Социальный проект

по направлению

«Пропаганда здорового образа жизни»

МОУ «СОШ № 25 при МаГК»

Руководители: Цымбалова Ю. В., Зонова М.Н.

Участники: Ан Д, Савин К, Подосян Г, Назарова Е, Проскурякова М, Богатырёва К, Другова К, Воронина А

Здровый образ жизни

доступен всем и каждому!

Девиз проекта:
«Мы здоровье раздаём,
объясним тебе о нём.
Мы энергией своей
зарядим тебя скорей!».

Актуальность:

- средняя продолжительность жизни в нашем городе ниже общероссийской, что говорит о проблеме здоровья населения;
- сегодня перед современным обществом стоит проблема: некоторых болезней молодеют, то есть раньше проявлялись только у взрослых пожилых людей, а сегодня ими болеют подростки и молодые люди;
- всё это говорит о том, что люди беспечно относятся к своему образу жизни, списывая все причины болезней зачастую на экологию и наследственность;

Главная идея проекта:

объяснить детям и взрослым основные принципы здорового образа жизни.

Главная мысль :

задуматься самим и заставить задуматься других о том, что влияет на здоровье, и что каждый может сделать для себя, чтобы сохранить и улучшить своё здоровье.

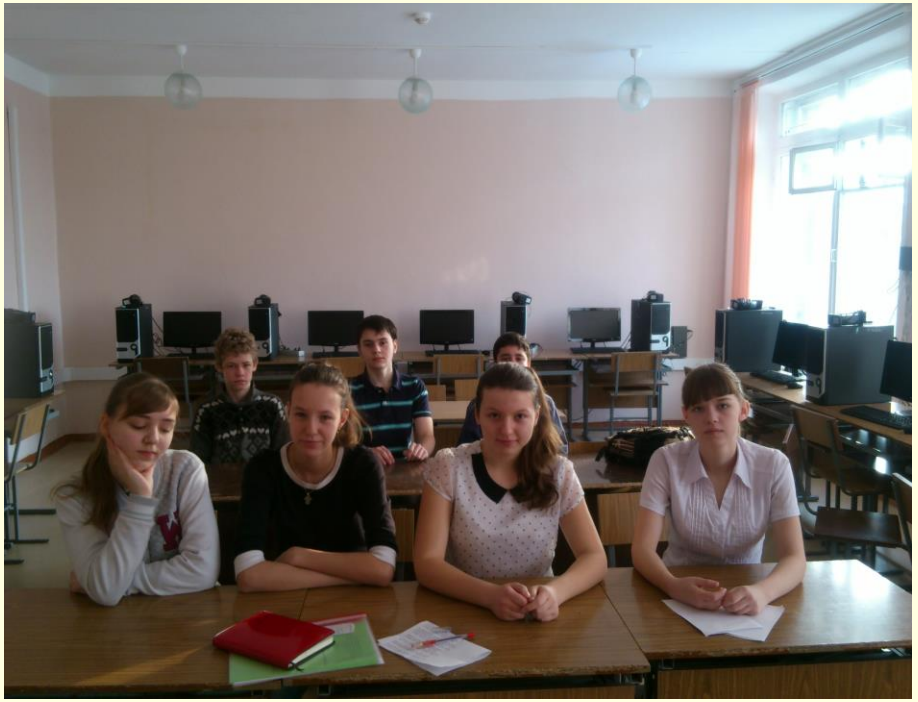
Цель проекта:

- пробудить сознательность и ответственность людей по отношению к своему здоровью;
- показать основные доступные каждому принципы здорового образа жизни;
- популяризация и повышение ценности здорового образа жизни среди молодежи города Магнитогорска, через участие в культурно-массовых мероприятиях, запланированных данным проектом и формирование активной жизненной позиции.

