

Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя школа пгт Вахруши Слободского района»

Социальный проект «Паспорт здоровья»

Разработано:
Огнёвой Алиной,
ученицей 9Б класса,
воспитанницей ДиМОО
«Новая волна»
Руководитель:
Зиновьева Светлана
Геннадьевна.

2019г

Информационная карта проекта.

Название проекта

1. Социальная значимость проблемы

(-проблема выглядит значимой для вашей территории, в целом для общества;

- проект поддерживается статистическими и аналитическими данными, ссылками на экспертов, ключевые научно-методические источники;

- чёткая формулировка проблемы)

«Паспорт здоровья»

Проблема выглядит значимой для учеников нашей школы, в целом в рамках учебного заведения, так как школьники считают, что их образ жизни не приспособлен к здоровому, нужно вовлечь их в активную спортивно-оздоровительную деятельность.

Проект поддерживается статистическими и аналогичными данными, так как был проведен интернет-опрос среди учеников нашей школы. Опрос проводился в социальной сети Вконтакте. В нём приняли участие 64 человека.

76% учеников нашей школы считают, что их образ жизни не является здоровым, что подтверждает нашу проблему.

К сожалению, большинство учеников нашей школы объединяет одна проблема, которая всё больше и больше распространяется в рамках учебного заведения: нехватка содержательного досуга детей, способствующего укреплению здоровья.

2. Цель проекта задачи проекта

Цель: организация содержательного досуга детей, способствующего укреплению здоровья в летнем оздоровительном лагере.

Задачи:

1) Вовлечь отряды в активную спортивно-оздоровительную деятельность.

2) Выявить отряд-победитель спортивно-оздоровительной деятельности.

3. Управление реализацией проекта (ф.и., должность в проекте, должность в школе)

Огнёва Алина, ученица 9б класса, член ДиМОО «Новая волна», руководитель проекта.

Сычёв Егор, ученик 9б класса, член ДиМОО «Новая волна», заместитель руководителя проекта.

Девятьярова Валерия, ученица 9в класса, член ДиМОО «Новая волна», ответственная за проведение утренних тренировок.

Фукалова Анастасия, ученица 10б класса, член ДиМОО «Новая волна», организатор запланированных мероприятий.

4.Содержание и механизм реализации проекта.

1 блок- подготовительный (разработка Паспортов здоровья).

Паспорт здоровья- это паспорт, включающий в себя общие и суммарные данные отряда. В нём был отмечен виртуальный начальный вес и 4 этапа по его снижению, которые дети должны были пройти.

2 блок-основной (мероприятия и награждение)

1)Ежедневные утренние тренировки проводились в течение всего пребывания в лагере, посещаемость которых так же отмечалась в Паспорте здоровья, помогая ребятам в снижении веса и прибавляя дополнительные баллы.

2)Игра по станциям «Центр гадания», включающая в себя 5 направлений по ЗОЖ. Проходя станции, ребята сбрасывали свой виртуальный вес.

3)Награждение отряда-победителя в соответствии итогового веса и набранных баллов.

3 блок-заключительный (подведение итогов).

Архивирование всех материалов и производство информирования в интернете по данному проекту.

5.Результаты проекта (количественные, качественные).

Количественные:

- 1)В проекте задействовано 5 отрядов летнего лагеря.
- 2)Создано 5 Паспортов Здоровья.
- 3)Проведено 7 утренних тренировок.
- 4)Вовлечено в активную спортивно-оздоровительную деятельность 66 человек.
- 5)Привлечено 4 волонтера в реализации проекта.
- 6)Выявлен отряд-победитель в спортивно-оздоровительной деятельности в количестве 15 человек.

Качественные:

- 1)Дети вовлечены в активную спортивно-оздоровительную деятельность в лагере.
- 2)Добровольческий отряд проинформирован знаниями о ЗОЖ.

Социальная значимость проблемы.

