

Государственное учреждение образования  
«Богатырская базовая школа Полоцкого района»

ШКОЛА – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ



ПРОЕКТ  
«ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ  
ЗДОРОВЬЯ И МОТИВАЦИИ ДЛЯ  
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В  
СИСТЕМЕ «ПЕДАГОГИ-УЧАЩИЕСЯ-  
РОДИТЕЛИ»»

Руководитель проекта – Авласёнок  
С.М., заместитель директора по  
воспитательной работе

## 1. ИНФОРМАЦИОННЫЙ ПАСПОРТ ПРОЕКТА

<b>Наименование проекта</b>	ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ И МОТИВАЦИИ ДЛЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СИСТЕМЕ «ПЕДАГОГИ-УЧАЩИЕСЯ-РОДИТЕЛИ»
<b>Место реализации проекта</b>	Государственное учреждение образования «Богатырская базовая школа Полоцкого района» Организация совместной деятельности педагогов и обучающихся, родителей, а также других заинтересованных организаций в сохранении здоровья;
<b>Главная идея проекта</b>	совершенствование педагогической системы, обеспечивающей условия для сохранения и укрепления здоровья всех участников образовательного процесса на основе здоровьесформирующей среды.
<b>Сроки реализации проекта</b>	2018-2021 гг.
<b>Участники проекта</b>	Заместители директора, классные руководители, педагоги учреждения образования, ученический коллектив, родительская общественность

## 2. Обоснование и актуальность проекта

Здоровье - один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны.

Однако при проведении профилактических обследований детей и подростков выявляется явное ухудшение состояния здоровья. Вопрос здоровьесбережения является необходимостью и своевременен для совершенствования и развития соответствующего фрагмента образовательной системы.

Статистика показывает, что подавляющее большинство детей знакомы с болезнями, причем иногда довольно близко. У детей впечатлительных и физически ослабленных формируется комплекс неудачника. К таким последствиям приводит психогенные факторы, т.е. условия, которые вызывают нервно – психические заболевания, травмируют душу. К сожалению, не редко эти психогенные факторы процветают в семье. Здоровье ребенка напрямую связано с его душевным равновесием и эмоциональным благополучием.

Проект «Школа-территория здоровья» объединяет и согласовывает работу педагогического коллектива, медико-психологической службы, общественности по формированию культуры здорового образа жизни всех участников образовательного процесса. Данный проект направлен на решение задач по профилактике и пропаганде здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни – это отражающая совокупность индивидуальных разумных способов организации жизнедеятельности, которые удовлетворяют естественные, материальные, духовно- нравственные и социальные потребности человека, реализуют его ценностное отношение к своему здоровью и оздоравливают социокультурные условия жизни человека. То есть, здоровый образ жизни – это есть индивидуальная стратегия жизнедеятельности человека по достижению состояния благополучия, реализующаяся на основе ценностных социокультурных представлений о феномене «здоровье» и с учетом индивидуальных особенностей жизнедеятельности. Для решения проблемы по существу необходимы не просто профилактические мероприятия (санитарно-гигиенические, медицинские мероприятия по улучшению показателей заболеваемости, физического и нервно-психического развития и т.п.), а создание целостной системы обучения и воспитания в данном учреждении, которая способствовала бы формированию потенциала здоровья и здоровой личности ребенка и вела к оздоровлению всего школьного коллектива.

Поэтому основной идеей проекта является организация совместной деятельности педагогов и обучающихся, родителей в сохранении здоровья всех участников проекта; совершенствование педагогической системы, обеспечивающей условия для сохранения и укрепления здоровья всех участников образовательного процесса; создание в учреждении образования условий для сохранения и укрепления здоровья, формировании культуры здорового образа жизни.

Цель проекта: создание и реализация системы работы по формированию культуры здоровья и мотивации для здорового образа жизни в системе «педагоги-учащиеся-родители».

Задачи:

- ✓ определить конкретные проблемы и направления по формированию здорового образа жизни у учащихся, педагогов, родителей;
- ✓ создать условия для формирования у учащихся, педагогов, родителей потребности в сохранении собственного здоровья;
- ✓ способствовать профилактике и преодолению вредных привычек у учащихся посредством занятий физической культурой и спортом;
- ✓ содействовать формированию устойчивых навыков ЗОЖ в семье, негативного отношения к вредным привычкам, умения принимать верные решения в пользу здоровья;
- ✓ создать условия для совместной работы всех заинтересованных организаций и учреждений, направленных на сохранение и укрепление здоровья учащихся.

### **3. Сроки и этапы реализации проекта**

*Аналитическо-диагностический (2018-2019 гг.):*

Анализ исходного состояния здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.

Постановка и осмысление проблемы.

*Экспериментальный (2019 -2020 гг.):*

Поиск путей решения поставленной проблемы;

Создание условий необходимых для реализации проекта.