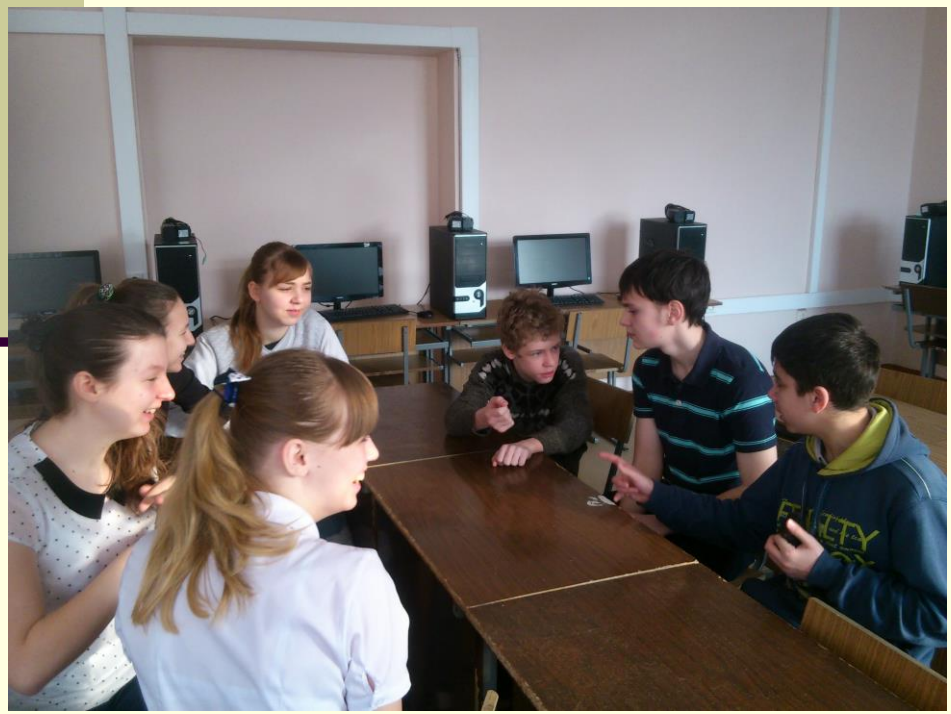
Ожидаемые результаты:

- информирование учащихся о современной проблеме ЗОЖ;
- популяризация здорового образа жизни и ценности личности человека;
- формирование уверенности в себе и ответственного отношения к своему здоровью;
- вовлечение в активную деятельность большого круга детей;
- увлеченность детей идеями добра и красоты, духовного и физического совершенствования;
- выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательным воздействиям окружающей среды, желания и умения вести здоровый образ жизни;

1 этап: Подготовка к работе над проектом



2 этап:
Выбор проблемы



Отряд «Энергия здоровья»

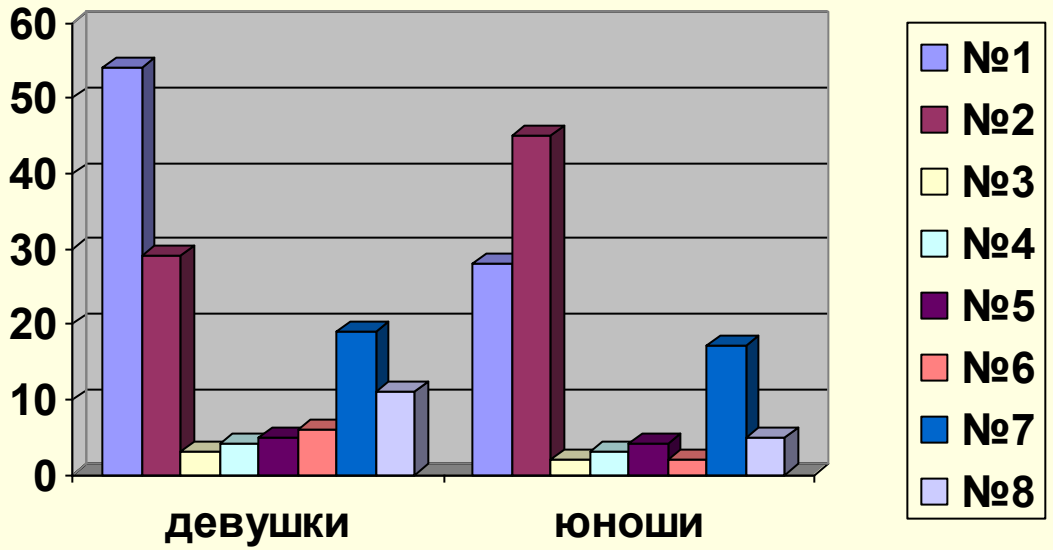
3 этап:
Сбор и анализ информации

Анкетирование учащихся

3.Какие условия для сохранения здоровья Вы считаете наиболее важными?
Из приведенного перечня условий выберите одно наиболее важное для Вас.
1. Хорошая наследственность,
2. Хорошие экологические условия,
3. Выполнение правил здорового образа жизни,
4. Возможность консультаций и лечения у хорошего врача,
5. Знания о том, как заботиться о своем здоровье,
6. Отсутствие физических и умственных перегрузок,
7. Регулярные занятия спортом,
8. Достаточные материальные средства для хорошего питания, занятий спортом и т.д.

