

Кировское областное государственное
общественное бюджетное учреждение

«Средняя школа пгт Вахруши Слободского района»

Социальный проект «Health among us “

Автор: Касьянова Яна-ученица 9А класса.
Учитель: Зиновьева Светлана Геннадьевна.

Вахруши 2021

Информационная карта проекта

Название	«Health among us “.
Проблема	<p>Здоровье – это самое ценное, что есть у каждого человека. Его нельзя купить ни за какие денежные средства. Для того, чтобы укрепить его и сохранить на долгие годы, нужно обязательно его беречь и всегда укреплять свой иммунитет различными методами и способами. Тогда нам удастся всегда иметь хороший внешний вид и прекрасно себя чувствовать.</p> <p>Социологическое исследование, проведённое в социальных сетях, показало:</p> <ul style="list-style-type: none"> -74% учащихся школы употребляет в пищу фастфуд, - у 82% учащихся зарядка не входит в распорядок дня, - 55 % учащихся спят меньше 8 часов. <p>В исследовании приняли участие 96 учеников школы.</p> <p>Отсутствии условий для ведения ЗОЖ у школьников КОГОБУ пгт Вахруши Слободского района.</p>
Цель	Приобщение учащихся КОГОБУ СШ пгт Вахруши Слободского района , к ЗОЖ через игровую программу «Health among us” (« Здоровье среди нас») в период учебного года 2020-2021.
Содержание и механизм реализации проекта	<p>Суть проекта заключается в том , что « Health among us» («Здоровье среди нас») – проект волонтёров-медиков , построенный на игре ,которая состоит из локаций ,где каждой локации присуще своё индивидуальное задание .Всего локаций 5 : спортзал , танцпол , рабочий кабинет , кинотеатр , фотозона . У классов 2 жизни : если класс не выполняет или плохо справляется с заданием , то жизнь сгорает , и их захватывает Эмм .Эмм — это монстр , ведущей образ жизни , противоположный здоровому , который не следит за своим временем , питается вредной пищей , ведёт сидячий образ жизни и имеет вредные привычки . Кроме того, в проекте задействованы КОМы (волонтёрские команды в организации ДИМО «Новая волна» , в которые входят ученики и ученицы с 5 по 7 классы) , для них тоже найдётся интересная миссия , заключавшаяся в создании онлайн-зарядки.</p>
Результаты проекта	<p>Количественные:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Организация игровой программы -проведение 5 локаций (каждая локация соответствует месяцу , таким образом складывается картина : ноябрь — спортивный зал , декабрь —танцпол, январь- рабочий кабинет , февраль- кинотеатр , март- фотозона). 2.Привлечение минимум 14 классов в игру «Health among us”.

	<p>3.Выявление 6 активных классов среди 5-7 и 9-11 параллели.</p> <p>4.Создание 5 видео-зарядок добровольческими командами с 5-7 класса в организации «Новая волна».</p> <p>5.Наличие 140 участников в группе.</p> <p>6.Число просмотров постов в группе «Health among us” -6.000(сумма просмотров каждого поста).</p> <p><i>Качественные:</i></p> <p>1. «Прокачка» знаний школьников в области ЗОЖ через книги и фильмы , информацию в Интернет ресурсах.</p> <p>2.Формирование интереса в ведению здорового образа жизни у школьников 5-11 классов.</p>
География проекта:	КОГОБУ СШ пгт Вахруши Слободского района.
Начало реализации:	Начало учебного года 2020-2021.
Партнёры	ДиМОО «Новая волна», администрация КОГОБУ СШ пгт Вахруши, классные коллективы школы.
Информационная открытость	https://vk.com/medicinevolunteers

1. Социальная значимость проблемы.

Здоровье – это самое ценное, что есть у каждого человека. Его нельзя купить ни за какие денежные средства. Для того, чтобы укрепить его и сохранить на долгие годы, нужно обязательно его беречь и всегда укреплять свой иммунитет различными методами и способами. Тогда нам удастся всегда иметь хороший внешний вид и прекрасно себя чувствовать.

