

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр дополнительного образования»
р.п. Тонкино Нижегородской области**

СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

на тему:

«МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!»

Автор – составитель:

Ярополова Анна Михайловна

методист ЦДО р.п. Тонкино

Тонкино, 2019 год.

Актуальность:

Тема формирования здорового образа жизни у подрастающего поколения очень актуальна, а в наше время особенно, поскольку с каждым годом увеличивается количество учащихся, имеющих проблемы со здоровьем, немало учащихся имеют вредные для здоровья привычки, что очень пагубно сказывается как на духовном так и на физическом состоянии здоровья. В связи с этим в число основных приоритетов спортивной школы входит оптимизация образовательного процесса с целью сохранения физического, психического, духовно-нравственного здоровья учащихся. Для решения данной проблемы необходимо эффективными, несложными в применении приемами и методами проводить мероприятия направленные на формирование механизмов для решения задач продвижения приоритетов ЗОЖ.

Информационная карта проекта

Название проекта: «Мы за здоровый образ жизни!»

Территория реализация проекта: Нижегородская область р.п. Тонкино, муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования центр дополнительного образования р.п. Тонкино.

Сроки реализации: предполагаемая дата начала проекта - август 2019 года; предполагаемая дата окончания – июнь 2020 года.

Участники проекта: Учащиеся ЦДО р.п. Токино, тренеры-преподаватели, родители

Направление проекта: Содействие в сохранении и укреплении здоровья обучающихся, формирование навыков здорового образа жизни

Ресурсы проекта: тренеры-преподаватели

Материально-финансовые: канцтовары, музыкальная аппаратура, справочники, литература по данной теме, интернет, грамоты, призы для награждения за счёт средств ЦДО р.п. Тонкино.

Нормативно-правовая база проекта: В основу проекта легли реализуемые на территории Тонкинского района областная государственная программа «Развитие физической культуры и спорта в Нижегородской области на», программы «Работа с детьми группы риска ЦДО р.п. Тонкино».

Цель проекта: провести ряд мероприятий , направленных на формирование и развитие подрастающего поколения культуры здорового образа жизни , укрепление нравственных ориентиров и сохранение физического и духовно-психического здоровья школьников.

Задачи:

- создать условия для сохранения и укрепления здоровья учащихся;

- формировать у учащихся ответственное отношение к собственному здоровью;
- организовать систематическую физкультурно-соревновательную активность детей с целью отвлечения учащихся от негативных явлений современной жизни
- развивать материальную базу и создать условия для занятий физической культурой и спортом.

Этапы реализации проекта:

1-й этап – подготовительный (август-сентябрь 2019 года). Включает в себя изучение литературы и интернет ресурсов по ЗОЖ. Диагностика состояния здоровья участников образовательного процесса. Разработка проекта и составление плана работы. Проведение пед.совета: «Состояние спортивно-оздоровительной работы в ДЮСШ».

2-й этап – основной (20 сентября 2019 года – 15 июня 2020 года). Предусматривает реализацию проекта.

3 – этап – заключительный (май - июнь 2020 года). Проводится диагностика на выявление успешности выбранных технологий для решения обозначенных проблем и задач.

Механизм реализации проекта:

№	Направление проекта	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Исследования и комплексная оценка состояния здоровья учащихся,	1. Сбор и анализ информации о состоянии здоровья учащихся; 2. Составление социального	Сентябрь-октябрь 2019 г.

	мониторинг детей «группы риска»	паспорта, выявление учащихся «группы риска».	
2.	Пропаганда ЗОЖ, профилактика вредных привычек	<p>1. «Техника безопасности на занятиях».</p> <p>2. Беседа: «Санитарно-гигиенические нормы, режим питания»</p> <p>3. Конкурс плакатов и рисунков «Спорт учёбе не помеха, а залог ее успеха!», посвящённый Всероссийской акции «Спорт-альтернатива пагубным привычкам</p> <p>4. Тренинговое занятие «Слово, которое защищает» по профилактике зависимости от психоактивных веществ.</p> <p>5. Тематический вечер «Скажем наркотикам – нет!»</p> <p>6. Командная игра «Спички детям не игрушка!» по профилактике табакокурения</p> <p>7. Командная игра «Спасение утопающих – дело рук самих утопающих» по профилактике пивного алкоголизма.</p> <p>8. Беседа медработника: «Профилактика и коррекция нарушения зрения, осанки».</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Октябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Январь</p> <p>Февраль</p> <p>Март</p>