Организация эффективной здоровьесберегающей деятельности учреждения образования;

Апробация выбранных здоровьесберегательных образовательных технологий, форм и методов обучения;

*Рефлексивно – обобщающий этап (2021 год):*

Анализ полученных результатов;

Соотнесение полученных результатов с целями и ожидаемыми результатами проекта;

Формирование адекватных и целостных представлений о проблеме и результатах решения;

Определение перспективы развития проекта.

### **4. Механизм реализации проекта**

I. Анализ исходного состояния здоровьесформирующей деятельности школы.

Создание условий в ОУ для здоровьесформирующей деятельности

Организация здоровьесберегающей образовательной среды:

- а) Организация учебного процесса и режима учебной нагрузки.
- б) Деятельность по совершенствованию медицинского обслуживания.
- в) Проведение физкультминуток и упражнений для коррекции зрения на

общеобразовательных уроках.

Организация здоровьесберегающего пространства:

- а) Проведение подвижных игр и занятий физическими упражнениями на больших переменах.
- б) Организация питания.
- в) Организация прогулок, подвижных игр на свежем воздухе, проведение физкультминуток в группе продленного дня.

### **Ресурсы школы**

2. Анализ состояния здоровья основных участников образовательного процесса:

Мониторинг состояния здоровья детей по группам здоровья (за три года)

- ✓ динамика распределения обучающихся по группам здоровья
- ✓ заболеваемость учащихся
- ✓ наличие учащихся, имеющих вредные привычки
- ✓ мониторинг физической подготовленности учащихся

Мониторинг состояния здоровья педагогов (за три года)

- ✓ динамика распределения педагогов по группам здоровья
- ✓ наличие педагогов, имеющих вредные привычки
- ✓ доля педагогов, регулярно проходящих диспансерные осмотры
- ✓ охват педагогов оздоровительными мероприятиями

3. Образовательная деятельность школы по формированию культуры здорового образа жизни.

4. Внеурочная деятельность школы по формированию культуры здорового образа жизни:

- ✓ физическое воспитание и двигательная активность учащихся
- ✓ проведение спортивно- массовых мероприятий, Дней здоровья, спортивных соревнований, спортландий.

5. Участие родителей в здоровьесформирующей деятельности школы.

II. Разработка модели здоровьесберегающей среды в учреждении образования, в основе которой комплексный подход к пониманию содержания здоровья:

1. Создание системы здоровьесбережения в образовательной деятельности.
2. Создание системы здоровьесбережения в воспитательной деятельности школы:
  - ✓ организация работы субботней школы здоровья для учащихся 1-4 классов;
  - ✓ организация деятельности волонтерских отрядов «Мы за здоровый образ жизни», «Мы за безопасную дорогу в школу!», агитбригады «Здоровье - это круто, здоровье – это драйв» школы с целью пропаганды и популяризации принципов здорового и безопасного образа жизни;
  - ✓ проектная деятельность учащихся в направлении пропаганды и популяризации принципов здорового образа жизни;
  - ✓ межведомственное взаимодействие по формированию культуры здорового образа жизни как основа комплексного подхода к решению проблемы сохранения и укрепления здоровья.
3. Создание оптимального материально-технического и научно- методического

обеспечения.

III. Разработка, подбор и апробация критериев и показателей эффективности комплексного подхода к решению проблем здоровья школьников и комплекса диагностических методик для определения эффективности здоровьесберегающей деятельности учреждения образования.

IV. Проведение мероприятий с целью распространения и обмена опытом работы школы по формированию культуры здорового образа жизни всех участников образовательного процесса.

### **Мероприятия по сохранению и укреплению здоровья обучающихся**

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1	Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе	В течение года	Директор школы, учителя – предметники, классные руководители
2	Организация питания с учетом индивидуальных особенностей учащихся	Постоянно	Директор школы, бракеражная комиссия, медицинский работник, зав. производством
3	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Ежегодно, сентябрь	Заместитель директора по УР
4	Проведение факультативных занятий «Мы – сами»	В течение учебного года	Педагог-психолог
6	Проведение тематических недель, информационных и классных часов, внеклассных мероприятий по формированию здорового образа жизни	В течение года	Заместитель директора по ВР, педагог социальный, классные руководители
7	Психологическая подготовка обучающихся к сдаче экзаменов	4 четверть	Психолог СПЦ, классные руководители
8	Организация единых дней профилактики с приглашением специалистов УЗ г. Полоцка и Полоцкого района, ГУ «Полоцкий РЦГиЭ», СПЦ	В течение года	Заместитель директора по ВР, педагог социальный
9	Проведение Дней здоровья	В течение года	Заместитель