Наше здоровье в наших руках. Эта общеизвестная истина, которая является основным правилом человеческой жизни. Родители должны с детства приучать своих детей к правильному образу жизни, тогда эта привычка никогда не исчезнет .Все наши основные правила укореняются с детства ,во взрослом возрасте гораздо труднее приучить себя к каким-то понятиям. Правильное питание, спорт, отказ от вредных привычек и правильный режим дня – залог крепкого организма. В последнее время придерживаться здорового образа жизни стало очень популярно, поэтому этот вопрос в двадцать первом веке стоит особенно актуально.

Это доказывается высказываниями президента Российской Федерации Владимира Владимировича Путина: «Люди должны осознать, что здоровый образ жизни — это личный успех каждого. Вы, молодое поколение россиян, должны понимать, что нам нужны здоровые люди, здоровая нация. Только здоровая нация гарантированно сможет укрепить и развить потенциал страны, обеспечить стабильность ее курса на повышение благосостояния. Будущее – за здоровой и, значит, счастливой Россией »

Кроме того , в образовательных учреждениях данной теме посвящают отдельное внимание , школа КОГОБУ СП гпг Вахруши Слободского района тому не исключение. Её устав гласит о нижеперечисленном:

1.19. Учреждение осуществляет организацию охраны здоровья обучающихся в соответствии с законодательством Российской Федерации.

2.3.5.Создание условий для охраны жизни и здоровья, развития индивидуальных способностей обучающихся, сохранения здоровья участников образовательных отношений.

2.6.5. Организация отдыха и оздоровления обучающихся в каникулярное время.

2.6.6. Организация культурно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий. Многие мероприятия в школе организуются через органы ученического самоуправления.

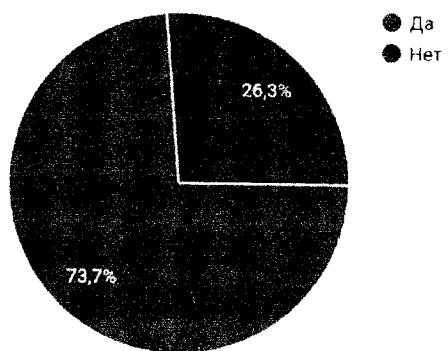
Как показывает статистика , что 12% россиян придерживаются здорового образа жизни, сообщает Росстат. По данным ведомствам, каждый восьмой житель страны не курит, ест каждый день овощи, а также потребляет мало алкоголя и соли. При этом рекордсменом по этому показателю стала Ингушетия с 48,8% жителей-зожников, а на последнем месте расположилась Чукотка с 0,4%. В то же время другие исследования показали, что большинство россиян заблуждаются в своей приверженности к ЗОЖ — в частности совмещая поедание овощей с курением. Источник - gazeta.ru/social/2019/11/08/12801254.shtml

Наиболее острой проблемой является отсутствие полноценного сна , употребление вредной еды и недостаток понимания важности проведения ежедневной зарядки по утрам . Это доказывается исследованием , проведённым в онлайн-формате в виде анкетирования . Были опрошены учащиеся 5-11 классов и преподаватели школы КОГОБУ СШ пгт Вахруши Слободского района . Количество опрошенных составило 96 человек , больший процент приходится на учащихся в возрасте 15 -16 лет.

Употребляете ли вы в пищу
фастфуд?

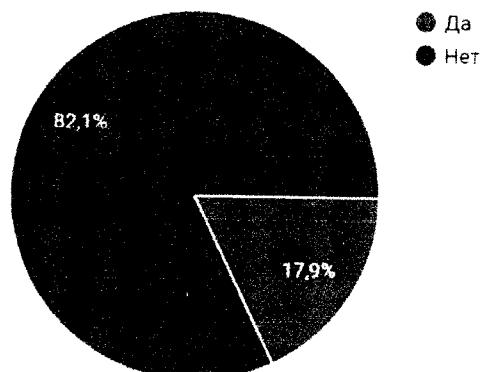


95 ответов



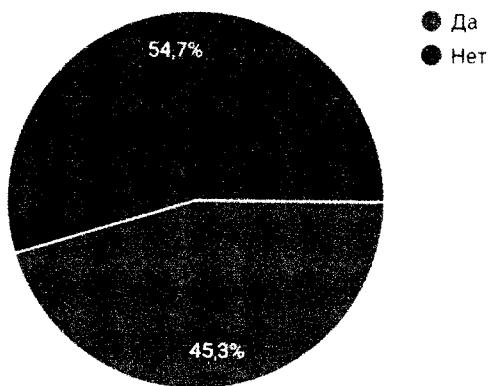
В ваш режим входит утренняя
зарядка?

