Муниципальное учреждение дополнительного образования

Дом детского творчества Пачелмского района.

Автор: Ручкина Е.А.

Проект « Островок здоровья»

р.п.Пачелма,

2019г

**1.Информационная карта проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Название проекта | «Островок здоровья»  (проект по развитию физкультурно-оздоровительной работы в организациях дополнительного образования) |
| 2 | Автор | Ручкина Е.А.- педагог дополнительного образования МУ ДО ДДТ Пачелмского района |
| 3 | Руководитель проекта | Тамбовцева О.Н.- директор МУ ДО ДДТ Пачелмского района. |
| 4 | Сроки реализации проекта | Сентябрь - декабрь 2019года |
| 5 | Цель проекта | активизация привлечения учащихся, родителей и педагогов ДДТ к занятиям спортом с целью популяризации здорового образа жизни, а также повышения участия детей в спортивно-оздоровительных мероприятиях различного уровня. |
| 6 | Задачи проекта | -Воспитание активной жизненной позиции и ответственного отношение к своему здоровью.  - укрепление здоровья, развитие физических качеств у подрастающего поколения, содействие гармоническому физическому развитию обучающих  -повышение двигательной активности учащихся;  - воспитывать дружеские отношения между детьми, умение взаимодействовать в команде.  - деятельность учащихся как волонтеров в массовом спорте. |
| 7 | Участники проекта | Педагоги МУ ДО ДДТ Пачелмского района |
| 8 | Индикаторы эффективности проекта | Активное участие детей и родителей в реализации проекта. Положительные отзывы в средствах массовой информации. |
| 9 | Краткая аннотация к проекту | Предлагаемый проект позволит привлечь внимание населения поселка к оздоровлению молодого поколения, отдаления его от вредных привычек, снижение правонарушений в детской и молодёжной среде. Участие в проекте позволит организовать занятость детей во второй половине дня. Проект содержит конкретные мероприятия, увязанные по срокам, исполнителями, которые направлены на достижение цели проекта. В рамках проекта будет разработана социальная реклама в различных формах: буклеты, плакаты, листовки, которые будут распространяться среди жителей поселка волонтёрской группой. Проект отличают актуальность , реалистичность, социальная значимость, адресность и практическая значимость. |
| 10 | Описание проблемы | Низкий уровень пропаганды привлечения детей и подростков к спорту, спортивной жизни поселка, представляет огромную угрозу социального характера, выбора иных направлений досуга, которые имеют негативное влияние. В свободное от уроков время на стадионе, спортивной площадке, в спортзале мы сталкиваемся с низкой посещаемостью детей, остро стоит вопрос безразличия и нежелания детей и приобщаться к здоровому образу жизни. |
| 11 | Ожидаемые результаты | 1.Улучшение состояния физического и психического здоровья детей, уменьшение заболеваемости.  2. Увеличение числа учащихся,  занятых во внеурочное время в объединениях дополнительного образования.  3. Рост уровня физического развития и физической подготовленности учащихся.  4 Повышение количества детей, принимающих участие в спортивных мероприятиях и соревнованиях различного уровня.  5. Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в успешном участии детей в спортивно-оздоровительных мероприятиях.  6.Повышение мотивации обучающихся, родителей и педагогов к здоровому образу жизни, к занятиям спортом и физической культурой.  7. Создание интернет – ресурса по теме проекта |

*«Здоровье есть высочайшее  
богатство человека»  
Гиппократ*

Физическая культура и спорт рассматриваются сейчас  не только как элемент образа жизни и в целом культуры общества, но и как средство физического развития, воспитания и укрепления здоровья. Физкультурно-спортивная деятельность выступает фактором формирования духовных, нравственных устоев человека.

Спорт начинается с занятий физической культурой. Для  школьников спорт – это здоровье, физическая закалка, выносливость, отличное самочувствие, прекрасное настроение, уверенность в себе и своих силах.  К сожалению, в наше время многие ребята почти всё свободное время проводят у компьютера или в игровых залах.

Проект «Островок здоровья» инициирован педагогами МУ ДО ДДТ Пачелмского района для учащихся и их родителей. Проект направлен на создание условий для активных занятий спортом во внеурочное время. В ходе проекта мы рассмотрели  возможность создания на базе ДДТ спортивной группы  для поднятия престижа спорта и занятий физической культуры среди учащихся, педагогов и родителей.