	спортивных мероприятий		директора по ВР, кл. руководители, учитель физ. культуры
10	Проведение конкурса «Самый здоровый класс»	В течение года	Педагог-организатор
11	Проведение физкультурминуток на уроках, гимнастики в начале учебного дня	Ежедневно	Учителя-предметники
12	Проведение динамических перемен после 2,3,4 уроков	Ежедневно	Педагог-организатор
13	Проведение минуток безопасности членами ОО «БРПО»	Еженедельно	Педагог-организатор
14	Сюжетно -ролевые игры: «Поликлиника», «Аптека», «Скорая помощь», «Кафе», «Детский сад», «Семья»	В течение года	Воспитатели ГПД
15	Дидактические игры: «Часы здоровья», «Умею - не умею», «Правила гигиены», «Хорошо или плохо», «Вредные или полезные», «Это можно или нет», «Мой день», «Опасно не опасно» и другие.	В течение года	Учителя начальных классов, воспитатели ГПД
16	Проведение подвижных игр	В течение года	Учителя начальных классов, учителя-предметники, педагог-организатор
17	Обновление информации стенда «Здоровый образ жизни»	В течение года	Зам. директора по ВР, педагог-организатор, педагог социальный
18	Работа оздоровительного лагеря в период каникул	В период каникул	Директор, заместитель директора по ВР, начальник лагеря
19	Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни	Постоянно	Библиотекарь, учителя начальных классов
20	Размещение на сайте информации по здоровому	Постоянно	Заместитель директора по ВР

	образу жизни		
21	Размещение статей в СМИ	1 раз в полгода	Заместитель директора по ВР
22	Подготовка памяток	В течение учебного года	Заместитель директора по ВР
23	Конкурс спортивного ритмического танца	Ежегодно	Учитель физ.культуры, классные руководители, педагог организатор
24	Конкурс буклетов, листовок «Вырастем здоровыми», «Молодежь за ЗОЖ»	Ноябрь, апрель	Заместитель директора по ВР, классные руководители 5-9 кл.

## Профилактика вредных привычек

### (курение, алкоголизм, наркомания)

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	Анкетирование учащихся по выявлению склонностей к вредным привычкам. Определение дальнейшей деятельности школы	Ежегодно	Заместитель директора по ВР, классные руководители, педагог социальный
2.	Беседы, круглые столы по профилактике вредных привычек	По отдельному плану	Заместитель директора по ВР, классные руководители
3.	Лекторий для родителей	По отдельному плану	Педагог социальный, учитель биологии
4.	Мероприятия в рамках Международного дня борьбы со СПИДом; Всемирного дня борьбы с туберкулезом; Дня профилактики болезней сердца	По отдельному плану	Заместитель директора по ВР, педагог социальный, классные руководители
5.	Просмотр видеороликов	В течение	Классные

	соответствующей тематики	учебного года	руководители
6.	Подготовка волонтеров равного обучения	2019 г.	Педагог-консультант

### **Физкультурно – массовая оздоровительная работа**

№п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1	Анализ занятости детей физкультурой и спортом: -определение группы здоровья; -занятость в спортивных кружках и секциях.	Сентябрь 2018г.	Заместитель директора по ВР, учитель физической культуры
2	Проведение внутришкольной круглогодичной спартакиады	Согласно план у физкультурно-оздоровительн ой работы	Учитель физической культуры
3	Проведение мероприятий согласно календарю спортивно-массовых и физкультурно – оздоровительных мероприятий	Согласно план у физкультурно-оздоровительн ой работы	Учитель физической культуры
4	Работа объединений по интересам спортивной направленности	В течение года	Педагоги дополнительного образования
5	Организация спортивно-массовой работы во внеурочное, вечернее время	В течение года	Учитель физкультуры
6	Оформление стендов «Спортивная жизнь школы», «Беларусь олимпийская»	В течение года	Учитель физической культуры
7	Участие в спортивных соревнованиях	В течение года	Учитель физической культуры

### **Работа с педагогическим коллективом школы**

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1	<u>Педагогическая студия.</u> 1. Семинар «Формирование валеологического мышления всех участников образовательного процесса»	Январь 2019	Заместитель директора по ВР



	2. Круглый стол «Основы правильного питания».		
2	Разработка и распространение памяток, листовок по вопросам ЗОЖ	В течение года	Педагог-организатор
3	Изучение материалов интернет-портала «Здоровые люди»	В течение года	Классные руководители, учителя-предметники
4	Изучение материалов раздела «Культура здоровья» (информация для населения) Министерства здравоохранения	В течение года	Классные руководители
5	Совещание при заместителе директора по ВР «Итоги реализации педагогического проекта «Школа – территория здорового образа жизни»	Май	Заместитель директора по ВР

## Работа с законными представителями обучающихся

### по укреплению здоровья детей и взрослых

№п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1	Ознакомление родителей с требованиями программ по физической культуре, содержанием оздоровительной работы с детьми в семье на общешкольном родительском собрании	сентябрь	Заместители директора по УР, ВР, учитель физической культуры
2	Организация лекториев для родителей по пропаганде здорового образа жизни: «Иммунитет и способы его укрепления», «Режим дня»	1 раз в полугодие	Педагог социальный
3	Индивидуальные беседы о физических умениях и навыках каждого ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми и т.д.	В течение года	Классные руководители
4	Подготовка памяток для родителей: «Профилактика плоскостопия у детей», «Здоровье – главное богатство человека»	В течение года	Классные руководители