95 ответов



Ваш сон составляет 8 часов?

95 ответов



Проведя исследование ,была обнаружена общая проблема , заключавшаяся в отсутствии условий для ведения ЗОЖ у школьников КОГОБУ пгт Вахруши Слободского района.

Для решения проблемы будет реализован проект под названием «Health among us „ ,созданный впервые на базе школы пгт Вахруши в организации ДИМоО «Новая волна» в 2020-2021 годах. За основу взята «Among Us » (с англ. — «Среди нас»)— многопользовательская компьютерная игра, разработанная американской компанией InnerSloth . Она , реализуемая в реальных условиях школы ,состоит из локаций ,где каждой локации присуще своё индивидуальное задание .

Группа , реализующая проект , компетентна .Многие участники являются добровольцами «Новой волны», активными участниками общественных мероприятий.

Суть проекта заключается в том , что « Health among us» («Здоровье среди нас») – проект волонтёров-медиков , построенный на игре ,которая состоит из локаций ,где каждой локации присуще своё индивидуальное задание .Всего локаций 5 : спортзал , танцпол , рабочий кабинет , кинотеатр , фотозона . У классов 2 жизни : если класс не выполняет или плохо справляется с заданием , то жизнь сгорает , и их захватывает Эмм .Эмм — это монстр , ведущей образ жизни , противоположный здоровому , который не следит за своим временем , питается вредной пищей , ведёт сидячий образ жизни и имеет вредные привычки . Кроме того, в проекте задействованы КОМы (волонтёрские команды в организации ДИМоО «Новая волна» , в которые входят ученики и ученицы с 5 по 7 классы) , для них тоже найдётся интересная миссия , заключавшаяся в создании онлайн-зарядки.

2.Цель и задачи проекта.

Цель: приобщение учащихся КОГОБУ СШ пгт Вахруши Слободского района , к ЗОЖ через игровую программу «Health among us”(« Здоровье среди нас») в период учебного года 2020-2021.

Задачи :

- 1.Организовать игровую программу среди 5-11 классов школы пгт Вахруши .
2. Информировать школьников , привлекая КОМы (добровольческие отряды организации ДИМО «Новая волна», в которые есть возможность вступить учащимся с 5 по 7 классы) ,в онлайн формате о правилах проведения зарядки.
- 3.Выявить самые активные классные коллективы.

3.Управление реализацией проекта.

ФИО:	Должность в проекте:	Должность в школе:
Касьянова Яна	Руководитель проекта «Health among us ”.	ученица 9Акласса , вожатая в организации ДИМоО « Новая волна» , руководитель проекта волонтёров- медиков «Заряд здоровья» и участник проекта волонтёров-победы « Внук на час» в 2019-2020 годах , танцор «Пёсткая компания».
Ситников Владислав	Заместитель руководителя проекта «Health among us ”.	Ученик 9Б класса.
Чарушин Андрей	Участник проекта «Health among us ”, ответственный за реализацию .	Ученик 9А класса, представитель ДИМоО «Новая волна» , спортсмен , занимающийся рукопашным боем.
Жуйкова Ксения	Участник проекта «Health among us ”, ответственный за реализацию .	Ученица 9Акласса ,танцор «Россияночка».
Каркина Екатерина	Участник проекта «Health among us ”, ответственный за группу в ВК.	Ученица 8Акласса , представитель ДИМоО «Новая волна».



4.Содержание и механизм реализации проекта.

Проект заключается в том , что « Health among us» («Здоровье среди нас») – проект волонтёров-медиков , построенный на игре ,которая состоит из локаций ,где каждой локации присуще своё индивидуальное задание . Всего локаций 5 : спортзал , танцпол , рабочий кабинет , кинотеатр , фотозона . Новый месяц-смена локации и получение нового интересного задания. У классов 2 жизни : если класс не выполняет или плохо справляется с заданием , то жизнь сгорает , и их захватывает Эмм .Эмм — это монстр , ведущей образ жизни , противоположный здоровому , который не следит за своим временем , питается вредной пищей , ведёт сидячий образ жизни и имеет вредные привычки . Так же не только победителям , но и участникам присваиваются медали. Кроме того, в проекте задействованы КОМы (волонтёрские команды в организации ДИМоО «Новая волна» , в которые входят ученики и ученицы с 5 по 7 классы) , для них тоже найдётся интересная миссия , заключавшаяся в создании онлайн-зарядки.