Результаты:

Выжные параметры ЗОЖ



По результатам опроса видно, что большинство опрошенных учащихся считают , что ЗОЖ в основном зависит от экологии, наследственности и финансовых затрат (№ 1, № 2, №8)

Уточнение проблемы:

узкое понимание принципов здорового образа жизни и легкомысленное отношение к воплощению этих принципов в жизнь.

Новая уточнённая цель:

донести до людей, что ЗОЖ доступен всем и каждому и зависит в основном от желания самого человека

Соцпартнёр в лице автономной некоммерческой организации «Здоровье поколений»

Физ-минутки

Раздача брошюр

Уроки

«Выставка «Здоровья»»

ОПРЕДЕЛЕНИЕ БИОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗРАСТА

ПИТАНИЕ
СОЛНЕЧНЫЙ СВЕТ
СОЛНЕЧНЫЙ СВЕТ

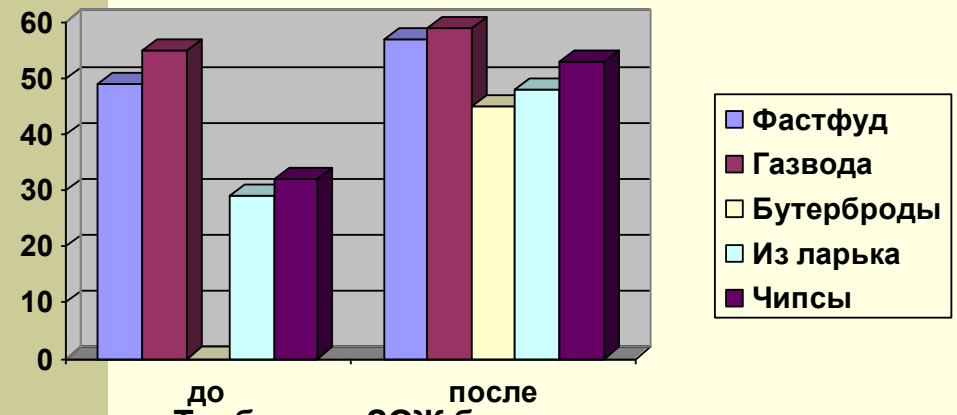
СОЛНЕЧНЫЙ СВЕТ
СОЛНЕЧНЫЙ СВЕТ

СВЕЖИЙ ВОЗДУХ
Свежий конди-ционированный воздух
Городской смог вызывает

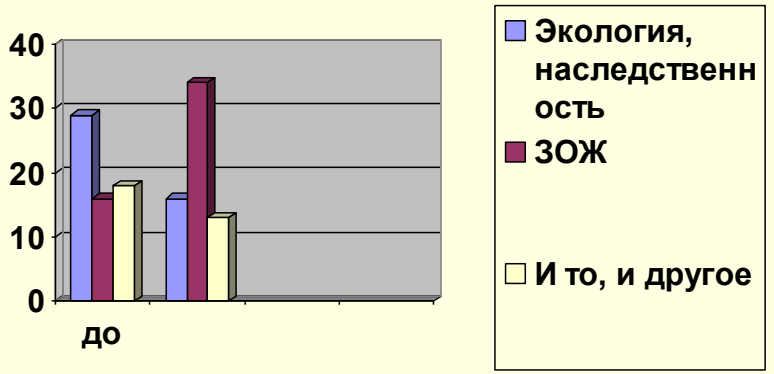
ОТДЫХ

Результаты анкетирования «до и после»

