

Проект 5 класса ГБОУ ООШ №5 г.о. Октябрьск

«Формирование здорового образа жизни школьника»





Мне нравится учиться в нашей школе. Учителя добрые и внимательные, хотя и строгие. Поэтому на уроках приходится сидеть тихо-тихо. От этого очень устаёшь. Другое дело — перемена. Только прозвенит звонок — бегом в столовую. Быстро поел — и бегом в коридор.



Перемены у нас большие, по 10—20 минут. Угадайте, сколько раз я успеваю пробежаться по коридору? Десять-пятнадцать раз. Это ничего, что иногда врежешься в кого-нибудь. Кто-то даже рад, что можно слегка подраться. Однако в старшеклассников я стараюсь не врезаться. Могут больно ударить. И в учителей, конечно, тоже. Могут наказать — заставить постоять.

■ *Дети должны быть здоровыми*- значит не иметь проблем с самочувствием, быть физически и духовно полноценными людьми



• А для этого в школе
необходимы:

Утренняя общешкольная зарядка, которая длится пять минут и проводится до начала занятий.

- Каждый день школьника должен начинаться с утренней гимнастики, которая недаром называется зарядкой, так как прогоняет остатки сонливости и как бы дает заряд бодрости на весь предстоящий день.
- Гимнастические упражнения усиливают работу сердца и легких, улучшают обмен веществ, благотворно действуют на нервную систему.



Физминутки

- Обязательны на каждом уроке. Обычно это 3 – 5 физических упражнений и они могут проводиться с музыкальным сопровождением,



Внеурочная деятельность

- Игры на открытом воздухе во время внеурочной деятельности.



Динамические переменные

- Динамические переменные для учащихся начальной школы





Мы решили создать проект
по оборудованию
школьного коридора
разметкой для подвижных
игр.



1 Мы провели опрос учащихся начальных классов о любимых играх на перемене.

Результат: Игра «Ручеек»- 23 человека

«Резиночка»- 18 человек

«Догонялки»- 12 человек

«Классики»- 10 человек

2. Узнали, какие виды "классиков" существуют.

rodnaya-tropinka.ru

Игры во дворе.
Играем в классики.

Какие бывают классики?