План работы

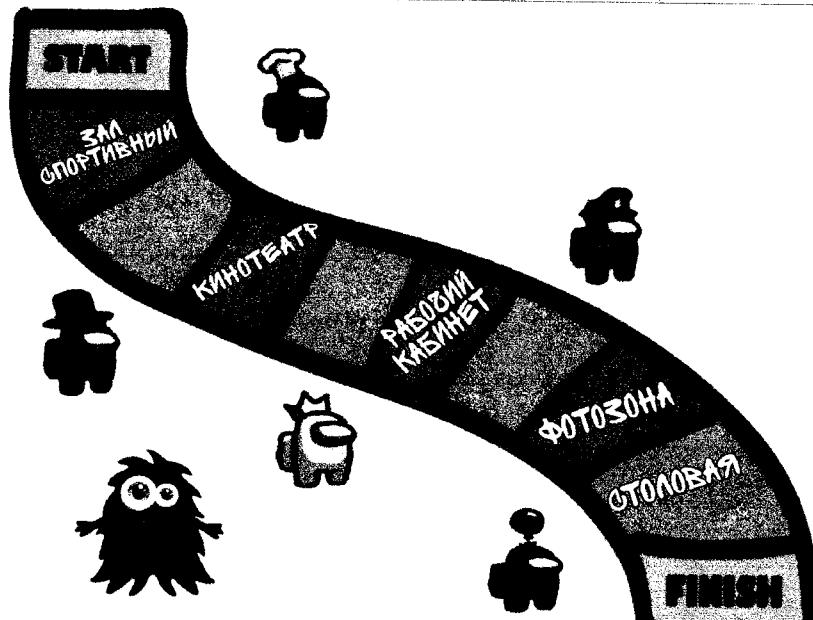
	Мероприятие	Сроки	Ответствен ный	Ресурсы	Результаты
1.	Набор учащихся в команду.	01.09.20.- 5.09.20.	Касьянова Яна	Сеть интернет , социальная сеть «Вконтакте», конкретнее группы : «ШИК», « Health among us » и « Новая волна».	Численность состава команды была 8 человек , включая руководителя. Подходящий , нацеленный состав участников на плодотворную и сложную деятельность , работу.
2.	Первый сбор проекта «Health among us »: -расставление приоритетов и планов на год.	07.09.20.	Касьянова Яна	Кабинет	Появления чёткого плана работы, разбор поставленных целей и задач , распределение должностей.
3.	Участие в марафоне «Добрая Вятка» , а именно, в акции под названием «Вперёд за здоровьем»: -проведение сбора , -выбор направления работы,	09.09.20.	Матушкина Ксения	Кабинет , проектор и ноутбук.	6 волонтёров приняли участие. 1А класс в числе 26 получил позитивные

	-подготовка сценария, в который входили такие пункты , например , *разработка зарядки и подбор подходящей музыки, -проведение зарядки в необычном формате для 1А класса в КОГОБУ СШ пгт Вахруши, -ведение группы ВК.			эмоции и пользу от физической активности , представленной в виде зарядки.
4.	Турнир по пионерболу среди 5-7 классов и воллейболу среди 8-11 классов : -проведение сбора, -создание рекламы, -проведение жеребьёвки среди участвующих классов, -подготовка зала к спортивному мероприятию, - заключение договора со старшим , имеющим опыт в этой сфере (учителем), -реализация турнира в спортзале школы, -разработка отчётного видеоролика о проделанной работе и листа самооценки , в котором прописывается вклад каждого участника команды, -подведение результатов и итогов , -ведение группы ВК.	26.12.20.	Чарушин Андрей и Семячкин Роман.	Кабинет , спортзал , спортивное оборудование: мяч , сетка для игр , бумага. Организация мероприятия 8 волонтёрами. Участие 14 классов в турнирах по воллейболу и пионерболу. Итоги турнира по пионерболу и волейболу среди 5-7 классов : 1 место-7б класс ; 2 место-5г класс; 3 место поделили 7г и 6д классы; среди 8-11 классов призовые места заняли: 1 место-11б класс ; 2 место-9а класс; 3 место-9б класс. Организация досуга , связанного со спортом.
5.	Фестиваль-конкурс « Большие танцы»: -проведение сбора, -написание положения ,подтверждённо го директором школы ,	26.12.20.	Касьянова Яна.	Кабинет , зал фотоаппарат , музыкальная аппаратура: колонки , Нахождение в роли организаторов , волонтёров мероприятия , такого как