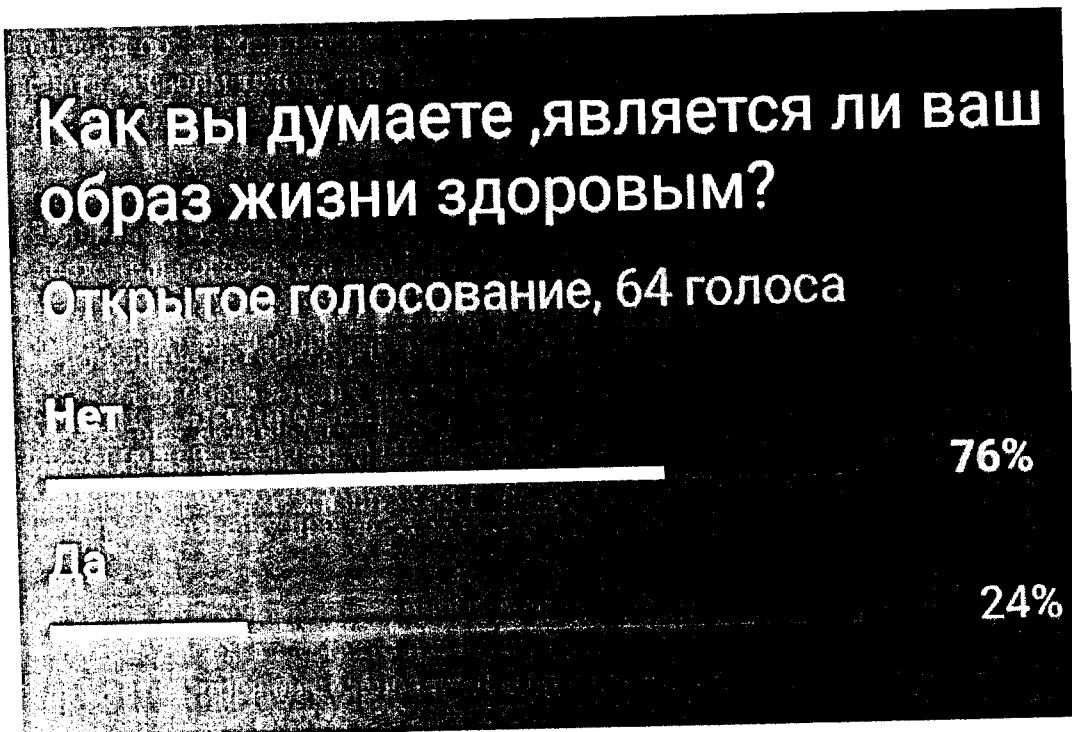
Так или иначе, но наиболее значимым фактором, определяющим здоровье человека, является его образ жизни, то есть режим труда и отдыха, культура движения, физическая и умственная активность, питание, закаливание, культура отношений и общения. Образ жизни закладывается с детства, отражает обычаи и традиции семьи, к которым ребёнок принадлежит. Образ жизни может способствовать сохранению и развитию здоровья ребёнка.

Здоровый образ жизни помогает человеку стать успешным в чём-либо. Человек начинает следить за своим телом, что извлекает проблему различных болезней. Соблюдая здоровый образ жизни, проявляется экономия (пропадают затраты на табак и так далее).

К сожалению, большинство учеников нашей школы объединяет одна проблема, которая всё больше и больше распространяется в рамках учебного заведения: нехватка содержательного досуга детей, способствующего укреплению здоровья. Проект поддерживается статистическими и аналогичными данными, так как был проведен интернет-опрос среди учеников нашей школы.

Результат интернет-опроса.

Опрос проводился в социальной сети Вконтакте. В нём приняли участие 64 человека. 76% учеников нашей школы считают, что их образ жизни не является здоровым, что подтверждает нашу проблему.



Проблема выглядит значимой для учеников нашей школы, в целом в рамках учебного заведения, так как школьники считают, что их образ жизни не приспособлен к здоровому, нужно вовлечь их в активную спортивно-оздоровительную деятельность.

В нашей школе уже был представлен проект «Почта здоровья» по направлению ЗОЖ, но его цель заключалась в создании отряда «Волонтёры-медики» в школе. Проект «Паспорт здоровья» достаточно новый для территории учебного заведения.