**2. Обоснование актуальности и социальной значимости проекта**

Актуальность заключается в том, что двигательная активность детей стала очень низкой, спорт и физическая культура перестали быть значимыми. Такое положение вещей угрожает психическому и физическому здоровью. Научно-технический прогресс привел к тому, что человек все меньше и меньше понимает, что такое физический труд. За прошлое столетие, по мнению ученых, вес непосредственной мышечной работы человека снизился с 94% до 1%. Главными пороками 21 века становятся: накапливание отрицательных эмоций без физической разрядки, переедание. По мнению специалистов, даже если дети двигаются, их движения однообразны, не все группы мышц вовлекаются в движение, и результат от такой активности большой пользы не даст. Малоподвижный образ становится нормой, как для детей, так и для взрослых. Причиной является чрезмерное увлечение компьютерными играми, современными гаджетами. Сегодняшней компьютерный день среднестатистического ребенка, - это 2-3 часа неподвижности у монитора, усталость органов зрения, головные боли, плохое настроение, сонливость, апатия и т.д. Все вышеперечисленные причины приводят к тому, что ребенок, который ведет такой образ, имеет проблемы со здоровьем, появляются стойкие трудности в обучении. По мнению специалистов-медиков, возраст от одного года до 15 лет гораздо важнее для сохранения будущего здоровья, чем от 15 лет до 60.

**3. Проблема проекта.**

В последнее время обоснованную тревогу специалистов вызывает состояние здоровья современных учеников. Большинство врачей и педагогов признают его неудовлетворительным. Этим объясняется интерес педагогической общественности к идеям здоровьесбережения, вовлечения детей и подростков в занятия физической культурой и спортом. Общество должно дать возможность выбора, устранить угрозу повышения количества нарко- и алкозависимых.

**4. Обоснование значимости проекта:**

В результате реализации проекта «Островок здоровья» у учащихся будут сформированы основные понятия по ведению здорового образа жизни , а также привлечено внимание общественности к проблеме здоровья детей.

**5. Нормативно – правовая база**

- Декларация прав ребёнка;

- Конвенция о правах ребёнка;

- Конституция российской Федерации;

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

- Закон Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребёнка»;

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

- Устав МУ ДО ДДТ Пачелмского района.

*Участники проекта:*

- обучающиеся, их родители и педагоги ДДТ.

**6. Концептуальные подходы**

Формирование навыков, связанных со здоровым образом жизни среди несовершеннолетних законодательно определена как система социальных прав, педагогических и иных мер, направленных на решение проблемы массовости спорта и организации пропаганды занятий физической культурой и спортом. Данный вид работы представляет собой комплекс взаимосвязанных мер педагогического характера, где основным принципом является принцип коллективного воздействия на несовершеннолетних и его окружение. Поэтому одним из приоритетных направлений деятельности является создание единого воспитательного пространства.

Для решения целей и задач проекта имеются необходимые условия:

- профессионально подготовленный коллектив;

- разные по своему содержанию и эффективности практические нововведения новых педагогических технологий воспитания;

- постоянное укрепление учебно-материальной базы;

- поддержание инновационных преобразований муниципалитетом и родителями;

- стабильные результаты деятельности ДДТ.

**7. Принципы реализации проекта**

Принцип превентивности – организация мероприятий, прежде всего в интересах профилактики здорового образа жизни, вовлечения несовершеннолетних в занятия физической культурой и спортом и заблаговременного проведения мероприятий в сочетании с адекватным увеличением объёма и интенсивности;

Принцип личностной направленности - учёт индивидуальных склонностей и интересов, своеобразие характеров, упор на личностные достижения, опора на положительные качества;

Принцип законности – недопущение при проведении мероприятий ограничения конституционных прав детей и подростков;

Принцип гуманизации – признание личности развивающегося человека высшей социальной ценностью, уважение уникальности и своеобразия каждого ребёнка.

Принцип прогнозирования – каждый участник проекта, и в первую очередь педагоги, должны предвидеть результаты деятельности, которые выражаются в изменениях несовершеннолетних в его отношениях с окружающим миром;

Принцип связи проекта с жизнью – ориентация на ситуацию в обществе и на жизненную ситуацию взаимодействия участников проекта с миром.

**8. Цели и задачи проекта**

*Цель:*  активизация привлечения учащихся, родителей и педагогов ДДТ к занятиям спортом с целью популяризации здорового образа жизни, а также повышения участия детей в спортивно-оздоровительных мероприятиях различного уровня.