	<p>Олиным И.В.,</p> <ul style="list-style-type: none"> -создание рекламы, -помощь классным коллективам в реализации, -написание сценария, -скачивание музыки, -подготовка зала к фестивалю, -создание беседы компетентного жюри для оценки номеров, -проведение фестиваля-конкурса : концертная программа , съёмка видео , награждение, -разработка отчётного видеоролика о проделанной работе и листа самооценки , в котором прописывается вклад каждого участника команды, -подведение результатов, -выкладывание постов в группе ВК. 		<p>микрофон ,н оутбук, бумага</p>	<p>«Большие танцы» 5 учащихся . Участие 7 классов в фестивале-конкурсе « Большые танцы» , где результаты были таковы: Гран - При присваивается 6А классу 1 место - 10 класс 2 место - 6Д класс 3 место делят 2 класса :7Г и 8Б Проявление возможности и раскрытие творческого потенциала учащихся школы Вахруши.</p>
6 .	<p>Конкурс чек-листов о режиме дня «Maqic Time»:</p> <ul style="list-style-type: none"> -проведение сбора, -написание положения ,подтверждённого директором школы , Олиным И.В., -создание рекламы в школе, -создание беседы в социальной сети «ВКонтакте» среди классов , принимающих участие в конкурсе , -проведение голосования , -разработка отчётного видеоролика о проделанной работе и листа самооценки , в котором прописывается вклад каждого участника команды, 	06.02.21.	<p>Жуйкова Ксения</p>	<p>Интернет, кабинет</p> <p>Участие 6 классов в конкурсе чек-листов , в котором места распределились таким образом : золото - 8Б , серебро -5А, 6Д, 6А, 11А , а бронза принадлежит 9Б. Получение знаний на тему распределения самого важного ресурса- времени.</p>

	-подсчёт результатов, - выкладывание постов в группе ВК.			
7.	Викторина по видеоролику из интернет портала “YouTube”, имеющем название «Иммунитет» , а его создателем был Ян Топлес : -проведение сбора, -выбор наиболее подходящего видеоролика, -составление вопросов и , аналогично, правильных ответов по содержанию , -создание качественной рекламы , позже вывешенной на стенде школы , -проведение самой викторины , -разработка отчётного видеоролика о проделанной работе и листа самооценки , в котором прописывается вклад каждого участника команды, -подсчёт результатов и подведение итогов , -ведение группы ВК и выкладывание своевременно постов в таких группах как : « Health among us » и « Новая волна».	27.02.21.	Касьянова Яна.	Интернет , кабинет. Участие классных коллективов в числе 3 : 9Б , 7В и 6А. Получение знаний по теме «Иммунитет» и из проверка на теории.
8.	Фото-марафон «Мы за ЗОЖ»: -проведение сбора , -создание рекламы и предоставление её в виде плаката в школе, —создание фотографии проекта и непосредственное участие проекта в фото-марафоне, -формирование альбома на основе выполненных классами фотографий,	07.03.21.- 22.03.21.	Касьянова Яна.	Интернет , устройства для создания фотографий , например : телефон , фотоаппарат. Участие 3-х классов - школы 1-место : 52, Яслинок Создание группы и подача к ведению ЗОЖ.