Проект реализован в летней лагерной смене. Он направлен на решение такой проблемы, как нехватка содержательного досуга детей, способствующего укреплению здоровья.

Четко определен способ решения проблемы:

Создание Паспортов Здоровья, включающие в себя общие и суммарные данные отряда. Так же в нём отмечалась посещаемость утренних тренировок, которые проводились в течение всего пребывания в лагере. Помимо этого в паспорте отмечался виртуальный начальный вес отряда и 4 этапа по снижению веса, которые дети должны были пройти. Так же проводилась игра по станциям, включающая в себя 5 направлений по ЗОЖ.

Руководитель является достаточно компетентным для реализации проекта:

- проинформирована знаниями о здоровом образе жизни,
- опытна в проведении тренировок,
- воспитанница ДимОО « Новая Волна».

Цель и задачи проекта.

Цель: организация содержательного досуга детей, способствующего укреплению здоровья в летнем оздоровительном лагере.

Задачи:

- 1) Вовлечь отряды в активную спортивно-оздоровительную деятельность.
- 2) Выявить отряд-победитель спортивно-оздоровительной деятельности.

География проекта: КОГОБУ СШ пгт Вахруши.

Управление реализацией проекта.

ФИО	Должность в школе	Должность в проекте
Огнёва Алина	Ученица 9б класса, член ДиМОО «Новая волна»	Руководитель проекта
Сычёв Егор	Ученик 9б класса, член ДиМОО «Новая волна»	Заместитель руководителя проекта
Фукалова Анастасия	Ученца 10б класса, член ДиМОО «Новая волна»	Организатор запланированных мероприятий
Деветьярова Валерия	Ученица 9в класса, член ДиМОО «Новая волна»	Ответственная за проведение утренних тренировок

Содержание и механизм реализации проекта.

Суть проекта:

Наша работа состоит из 3 блоков.

1 блок- подготовительный (разработка Паспортов здоровья).

Паспорт здоровья- это паспорт, включающий в себя общие и суммарные данные отряда. В нём был отмечен виртуальный начальный вес и 4 этапа по его снижению, которые дети должны были пройти.

2 блок-основной (мероприятия и награждение)

1)Ежедневные утренние тренировки проводились в течение всего пребывания в лагере, посещаемость которых так же отмечалась в Паспорте здоровья, помогая ребятам в снижении веса и прибавляя дополнительные баллы.

2)Игра по станциям «Центр гадания», включающая в себя 5 направлений по ЗОЖ. Проходя станции, ребята сбрасывали свой виртуальный вес.

3)Награждение отряда-победителя в соответствии итогового веса и набранных баллов.

3 блок-заключительный (подведение итогов).

Архивирование всех материалов и производство информирования в интернете по данному проекту.

План работы.

№	Мероприятие	Сроки	Ответственный	Ресурсы
1 этап- подготовительный				
1	Разработка плана работы	31.05-5.06.19	Огнёва Алина (руководитель)	Команда проекта
2	Сбор команды	7.06.19	Огнёва Алина	Команда проекта
3	Разработка Паспортов Здоровья	7.06-8.06.19	Огнёва Алина, Девятьярова Валерия	Компьютер, интернет
2 этап- основной				
1	Нечать Паспортов Здоровья	9.06.19	Сычёв Егор (заместитель)	Принтер
2	Встреча с ребятами и выдача паспортов в отряды	10.06.19	Огнёва Алина, Девятьярова Валерия	Паспорта здоровья
3	Проведение утренних тренировок	11.06-22.06.19	Сычёв Егор, Фукалова Анастасия	Спортивная форма
4	Проведение игры по станциям «Центр гадания»	19.06.19	Фукалова Анастасия	Костюмы гадалок
5	Проверка паспортов здоровья	22.06-24.06.19	Огнёва Алина, Девятьярова Валерия	Ручка, блокнот
6	Награждение отряда-победителя	24.06.19	Огнёва Алина	250 р (на фрукты)
3 этап- заключительный				
1	Подведение итогов проекта	25.06.19	Огнёва Алина	Команда проекта
2	Архивирование материалов проекта	26.06-27.06.19	Огнёва Алина	Компьютер, папка проекта
3	Общественное информирование об итогах проекта	28.06.19	Огнёва Алина	Интернет

Результаты проекта.

