовности его пропагандировать (буклеты, газеты и тд)

Увеличение числа обучающихся, занятых во внеурочное время в кружках и секциях.

Снижение заболеваемости в классе, сохранение и укрепление здоровья детей.

**Здоров будешь –
всё добудешь**



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА:

Реализация проекта начинается с мониторинга физического здоровья обучающихся. (изучение медицинских карт детей, беседа со школьным врачом о группе здоровья обучающихся, с учителем физкультуры о показателях физической подготовки детей)

Изготовление стенгазет, буклетов, рисунков о ЗОЖ.

Родительское собрание с целью привлечения родителей к реализации проекта.

Классные часы с использованием видеofilьмов на темы:

«Режим дня школьника»

«Мое свободное время»

«Ты то, что ешь»

«Закаляйся, если хочешь быть здоров»

Спортивные соревнования «Веселые старты»

Разработка комплекса ритмических зарядок, комплекса общеукрепляющих упражнений.

**РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ С ЦЕЛЬЮ
ПРИВЛЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ К
РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА.**

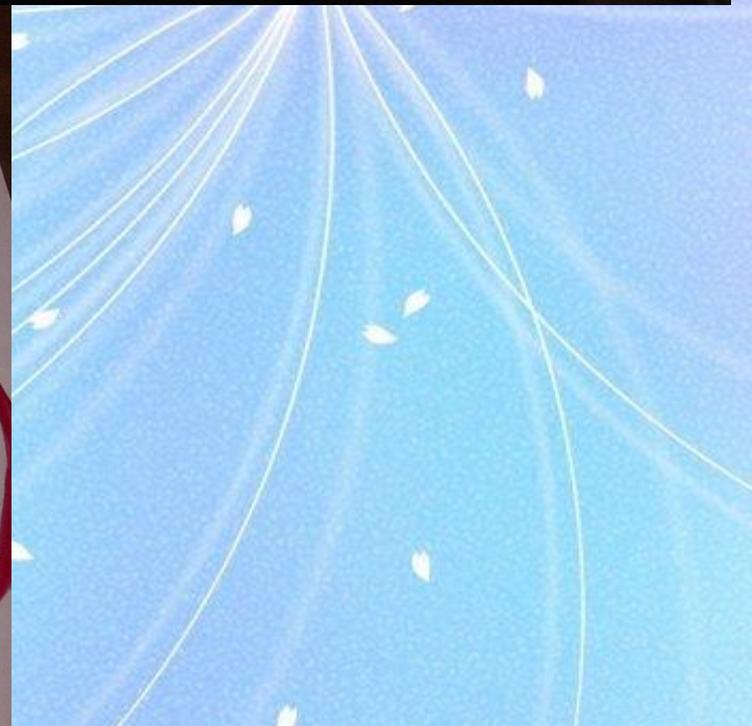


**Здоровая семья –
здоровый
ребёнок**



ИЗГОТОВЛЕНИЕ СТЕНГАЗЕТ, БУКЛЕТОВ, РИСУНКОВ О ЗОЖ.





ІЗГОТОВЛЕННЯ СТЕНДАЗЕТІ, БУКЛЕТІВ, РИСУНКІВ О ЗОЖ.



КЛАССНЫЕ ЧАСЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ВИДЕОФИЛЬМОВ НА ТЕМЫ:

«Режим дня школьника»

«Мое свободное время»

«Ты то, что ешь»

«Закаляйся, если хочешь быть здоров»

Основные компоненты здорового образа жизни дошкольника

Закаливание



Занятия спортом



Безопасное поведение





Пословицы

- Чистота – залог здоровья.

- Здоровье в порядке – спасибо зарядке.

- Если хочешь быть здоров – закаляйся.

- В здоровом теле – здоровый дух.

- Кто аккуратен, тот людям приятен.

- Чистота – лучшая красота.

СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ «ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ»

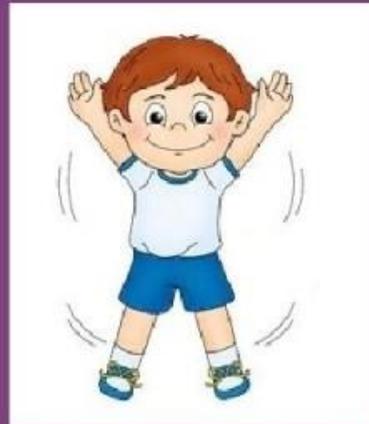
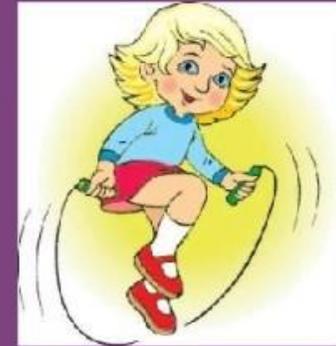


РАЗРАБОТКА КОМПЛЕКСА РИТМИЧЕСКИХ ЗАРЯДОК, КОМПЛЕКСА ОБЩЕУКРЕПЛЯЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ.



Зарядка

Для чего нужна зарядка? –
Это вовсе не загадка –
Чтобы силу развивать
И весь день не уставать!





Спасибо за внимание!