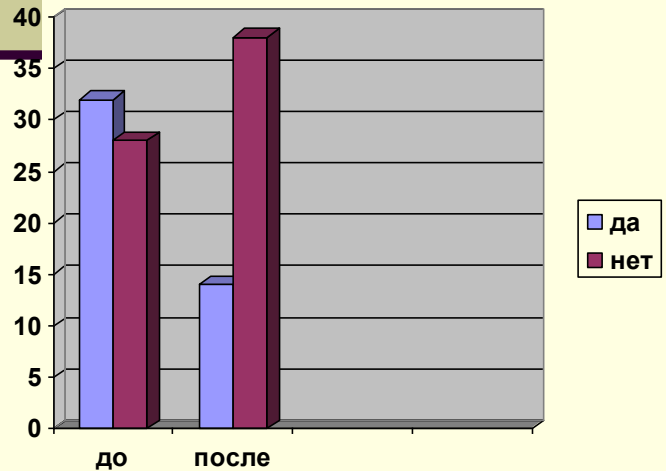
Перечислите вредную пищу



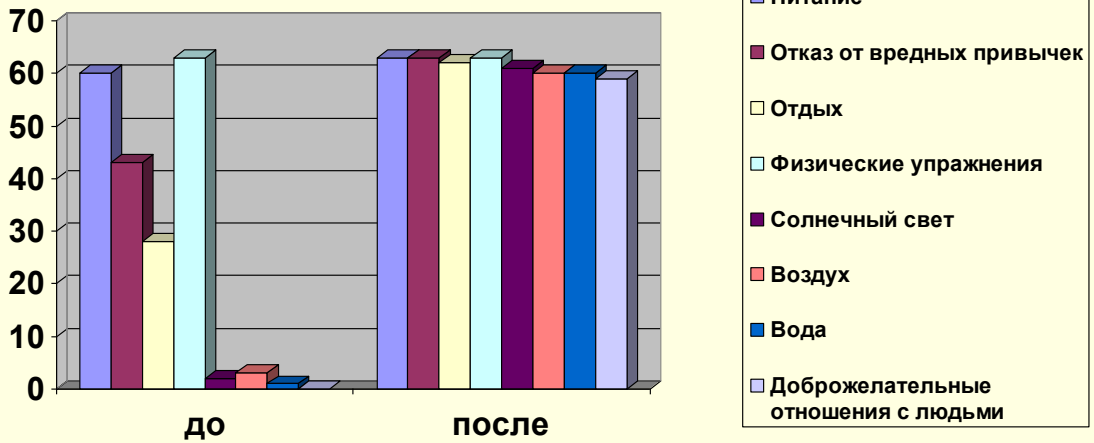
Что играет большую роль: экология, наследственность или ЗОЖ?



Требует ли ЗОЖ больших финансовых затрат?



2) Перечислите основные принципы здорового образа жизни



Результаты проекта:

Во время реализации мероприятий данного соцпроекта участники получили новый опыт:

- составления и анализа анкет;
- интервьюирования в нестандартной обстановке с незнакомыми людьми (во время опроса горожан на улицах города);
- подготовки и проведения уроков в классах с учащимися разного возраста (уроки проводились с 3 по 8 классы);
- оформления конспектов с пошаговой разработкой хода урока;
- общения с разными людьми в процессе организации разных мероприятий;
- работы с документами, поиска и систематизации информации для реализации проекта;
- коммуникативного и неконфликтного поведения внутри отряда;

Результаты проекта:

Участники проекта сформировали умения адаптироваться в социокультурном пространстве, развивая морально- волевые качества;

Научились проявлять чувство ответственности за каждый свой поступок в реализации мероприятий проекта.

В процессе сотрудничества с АНО «Здоровье поколений»

приобрели новые и более полные знания по основным принципам здорового образа жизни. развили способности к взаимопониманию,

взаимопомощи и сотрудничеству с различными социальными группами.

В ходе реализации проекта была проведена разъяснительная работа среди учащихся школы, педколлектива, обслуживающего персонала, частично среди горожан по пропаганде ЗОЖ.

Анализ анкет среди учащихся старших классов и коллектива школы, прошедших «Выставку «Здоровья»» показал, что у опрашиваемых повысилась мотивация к улучшению своего здоровья;

Появилось осознание ответственности за его сохранение и улучшение;

Повысился информационный уровень по вопросу ЗОЖ;

Появилось понимание, что не только экология и наследственность играет роль, но и не на последнем месте стоит отношение к своему здоровью;

Люди поняли, что основные принципы ЗОЖ не так уж финансово затратны и доступны каждому в повседневной жизни.