Количественные:

- 1) В проекте задействовано 5 отрядов летнего лагеря.
- 2) Создано 5 Паспортов Здоровья.
- 3) Проведено 7 утренних тренировок.
- 4) Вовлечено в активную спортивно-оздоровительную деятельность 66 человек.
- 5) Привлечено 4 волонтёра в реализации проекта.
- 6) Выявлен отряд-победитель в спортивно-оздоровительной деятельности в количестве 15 человек.

Качественные:

- 1) Дети вовлечены в активную спортивно-оздоровительную деятельность в лагере.
- 2) Добровольческий отряд проинформирован знаниями о ЗОЖ.

Список литературы.

«Здоровье человека- это его образ жизни, режим труда и отдыха, культура движения, питание и культура отношений».

<https://pandia.ru/text/78/406/31139.php>

«Образ жизни закладывается с детства, отражает обычаи и традиции семьи».

<https://www.calc.ru/Faktory-Zdorovia-Cheloveka.html>

Выводы и перспективы проекта.

Проект реализован в летнем лагере, где дети ежедневно посещали утренние тренировки, что помогло нам решить проблему проекта. Мы вовлекли детей в активную спортивно-оздоровительную деятельность и научили их ежедневному самоконтролю в данной деятельности. Реализация проекта пошла на пользу многим школьникам.

Тема ЗОЖ «направила» меня на создание проекта «Паспорт здоровья». В нём я отразила давно волнующую меня проблему нехватки содержательного досуга детей, способствующего укреплению здоровья. Реализовав его, я убедилась, что моя жизнь будет тесно связана с медициной. Опираясь на этот проект, он поможет мне в создании чего-то более крупного и грандиозного в сфере медицины.

СЦЕНАРИЙ ДЛЯ ИГРЫ ПО СТАНЦИЯМ "Центр гадания"

1 станция " Все на помощь"

На станции стоит Настя Фукалова и Ксюша Устюхина.

Суть станции : девочка без сознания истекает артериальным кровотечением, Настя(гадалка) ничего не может с этим сделать, поэтому просит ребят помочь ей остановить кровотечение. Дети должны поэтапно показать, как остановить кровотечение. За каждый пункт 2 балла, максимальное количество набранных баллов - 10.

2 станция "Вредное всегда рядом"

На станции стоит Лера Девятьярова и Ариша Мисник.

Суть станции : отряд будет поделен на две команды. Первая команда должна будет написать пять пунктов "как сигареты влияют на наше здоровье", вторая команда "как гаджеты влияют на наше здоровье"

5 баллов каждой команде - максимально. Всего 10 баллов.

3 станция "Свинтус или чистус"

На станции стоит Юля Попцова.

Суть станции : Юля(гадалка) рассказывает ребятам легенду, что мальчик не мыл руки целую вечность и превратился в свинтуса. Дети должны поэтапно показать, как правильно мыть руки. За каждый этап 2 балла, всего 5 этапов. Максимально 10 баллов.

4 станция "Бревно бревном"

На станции стоит Соня Кощеева и Катя Сидорова.

Суть станции : девочки (гадалки) говорят ребятам, что никогда не занимались физкультурой и просят посвятить их в это дело. Дети должны все вместе показать зарядку поэтапно. Всего 5 этапов, за каждый этап 2 балла. Максимально 10 баллов.

5 станция "Экстрасенс"

На станции стоит Аня Калинина и Егор Сычёв.

Суть станции : гадалки говорят ребятам, что в мире осталось мало полезных блюд, чтобы выжить нужно создать новые и полезные шедевры. Им будут выданы 10 пар картинок с продуктами. Дети должны угадать, где же больше калорий. За каждую угаданную картинку 1 балл. Максимальной

10 баллов.