*Задачи:*

-Воспитание активной жизненной позиции, ответственного отношение к своему здоровью.

- укрепление здоровья, развитие физических качеств у подрастающего поколения, содействие гармоническому физическому развитию обучающих

-повышение двигательной активности учащихся;

- воспитывать дружеские отношения между детьми, умение взаимодействовать в команде.

- деятельность учащихся как волонтеров в массовом спорте.

**9.Этапы и сроки реализации проекта**

Срок реализации проекта – 4 месяца: сентябрь - декабрь 2019г.

Организационно подготовительный этап – сентябрь 2019 г.

На этом этапе проводится анкетирование, изучение нормативно-правой базы по теме проекта, изучение возможностей и создание условий для реализации проекта.

Основной – октябрь- декабрь 2019 г.

Направлен на формирование здорового образа жизни, вовлечение детей в занятия физической культурой и спортом. Проект предусматривает следующие мероприятия: занятия в спортивных секциях, участие в соревнованиях, создание социальной рекламы по пропаганде здорового образа жизни, привлечения в спортивную ДДТ и поселка, использование рекламной продукции в целях профилактики вредных привычек и пропаганды ЗОЖ.

Заключительный – с 20 по 25 декабря 2019 г.

Включает аналитическую оценку проекта, прогноз дальнейшего развития проекта.

**10. Место реализации проекта**

р.п.Пачелма, МУ ДО Дом детского творчества Пачелмского района.

**ПРОГРАММА ДЕЙСТВИЙ**

Проект «Островок здоровья» предусматривает организацию активных форм проведения мероприятий: беседы, анкетирование, акции, спортивные соревнования, мероприятия по привлечению к занятиям спортом детей, родителей и педагогов.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие проекта** | **Сроки проведения** | **Исполнители** |
| **I этап    -   организационный** | | |  |
| 1 | Анализ уровня  спортивной работы ДДТ.  Обсуждение проекта, постановка цели и задач. | Сентябрь  2019г | Творческая группа проекта |
| 2 | Выбор группы участников, распределение обязанностей. | Сентябрь  2019г | Творческая группа проекта |
| 3 | Составление плана мероприятий для реализации проекта | Сентябрь  2019г | Ручкина Е.А. |
| 4 | Изучение потребностей обучающихся в организации работы секций, кружков  спортивной направленности | Сентябрь  2019г | Творческая группа проекта |
|  | Организация работы объединений дополнительного образования. | 1 декада сентября | Директор |
| 5 | Осуществление мониторинга по возможным причинам снижения результативности участия в спортивных мероприятиях различного уровня | Сентябрь 2019г | Ручкина Е.А. |
| **II этап   -  практический (реализация проекта)** | | | |
| 1 | Проведение родительского собрания с целью привлечения родителей к реализации проекта. | ежемесячно | Директор  Педагоги |
| 2 | Участие детей, родителей и педагогов   в районных спортивных мероприятиях. | Сентябрь-декабрь  2019г. | Творческая группа проекта |
| 4 | Организация динамических пауз. | Сентябрь- декабрь 2019г | Ручкина Е.А. |
| 6 | Проведение спортивных праздников и мероприятий для детей совместно с родителями в ДДТ. | Сентябрь- декабрь 2019г | Педагоги |
| 9 | Открытие группы для педагогов и родителей на базе плавательного бассейна «Дельфин» | Октябрь - декабрь 2019г  ( каждое воскресенье) | Руководитель проекта |
| 10 | Создание интернет – ресурса по теме проекта « Островок здоровья» | Январь - февраль 2018 | Руководитель проекта, учащиеся |
| **III этап**   - **заключительный** | | | |
| 1 | Оценка и анализ выполнения цели и решения задач проекта. | 25 декабря 2019г | Творческая группа проекта |
| 2 | Прогнозирование  работы. Распространение опыта. | Январь2020г | Руководитель проекта, автор и творческая группа проекта |