	-архивирование альбома, -разработка отчётного видеоролика о проделанной работе и листа самооценки , в котором прописывается вклад каждого участника команды, -подведение итогов, -ведение группы ВК.			
9.	Контроль за выполнением задания , полученного командами в организации «Новая Волна» с 5 по 7 классы: -присутствие и объяснение поставленной цели , заключавшейся в создании онлайн-зарядки, -приступление к выполнению задания , -создание сценария, -запись видеоролика, -показ на школьном телевидении.	01.09.20- 01.04.21.	Меркин Вадим.	Кабинет , фотоаппарат или телефон , бумага.
				Участие 5 добровольческих команд в реализации и демонстрации видео-зарядки. Получение навыка проведения зарядки, развивающей человека.
10.	Информирование о реализации проекта в группе ВК	01.09- 01.04.21	Каркина Ек.	интернет
11.	Подведение итогов проекта	Апрель 21г.	Касьянова Я.	Результаты проекта
12.	Информирование общественности об итогах проекта	Апрель 21.	Касьянова Я.	Результаты проекта, интернет
13	Архивирование материалов проекта	Апрель 21.	Касьянова Я.	Папка проекта, материалы
				Папка с материалами



5.Результаты проекта.

Количественные :

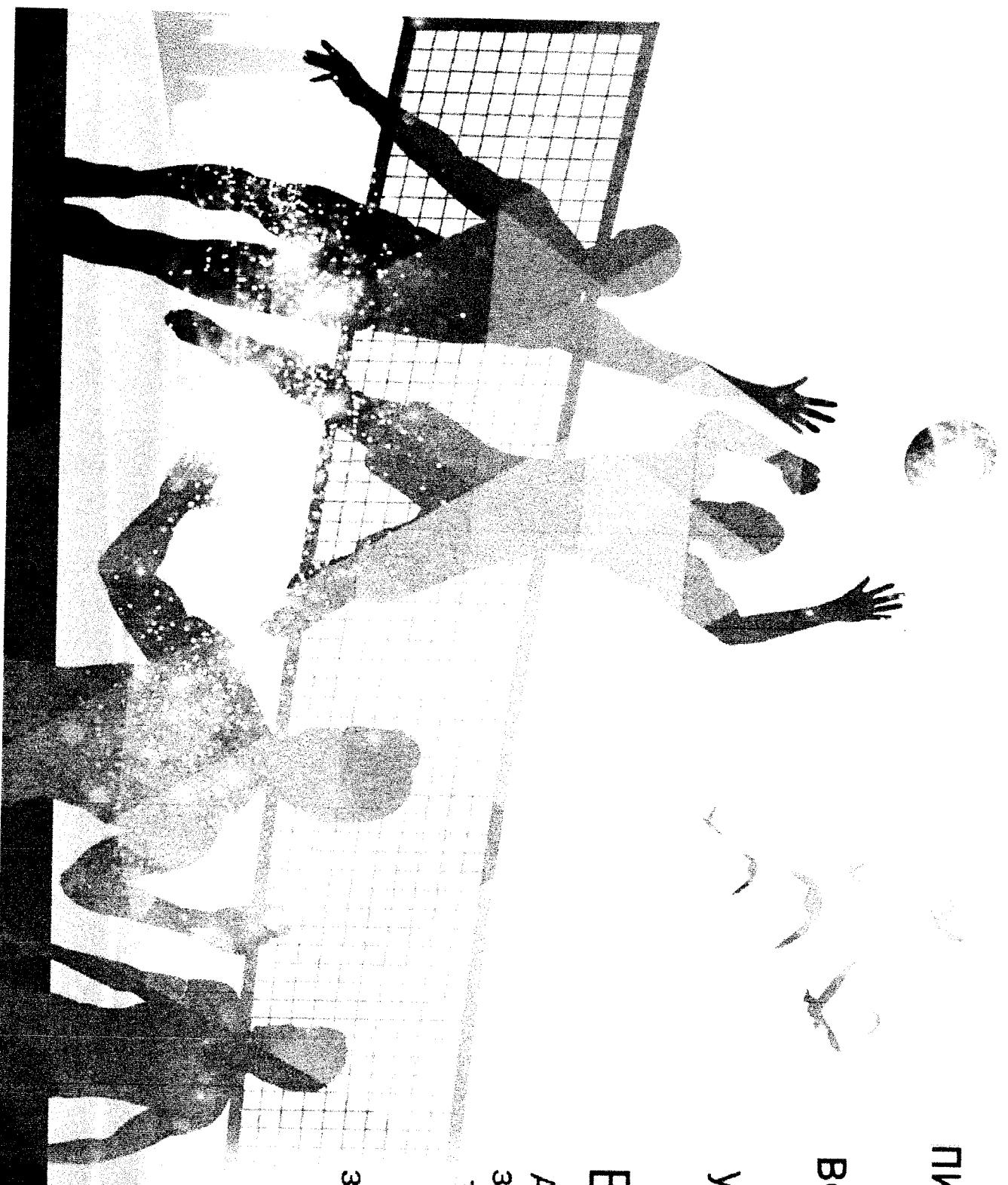
- 1.Организация игровой программы -проведение 5 локаций (каждая локация соответствует месяцу , таким образом складывается картина : ноябрь — спортивный зал , декабрь — танцпол, январь- рабочий кабинет , февраль- кинотеатр , март- фотозона).
- 2.Привлечение минимум 14 классов в игру «Health among us».
- 3.Выявление 6 активных классов среди 5-7 и 9-11 параллели.
- 4.Создание 5 видео-зарядок добровольческими командами с 5-7 класса в организации «Новая волна».
- 5.Наличие 140 участников в группе.
- 6.Число просмотров постов в группе «Health among us” -6.000(сумма просмотров каждого поста).