	«Дыхательная гимнастика», «Профилактика нарушения осанки у детей», «Культура еды», « Гимнастика для глаз»		
5	Проведение тематических классных родительских собраний по вопросам профилактики вредных привычек и формированию ЗОЖ	В течение года	Классные руководители
6	Проведение совместных спортивных мероприятий с участием родителей	В течение года	Заместитель директора по ВР, учитель физической культуры, классные руководители

## Мероприятия

### по формированию здорового образа жизни

№п/п	Название мероприятий	Сроки	Ответственные
1	Декада «Жить здорово!»	9 – 18 сентября	Педагог-организатор, классные руководители
2	Неделя психического здоровья	9 – 14 октября	Педагог психолог, классные руководители
3	Неделя профилактики табакокурения и употребления алкоголя	13 - 18 ноября	Классные руководители, педагог психолог
4	Декада профилактики детского травматизма	11 - 20 декабря	Классные руководители
5	Месячник профилактики гриппа и ОРЗ	Январь	Заместитель директора по ВР, классные руководители, медицинский работник
6	Неделя профилактики употребления наркотиков, психотропных веществ, таксикомании	26 февраля - 3 марта	Заместитель директора по ВР, педагог психолог

7	Неделя гигиены	30 апреля – 5 мая	Классные руководители, медицинский работник
---	----------------	----------------------	--

С 2018 года наша школа принимает участие в республиканском проекте «Школа-территория здоровья». В течение учебного года в учреждении образования проходят мероприятия по сохранению и укреплению здоровья учащихся.



Викторина «В стране витаминов» в начальных классах.



Викторина позволила учащимся вспомнить о правилах личной гигиены, о правилах здорового и правильного питания, о соблюдении режима дня и многое другое.





Не забываем и народные традиции!



Не просто вкусные, но и полезные блюда есть в белорусской кухне!





Традиционными стали Дни здоровья.



Это и спортивные соревнования, и спортландии, и матчевые встречи среди учащихся, родителей и педагогов и турниры по игровым видам спорта.





А еще это выступления агитбригад по ЗОЖ.



В рамках проекта для учащихся начальных классов прошла спортивно-игровая программа «Сам себе я помогу и здоровье сберегу!».





Ребятам удалось не просто поиграть, повеселиться, но вспомнить все хорошие привычки.



Всегда нужно помнить и о психологическом здоровье!  
Вот наша фотосушка «Мы на позitive!».



ГУО «Богатырская базовая школа Полоцкого района»

**Проект по организации шестого  
школьного дня**

**«ШКОЛА – ТЕРРИТОРИЯ  
ЗДОРОВЬЯ»**

Автор-составитель: педагог-организатор  
*Белоус Марина Васильевна*

Полоцкий район, 2019 г.

**Содержание:**

<b>№</b>	<b>Раздел</b>	<b>№ стр.</b>
<b>1</b>	<b>Пояснительная записка</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Информационно-педагогическая карта проекта</b>	<b>4</b>
<b>3</b>	<b>Основные направления работы по проекту</b>	<b>8</b>
<b>4</b>	<b>Этапы реализации проекта</b>	<b>10</b>

<b>5</b>	<b>Перспективный план реализации проекта</b>	11
<b>6</b>	<b>Список используемой литературы</b>	13
<b>7</b>	<b>Приложения 1</b>	14
	<b>2</b>	19
	<b>3</b>	21
<b>8</b>	<b>Фотоматериалы</b>	32

### **Пояснительная записка**

В последние годы всё более актуальной становится проблема здоровья подрастающего поколения, как показывают многочисленные независимые исследования, наши дети испытывают острый дефицит двигательной активности, который в конечном итоге выливается в целый букет заболеваний. Исходя из этого, целью работы по проекту является создание прочной основы для воспитания здорового человека, сильной, гармонично развитой личности; расширение двигательных возможностей; компенсация дефицита двигательной активности детей.

С другой стороны не все школьники и их родители имеют правильное представление о здоровом образе жизни. Причинами ухудшения здоровья являются нарушение режима дня, неправильное питание, недостаточное количество физических нагрузок, перегруженность учебной деятельностью. Наряду с проблемами здоровья можно выделить психологические проблемы, такие как отсутствие понимания с родителями, учителями, неумение взаимодействовать с одноклассниками.

На решение этих вопросов направлен наш проект, на внедрение в воспитательный процесс здоровьесберегающих технологий. Под здоровьесберегающими технологиями - будем понимать систему мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействие на здоровье.