		9. Посещение музея. «Традиции и обычаи нашего края».	Апрель
3.	Физическое воспитание и организация активно-двигательного досуга (с вовлечением детей группы риска)	<p>1. «День здоровья!»</p> <p>2. «День футбола!», районные соревнования по мини-футболу.</p> <p>3. Районные соревнования по лёгкой атлетике, в рамках Всероссийского Дня Бега.</p> <p>4. Турнир по мини-футболу среди воспитанников секций «футбол» в дни осенних каникул.</p> <p>5. Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки среди учащихся ЦДО р.п. Тонкино</p> <p>6. Районных соревнованиях по баскетболу.</p> <p>7. Проведение районных соревнований «Веселые старты» среди команд основных школ.</p> <p>8. Комический футбол, среди учащихся ЦДО</p> <p>9. Новогодние «Веселые старты»</p> <p>9. Рождественский турнир по мини-футболу среди</p>	<p>Сентябрь 2019 г.</p> <p>Сентябрь 2019 г.</p> <p>Сентябрь 2019 г.</p> <p>Октябрь 2019 г.</p> <p>Октябрь 2019 г.</p> <p>Ноябрь 2019 г.</p> <p>Декабрь 2019 г.</p> <p>Декабрь 2019 г.</p> <p>Декабрь 2019 г.</p> <p>Январь 2020 г.</p>

	<p>учащихся секций «Футбол»</p> <p>10. Открытие лыжного сезона. Соревнования по лыжным гонкам среди учащихся основных школ. Лично-командное первенство.</p> <p>11. Новогоднее спортивное праздничное мероприятие.</p> <p>12. Внутришкольные соревнования по футболу на снегу.</p> <p>13. Биатлон. Лично-командное Первенство.</p> <p>14. «Меткий футболист» - спортивный праздник среди мальчиков, ко Дню защитника Отечества.</p> <p>16. «Королева спорта» - спортивный праздник среди девочек, посвящённый празднованию 8 марта.</p> <p>17. Лыжная эстафета, посвящённая закрытию лыжного сезона.</p> <p>18. Спортивном мероприятии «Зимние забавы», посвящённые Дню Масленицы</p> <p>19. Всемирный день здоровья. Организация межгруппового</p>	<p>Январь 2020 г.</p> <p>Январь 2020 г.</p> <p>Февраль 2020 г.</p> <p>Февраль 2020 г.</p> <p>Март 2020 г.</p> <p>Март 2020 г.</p> <p>Март 2020г.</p> <p>Апрель 2016 г.</p>
--	--	--

		<p>мероприятия. Показательные выступления.</p> <p>20.Туристическом слёте среди учащихся ДЮСШ.</p> <p>21.Районных соревнования по мини-футболу среди смешанных команд</p> <p>21. «Веселые старты», посвященные Дню Защиты детей.</p> <p>22. Чемпионат района по мини-футболу</p>	<p>Май 2020 г.</p> <p>Май 2020 г.</p> <p>Июнь 2020 г.</p> <p>Июнь-август 2020 г.</p>
4.	Профилактика правонарушений, предупреждение антиобщественных действий	<p>1. Организация инструктажей по технике безопасности.</p> <p>4. Беседы: «Помощники есть у машин и ребят – дорожные знаки за нами слетят!»</p> <p>2.Проведение «Правовой недели» беседы и практические занятия.</p> <p>3.Теоретические беседы «Последствия применения ПАВ»</p>	<p>В течение года</p> <p>Октябрь</p> <p>Январь 2020 г.</p> <p>Март 2020 г.</p>

Эффективность проекта (ожидаемые результаты): деятельность по проекту должна быть направлена не только на организацию досуговых мероприятий, но и на достижение положительного социального эффекта:

1. Повышение уровня информированности учащихся о здоровом образе жизни и готовности его пропагандировать;
2. Повышение мотивации к двигательной активности, увеличение количества учащихся, занятых физической культурой и спортом;
3. Улучшение физического, психического и эмоционально-психического и эмоционально-психологического состояния учащихся;
4. Формирование устойчивых знаний учащихся по вопросам права, законодательства;
5. Расширение профилактической работы с подростками по правонарушению, безнадзорности, предупреждению антиобщественных действий несовершеннолетних «группы риска»

Механизм оценки проекта: Результаты проекта будут отслеживаться тренерами-преподавателями, руководителем проекта. Данные по проделанной работе, уровень двигательной активности учащихся, изменения личных качеств будут фиксироваться. Результаты проекта будут обсуждаться на заседаниях педагогического совета.

Устойчивость проекта: Проект «Мы – за здоровый образ жизни!» станет стартом для физического и нравственного совершенствования подростков под руководством опытных наставников. Учитывая актуальность направления, данный проект может быть продолжен и расширен.