Качественные :

1. «Прокачка» знаний школьников в области ЗОЖ через книги и фильмы , информацию в Интернет ресурсах.
- 2.Формирование интереса в ведению здорового образа жизни у школьников 5-11 классов.

Проект «**Health among us**» (Здоровье среди нас) –

проект волонтёров-медиков, построенный на игре, которая состоит из локаций, где каждой локации присущее своё задание. Всего локаций **5**. У классов **2** жизни: если класс не выполняет или плохо справляется с заданием, то жизнь сгорает. Участвуют **5-11** классы. Задание у КОМов – создать видео-зарядку



Турнир по

пионерболу среди

5-7

классов и

волейболу среди

8-11 классов

Уже в эту субботу

(28 ноября)

В спортзале

А твой класс подал заявку на участие в турнире? Если нет,

то у вас есть возможность

заявить свой класс

в составе **6**

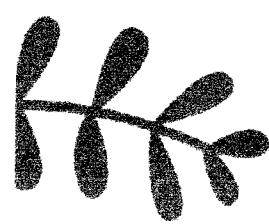
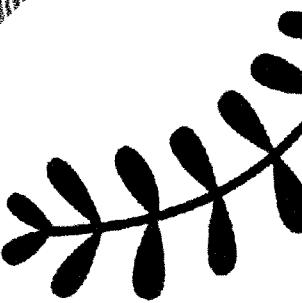
человек Яне

Касьяновой до

четверга

(26 ноября)

ждём всех желающих ♪



ТВОЁ ВРЕМЯ ПРИШЛО

ФЕСТИВАЛЬ-КОНКУРС "БОЛЬШИЕ ТАНЦЫ"

Участвуют классные коллективы с 5
по 11 классов

Продолжительность танца не должна
превышать 3-х минут

ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ
ОТПРАВЛЯТЬ ЯНЕ
КАСЬЯНОВОЙ ДО 21
ДЕКАБРЯ.

ВИДЕО-ЗАПИСЬ
НОМЕРОВ БУДЕТ
26.12, У КАЖДОГО
КЛАССА СВОЁ ВРЕМЯ



ОТ ПРОЕКТА "HEALTH AMONG US"

СРОК ВЫПОЛНЕНИЯ

4 ФЕВРАЛЯ

Создать чек-лист на тему режима дня
(например :"Правильное проведение
начала дня" , "Последний час до сна")

Конкурс проходит в онлайн - формате,
поэтому, воспользовавшись
фоторедактором по вашему усмотрению,
составить чек-лист, имеющий "фишку"