Здоровьесберегающие образовательные технологии - это психолого-педагогические приемы и методы работы, технологии, подходы к реализации возможных проблем плюс постоянное стремление самого педагога к самосовершенствованию. Только тогда можно сказать, что образовательный процесс осуществляется.

Лучший способ сделать детей счастливыми – сделать их здоровыми!

### Информационно-педагогическая карта проекта

Название	Содержание
<b>Информационные атрибуты</b>	<p><b>Название проекта - инновационный проект по здоровьесбережению «Школа – территория здоровья!», реализуемый в 6-й школьный день</b></p> <p><b>Автор-составитель – педагог-организатор Белоус Марина васильевна</b></p> <p><b>Учреждение образования - государственное учреждение образования «Богатырская базовая школа Полоцкого района»</b></p> <p><b>Сроки реализации проекта - май 2018г. - май 2019г.</b></p>
<b>Участники проекта</b>	Учащиеся школы 1-9 классов, родители, педагоги
<b>Обоснование инновационного характера предполагаемого продукта</b>	<p>Использование проектно-исследовательского метода при изучении вопросов здоровьесбережения</p> <p>Рассмотрение психосоматического здоровья учащегося как составляющей здорового образа жизни</p> <p>Использование страниц учащихся в социальных сетях для выявления их психологических проблем, а также их отношения к ЗОЖ</p> <p>Приглашение различных специалистов для проведения бесед с учащимися и родителями на тему «Здоровьесбережение»</p>
<b>Цель проекта</b>	Сохранение и укрепление здоровья, формирование понимания необходимости ведения здорового образа жизни, создание условий для полноценного психологического и физического развития детей
<b>Задачи проекта</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование потребности в здоровом образе жизни у обучающихся, педагогов и их родителей, здоровых взаимоотношений с окружающим миром, обществом и самим собой</li> <li>• Просвещение родителей в вопросах формирования здорового образа жизни ребенка, его</li> </ul>

	<p>психологического развития</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация и проведение мероприятий по охране и укреплению здоровья учащихся</li> <li>• Осуществление медицинского, социального и психологического контроля за состоянием здоровья обучающихся</li> </ul>
<p><b>Методы и формы реализации проекта</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Организация творческой и проектно-исследовательской деятельности учащихся по вопросам здоровьесбережения, представление результатов на школьных конференциях</li> <li>○ Использование интернет - технологий для организации психологической и медицинской поддержки учащихся и их родителей</li> <li>○ Организация встреч со спортсменами, врачами и психологами для учащихся, учителей и их родителей по вопросам здоровьесбережения и нормального психологического развития учащихся</li> <li>○ Проведение классных и информационных часов, школьных конференций, бесед по вопросам здоровьесбережения</li> <li>○ Мониторинг состояния здоровья школьников</li> <li>○ Информирование на родительских собраниях, индивидуальных беседах по вопросам формирования здорового образа жизни ребенка и направлениях работы в этом направлении</li> <li>○ Проектно-оздоровительные мероприятия по здоровьесбережению: работа пришкольного лагеря, походы выходного дня, интерактивные игры на свежем воздухе</li> <li>○ Спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа</li> </ul>
<p><b>Этапы реализации проекта</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подготовительный (май – сентябрь 2018 года)</li> <li>2. Основной (октябрь 2018 года – март 2019 года)</li> <li>3. Итоговый (рефлексивный) (апрель-май 2019 года)</li> </ol>

<p><b>Составляющие проекта</b></p>	<p>Направление «Сильнее, выше, быстрее» - посвящено олимпийскому образованию учащихся</p> <p>Направление «Мы за здоровье!» (информационное)</p> <p>Направление «О, спорт, ты – мир!» (спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа в школе)</p> <p>Направление «Школа - территория, свободная от вредных привычек» (профилактика курения, употребления алкоголя, наркотиков, спайса)</p>
<p><b>Ресурсы для осуществления проекта</b></p>	<p><b><u>Кадровые:</u></b></p> <p>Администрация</p> <p>Педагог-организатор</p> <p>Классные руководители 1-9 классов</p> <p>Учителя-предметники:</p> <p>Руководитель физического воспитания</p> <p>Педагог социальный, педагог-психолог</p> <p>Воспитатели ГПД</p> <p>Медицинский работник</p> <p>Инженер-программист</p> <p><b><u>Информационные:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Изучение и обмен опытом с педагогами работающими в данном направлении в сети Интернет</li> <li>○ Публикация информации о проводимых мероприятиях в школьной газете «Богатырская школьная», в городской газете «Полоцкий вестник», на сайте школы</li> <li>○ Участие педагогов и учащихся школы в городских конкурсах, конференциях исследовательских работ</li> </ul> <p><b><u>Материальная база:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Спортивная площадка на улице <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Спортивный и тренажерный залы;</li> <li>○ Медицинский кабинет</li> </ul> </li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Компьютерный класс</li> <li>○ Домашние компьютеры с подключением к сети Интернет и др.</li> </ul>
<b>Ожидаемый результат</b>	<p><b>Реализация проекта позволит:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Повысить в педагогическом и родительском коллективах понимание приоритетов формирования здорового образа жизни детей;</b></li> <li>○ <b>Оказать содействие обучающимся, испытывающим трудности в развитии, адаптации, обучении и общении, в получении психологической помощи;</b></li> <li>○ <b>Осуществить активизацию деятельности вспомогательных служб школы по усилению просветительской работы в области здорового и безопасного образа жизни детей;</b></li> <li>○ <b>Привлечь учащихся к систематическим занятиям в спортивных секциях в школе, учреждениях спорта в городе</b></li> </ul>