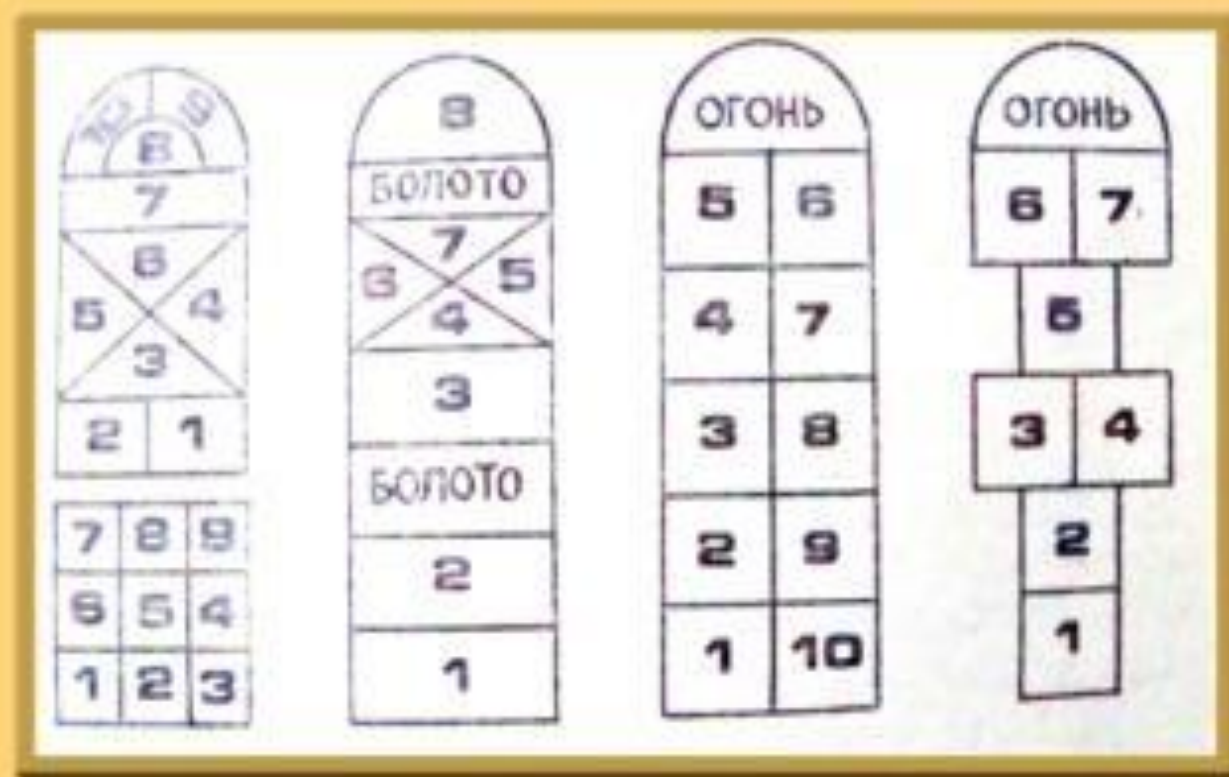


rodnaya-tropinka.ru

Игры во дворе.

Играем в классики.

Какие бывают классики?



uznaiki.ru

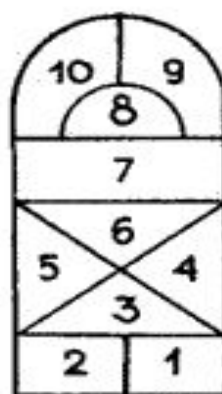
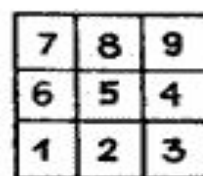
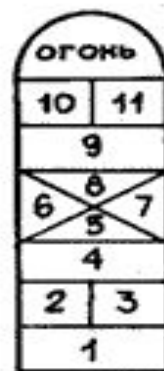
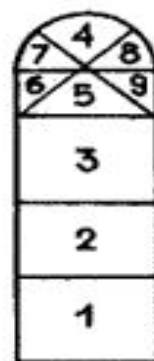
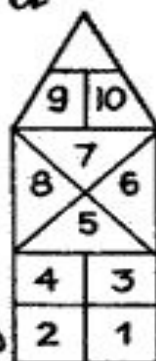
Игры во дворе.

**Играем
в классики.
"Улитка"**

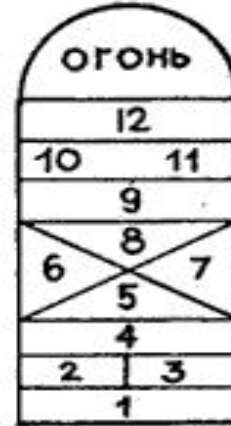
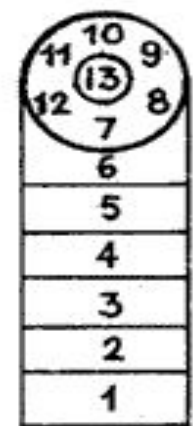
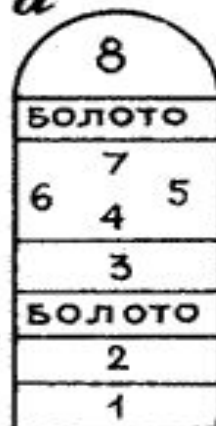