**Календарный план реализации проекта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Наименование мероприятий** | **Сроки** | Ответственные |
| 1 | Занятия детей в спортивных объединениях. | По расписанию | Педагоги. |
| 2 | Родительские собрания  1. «Спорт в жизни детей»  2. «В здоровом теле – здоровый дух» 3. «Спортивный режим»  4 «Правильное питание» | ежемесячно  (3 декада месяца) | Ручкина Е.А.  медработник. |
| 3 | Районный шахматный турнир «Белая ладья» | 7 октября, 15декабря. | Ручкина Е.А. |
| 4 | Веселые старты « Папа, мама, Я – спортивная семья» | ежемесячно | Бареев Р.Х. |
| 5 | Конкурс рисунков, плакатов «Нет – вредным привычкам» | 30 октября | Творческая группа проекта |
| 6 | Познавательное мероприятие «Правила здоровья» | 13 сентября | Ручкина Е.А.  медработник |
| 7 | Всероссийский день бега «Кросс Нации 2019» | 15 сентября | Руководитель проекта |
| 8 | Районный этап Фестиваля  ВФСК «ГТО» | 27 сентября | Руководитель проекта |
| 9 | Спортивная программа : «Наперегонки к здоровью» | 9 октября | Ручкина Е.А. |
| 10 | Соревнования по настольному теннису. | 0ктябрь, декабрь | Бареев Р.Х. |
| 11 | Веселые забеги. | 6 ноября | Митянин Н.А. |
| 12 | Игра-соревнования: «Здоровье – богатство на все времена» | 2 декабря | Митянин Н.А. |
| 13 | Районные соревнования «Юнармейцы, вперед» | 6 декабря | Бареев Р.Х |
| 14 | Соревнования по рукопашному бою. | 13 декабря | Митянин Н.А. |
| 15 | Разработка буклетов и листовок по пропаганде ЗОЖ. | 6 декабрь | творческая группа |

**11. Схема управления проектом**

Общее руководство проектом осуществляет директор МУ ДО ДДТ Пачелмского района – Тамбовцева О.Н.

**12. Кадровое обеспечение**

Педагоги дополнительного образования.

**13. Прогнозируемые результаты**

1.Улучшение состояния физического и психического здоровья детей, уменьшение заболеваемости.

2. Увеличение числа учащихся,  занятых во внеурочное время в объединениях дополнительного образования.

3. Рост уровня физического развития и физической подготовленности учащихся.

4 Повышение количества детей, принимающих участие в спортивных мероприятиях и соревнованиях различного уровня.

5. Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в успешном участии детей в спортивно-оздоровительных мероприятиях.

6.Повышение мотивации обучающихся, родителей и педагогов к здоровому образу жизни, к занятиям спортом и физической культурой.

7. Создание интернет – ресурса по теме проекта

**14. Критерии эффективности**

Оздоровление детей и привлечение их на занятия в ДДТ.

Уменьшение количества правонарушений, совершённых обучающимися.

Положительные отзывы в средствах массовой информации.

**15. Способ оценки результатов**

Приглашать на мероприятия представителей поселковой администрации, общественности.

По итогам реализации проекта провести опрос с целью изучения общественного мнения о проекте «Островок здоровья».

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В течение реализации проекта поэтапно решались задачи проекта. Нам удалось повысить уровень мотивации  и интерес учащихся  к занятиям спортом и ведению активного образа жизни,  используя различные формы деятельности.

Мы придумали новые, интересные и увлекательные формы проведения спортивных мероприятий. Среди учащихся ДДТ проведены соревнования по рукопашному бою. С особой радостью и задором ребята посещали динамические паузы, предлагали новые идеи.

Интерес к нашему проекту и число желающих принять участие в его реализации постепенно повышался, чему мы были искренне рады. В процессе работы над проектом мы осуществляли помощь в проведении всех районных мероприятий, делились полученными знаниями и выступали в роли помощников.

**Перспектива проекта**: на основе собранного и переработанного материала мы планируем выпустить видеоролик по теме нашего проекта, который будет готовым материалом для проведения внеклассных мероприятий, часов общения  на тему здорового образа жизни. В этом заключается практическая значимость проекта.

Тема  проекта **актуальна**, так как развитие личности средствами спорта начинается с самого детства. Приобщение учащихся, родителей и педагогов  к спорту ведёт к оздоровлению социальной среды не только в рамках одной организации, но и поселка, города, всей страны. Мы считаем, что реализация проекта поможет привлечь внимание к спорту и здоровому  образу жизни людей всех возрастов.

Приложение.



Распространение листовок о вреде курения.





Спортивные соревнования.



Веселые забеги.



Конкурс плакатов.



Велопробег.



Веселые старты.