### **Основные направления работы по проекту**

**Направление «Сильнее, выше, быстрее» - посвящено олимпийскому образованию учащихся**

**Формы работы:**

- Проведение лекций, семинаров, диспутов, дискуссий, конференций, викторин по олимпийской тематике
- Обсуждение интересных книг или фильмов, посвященных спорту, Олимпийским играм, Европейским играм
- Серии олимпийских уроков, презентации Олимпийских игр
- Изучение истории и современности Олимпийского движения
- Проведение спортивных праздников и встреч с участниками олимпийских игр, выдающимися спортсменами, в том числе и заочно
- Экскурсии спортивной тематики по Беларуси и др.

## **Направление «Мы за здоровье!» (информационное)**

### **Формы работы:**

- Исследовательская и проектная деятельность
- Анкетирование учащихся и их родителей
- Мониторинг состояния здоровья
- Исследование страниц учащихся в социальных сетях и выявление их психологических проблем
- Организации и проведение встреч со специалистами для родителей и учащихся по темам: «Составляющие здоровья школьника», «Психология подростка», «Пример для подражания», «Безопасное поведение в Интернете» и др.
- Проведение классных и информационных часов по ЗОЖ
- Привлечение медицинского работника к реализации всех компонентов работы по сохранению и укреплению здоровья школьников, просвещению родителей и др.

## **Направление «О, спорт, ты – мир!» (спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа в школе.**

### **Формы работы:**

- Организация спортивных праздников, турниров, конкурсов, эстафет, соревнований проведение Дней здоровья
- Проведение спортландий «Папа, мама, я – спортивная семья»
- Участие учащихся в школьных и городских соревнованиях
- Организация спортивно-оздоровительных мероприятий в каникулярное время
- Исследовательская деятельность по физической культуре и спорту и др.

## **Направление «Школа - территория, свободная от вредных привычек» (профилактика курения, употребления алкоголя, наркотиков, спайса)**

### **Формы работы:**

- Создание инициативной группы учащихся для реализации проекта
- Тематические классные и информационные часы, посвященные теме профилактики вредных привычек
- Конференция педагогов и учащихся «Выбираем жизнь!»
- Проведение тренингов с учащимися «Умей сказать НЕТ!»

- Совместные с родителями мероприятия, КТД, фестивали «Если хочешь быть здоров!»
- Конкурсы листовок, видеороликов «Образ жизни – только здоровый!» и др.

В ходе реализации проекта учащиеся начальной школы смогут получить информацию о работе школьных и городских секций, выбрать для себя секцию, стать участниками школьных конференций по здоровьесбережению.

Учащиеся среднего звена активно вовлекаются в проектно-исследовательскую деятельность, в спортивные соревнования и праздники различного уровня. Продолжают заниматься в спортивных секциях, получают необходимую психологическую поддержку и формируют представление о здоровом образе жизни.

Учащиеся старшего звена активно принимают участие в проектно-исследовательской деятельности, в физкультурно-спортивных мероприятиях городского уровня, помогают организовывать конференции и тематические беседы для учащихся младшего и среднего звена.