а



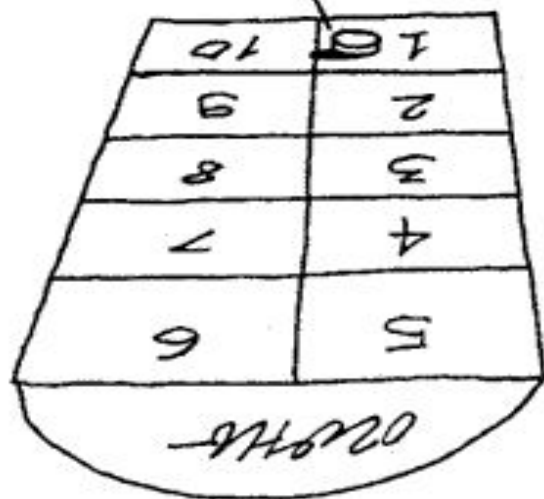
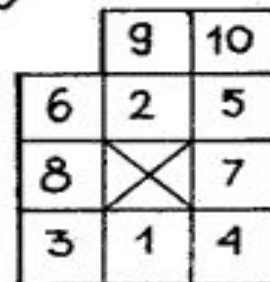
а



а



б



3.Подготовили трафареты для разметки



4. Подготовили материалы,
инструменты,
приспособления
для разметки.



5. Выполнили разметку



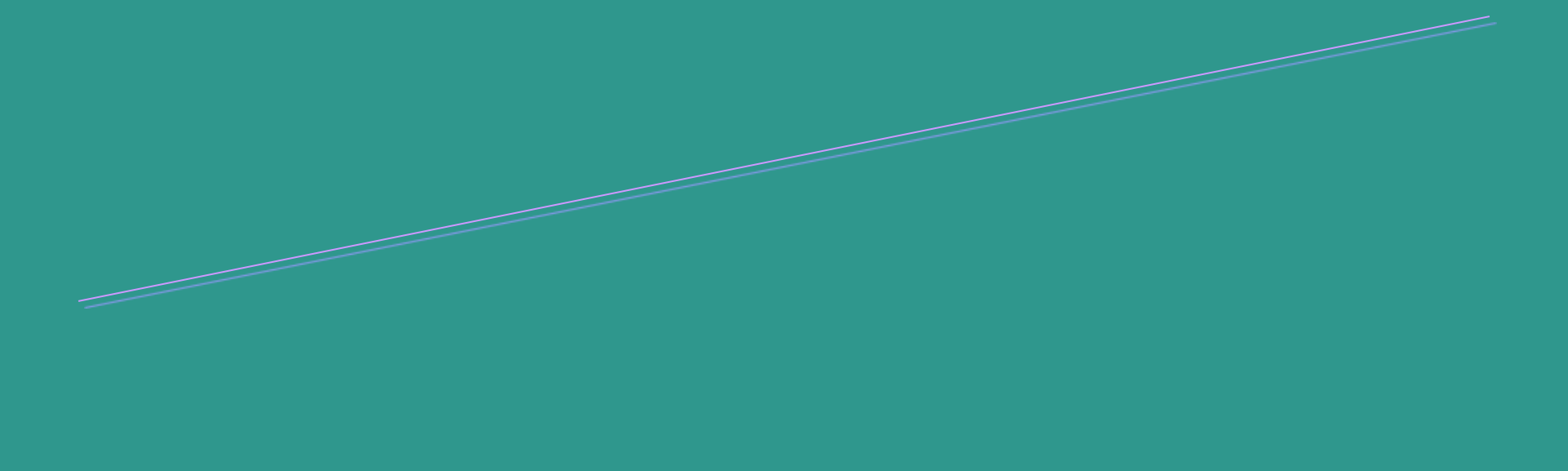








• Малыши рады





Все необходимые материалы нам
предоставили

родители и классный руководитель.

Мы провели расчеты , если бы всё
приобретали

в магазине, то наши затраты составили
600 рублей.

Мы планируем сделать разметку для игр
во время летнего оздоровительного лагеря
на асфальтированной площадке школьного
двора





. Спасибо за внимание