Написать пост об участии и прикрепить
хэштеги : #Здоровье_среди_нас,
#Magic_time

Отправить выполненную работу
Касьяновой Яне

В АКТЮБЕРСКОМ

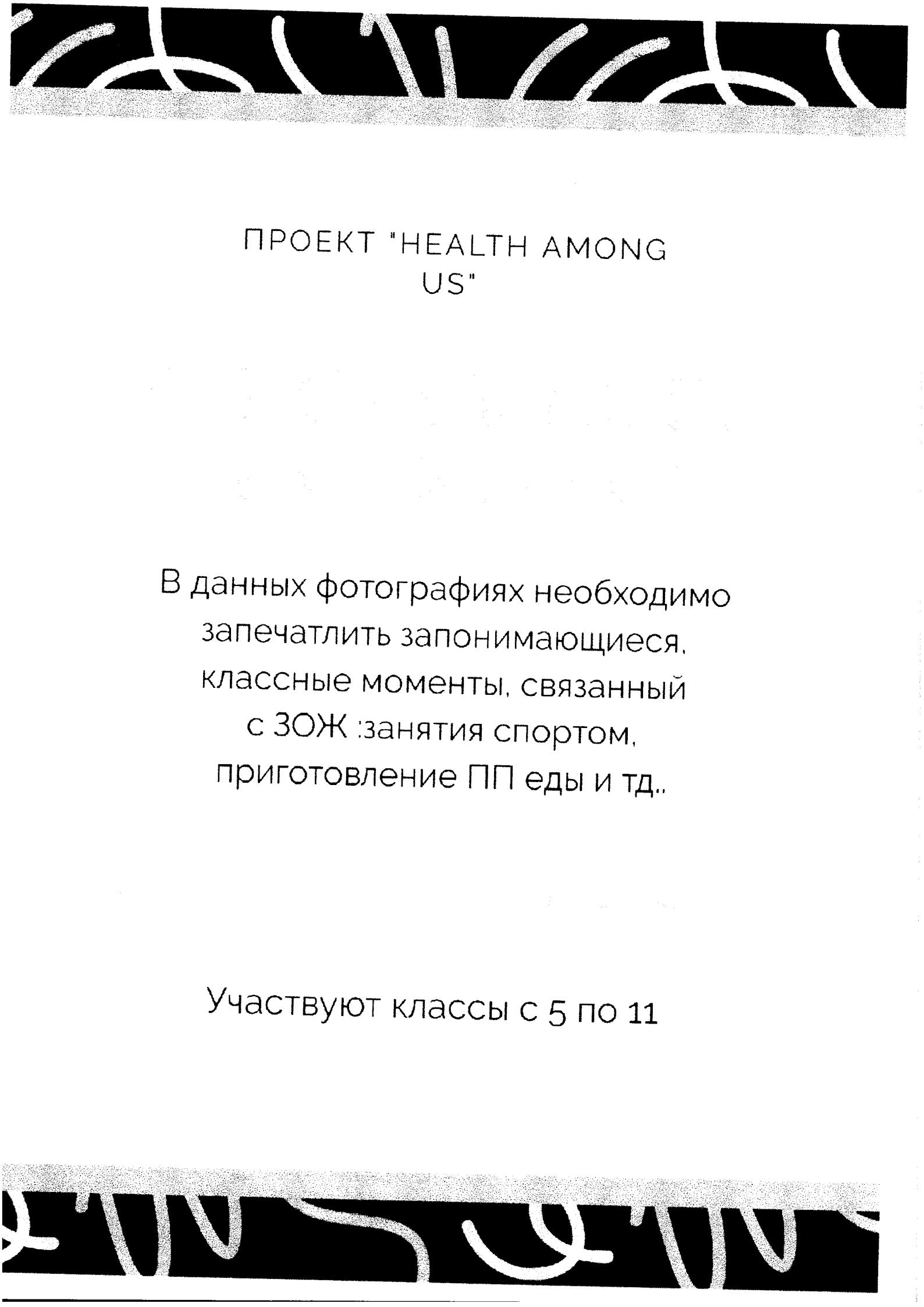
БАЙЖЕКОНОРСКОМ

ТОЛКАЧЕВО

ИММУННОГО

ПРОВОДИТСЯ С 26 ПО 27

ФЕВРАЛЯ



ПРОЕКТ "HEALTH AMONG US"

В данных фотографиях необходимо запечатлить запоминающиеся, классные моменты, связанный с ЗОЖ : занятия спортом, приготовление ПП еды и тд..

Участвуют классы с 5 по 11