## **Этапы реализации проекта**

### **Подготовительный**

**(май – сентябрь 2018 года)**

Анкетирование учащихся с целью изучения уровня сформированности навыков ЗОЖ

Диагностика оценки родительской компетентности

Информационное обеспечение, реклама проекта на сайте ГУО

### **Основной**

**(октябрь 2018 года – март 2019 года)**

Реализуется через планирование на учебный год

### **Итоговый (рефлексивный)**

**(апрель-май 2019 года)**

Диагностика

Анализ результатов

Коррекция проекта

Выпуск методических материалов по итогам проекта, оформление проекта



**Перспективный план реализации проекта  
2018 – 2019 гг.**

№	Перечень мероприятий	Сроки
1.	Презентация проекта педагогическому коллективу школы, создание инициативной группы	Май 2018 года
2.	Определение перечня творческих и проектно-исследовательских работ на 2018-2019 учебный год	Сентябрь 2018
3.	Реализация проектно-исследовательских работ	Октябрь 2018 – Март 2019 гг.
4.	Участие педагогов и учащихся школы в районных конкурсах, конференциях исследовательских работ	Постоянно
5.	Анкетирование учащихся и их родителей	Сентябрь - октябрь 2018 года
6.	Исследование страниц учащихся в социальных сетях и выявление их психологических проблем	Постоянно
7.	Участие в конкурсах и проектах районного уровня	Постоянно
8.	Ведение психологической страницы на сайте школы для родителей и учащихся	Во время реализации проекта
9.	Организации и проведение встреч со специалистами для родителей и учащихся по темам: «Составляющие здоровья школьника», «Психология подростка», «Пример для подражания», «Безопасное поведение в Интернете» и др.	Во время реализации проекта
10.	Организации и проведение встреч со специалистами для учителей по темам: «Тайм - менеджмент», «Современный подход к общению с учащимися», «Инновационные формы организации работы по ЗОЖ» и др.	Во время реализации проекта
11.	Организация информационных встреч с представителями спортивных организаций и учреждений г. Полоцка	Во время реализации проекта
12.	Проведение классных и информационных часов по ЗОЖ, профилактике вредных привычек и зависимостей	Постоянно

13.	Организация и проведение спортивной-массовой и физкультурно-оздоровительной работы в учреждении образования	Постоянно
14.	Проведение дней здоровья на базе СДЮШОР по лыжным гонкам (Полоцкая лыжня), ГУДО Отдел спорта и туризма (скалолазание) и др.	Во время реализации проекта
15.	Заочные и очные экскурсии спортивной тематики по Беларуси (Олимпийская аллея в г. Витебске, музей физической культуры и спорта Республики Беларусь в г. Минске, «Раубичи» центр олимпийской подготовки и Ледовая арена в г. Минске)	Во время реализации проекта
16.	Ведение интернет страниц и блогов «Быстрее, Выше, Сильнее», «Мы за здоровье!», «Школа - территория, свободная от вредных привычек»	Во время реализации проекта
17.	Публикация информации о проводимых мероприятиях в школьной газете «Богатырская школьная», в городской газете «Полоцкий вестник»	Постоянно
18.	Изучение и обмен опытом с педагогами, работающими в данном направлении в сети Интернет	Постоянно
19.	Проведение конференций по реализуемым темам	1 раз в полугодие
20.	Проведение итоговой конференции и публикации результатов исследовательской деятельности в сети Интернет	Апрель - май 2019 года

## Литература

- Винокурова, Н. В. Увлекательный день суббота // Веснік адукацыі. — 2007. — № 11.
- Гладышева О. С. Уроки здоровья// Первое сентября.- 2006 - № 15. с. 5- 8.
- Дереклеева Н. И. Справочник классного руководителя. Начальная школа. 1- 4 классы. М.: «ВАКО», 2004, 240 с.
- Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы .- М.: ВАКО, 2004. 152 с.
- Емельянчик, Л. В. Шестой школьный день: каждый должен найти себе занятие по душе // Веснік адукацыі. — 2005. — № 4.
- Инструктивно-методическое письмо «Особенности организации социальной, воспитательной и идеологической работы в учреждениях общего среднего образования в 2018/2019 учебном году»
- Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004, 296 с.
- Методические рекомендации «Актуальные направления совершенствования организации шестого школьного дня в сельской местности» // Зборнік нарматыўных дакументаў Міністэрства адукацыі Рэспублікі Беларусь. — 2007. — №21.
- Методические рекомендации «Организация дней здоровья, спорта и туризма в общеобразовательных учреждениях» // Зборнік нарматыўных дакументаў Міністэрства адукацыі Рэспублікі Беларусь. — 2007. — №22.
- Саляхова Л. И. Настольная книга классного руководителя: личностное развитие, учебная деятельность, духовное и физическое здоровье школьника. 1-4 классы / Л. И. Саляхова. – М.: Глобус, 2007. – 367 с.

## Диагностические методики для детей

### **Режим дня в жизни школьника**

- В котором часу ты встаешь утром?
- Тебя будят родители или ты просыпаешься сам?
- Ты встаешь охотно или с трудом?
- Какие процедуры входят в твой утренний туалет?
- Делаешь ли ты зарядку по утрам?
- Ты делаешь ее один или вместе с родителями?
- Как долго ты делаешь уроки?
- Ты выполняешь их сам или тебе помогают твои родители?
- Гуляешь ли ты на улице перед тем, как начать выполнять домашние задания?
- В котором часу ты идешь спать?

### **Определение уровня эмоционального стресса ребенка**

*Ученику предлагается внимательно прочитать эти утверждения и выбрать те, в которых говорится о том, что и с ним бывает.*

Я боюсь идти к зубному врачу, представляя, как будет больно.

Я не люблю оставаться в квартире один в темноте.

Я боюсь грозы и молнии.

После страшной сказки, рассказа, кино я долго не могу уснуть.

Мне часто снятся страшные сны.

Я долго привыкаю к новому классу, новой учительнице.

Если у нас контрольная работа, я боюсь, что могу что-то не решить.

Я часто стесняюсь чужих людей и краснею.

Мне страшно, когда я вижу мертвую собачку, кошку, птичку, когда в кино показывают, как стреляют, убивают.

*Обработка результатов:*

*Определяется % выбранных ребенком утверждений по отношению к их общему числу. До 22,5 % - низкий уровень тревожности. Чем выше процент, тем тревожность ярче выражена. 37 % и более – тревожность очень высокая, требуется консультация специалиста.*

## **Тест-анкета для самооценки школьниками факторов риска ухудшения здоровья**

*Тест-анкета заполняется каждым школьником дома, с помощью родителей, которые затем оценивают результат, полученный в результате тестирования. На вопросы № 1- 9 предполагается отвечать «да» или «нет»; вопросы № 10 – 14 предусматривают выбор одного из предложенных вариантов ответов.*

### **Вопросы**

Я часто сижу, сгорбившись, или лежу с искривленной спиной.

Я ношу рюкзак (часто тяжелый) обычно в правой руке.

У меня есть привычка сутулиться.

Я чувствую, что мало (недостаточно) двигаюсь.

Я не занимаюсь оздоровительной гимнастикой (зарядка, участие в спортивных секциях, плавание).

Я питаюсь нерегулярно, кое-как.

Нередко читаю при плохом освещении лежа.

Я не забочусь о своем здоровье.

Бывает, я курю.

Помогает ли тебе школа заботиться о здоровье?

- а) да,
- б) нет,
- в) затрудняюсь ответить.

Помогли ли тебе занятия в школе создать дома полезный для здоровья образ жизни?

- а) да,
- б) нет,
- в) затрудняюсь ответить.

Какие состояния наиболее типичны для тебя на уроках?

- а) безразличие;
- б) заинтересованность;
- в) усталость;
- г) сосредоточенность;
- д) волнение, беспокойство;

е) что-то другое.

Как, по твоему мнению, влияют учителя на твоё здоровье?

а) заботятся о моём здоровье;

б) наносят здоровью вред методами своего преподавания;

в) подаются хороший пример;

г) подаются плохой пример;

д) учат, как беречь здоровье;

е) им безразлично моё здоровье.

Как обстановка в школе влияет, по твоему мнению, на здоровье?

а) не оказывает заметного влияния;

б) влияет плохо;

в) влияет хорошо;

г) затрудняюсь ответить.

*Обработка результатов*

*По вопросам 1-9 по одному баллу начисляется за каждый положительный ответ. По вопросам 10-11 балл начисляется за ответ «б». По вопросу 12 балл начисляется за ответы «а», «в», «д». По вопросу 13 балл начисляется за ответы «б», «г», «е». По вопросу 14 балл начисляется за ответы «б», «г». Затем полученные баллы суммируются.*

*Интерпретация результатов*

*Благополучными считается результат, составляющий более 6 баллов. «Зона риска» - более 12 баллов.*

### **Диагностические методики для родителей**

#### **Тест «Как вы относитесь к своему здоровью»**

Как же вы относитесь к своему здоровью? Узнать это, надеемся, поможет наш тест. За каждый ответ «а» вы получите 4 очка, за «б» - 2, за «в» - 0.

1. Как известно, нормальный режим питания – это плотный завтрак, обед из трех блюд и скромный ужин. А какой режим питания у вас?

а) именно такой, к тому же я ем много овощей и фруктов;

б) иногда бывает, что я обхожусь без завтрака или обеда;

в) я вообще не придерживаюсь никакого режима.

2. Курите ли вы?

а) нет;

б) да, но лишь одну - две сигареты в день;

в) курю по целой пачке в день.

3. Употребляете ли вы спиртное?

а) нет;

б) иногда выпиваю с приятелями или дома;

в) пью довольно часто, бывает, что и без повода, среди бела дня.

4. Пьете ли вы кофе?

а) очень редко;

б) пью, но не больше одной – двух чашечек в день;

в) не могу обойтись без кофе, пью его очень много.

5. Регулярно ли вы делаете зарядку?

а) да, для меня это необходимо;

б) хотел бы делать, но не всегда удается себя заставить;

в) нет, не делаю.

6. Вам доставляет удовольствие ваша работа?

а) да, и я иду на работу обычно с удовольствием;

б) работа меня, в общем-то, устраивает.

7. Принимаете ли вы какие-то лекарства?

а) нет;

б) только при острой необходимости;

в) да, принимаю почти каждый день.

8. Страдаете ли вы от какого-то хронического заболевания?

а) нет;

б) затрудняюсь ответить;

в) да.

9. Используете ли вы хотя бы один выходной для физической работы, туризма, занятий спортом?

а) да, а иногда и оба дня;

б) да, но только когда есть возможность;

в) нет, мне приходится заниматься домашним хозяйством.

10. Как вы предпочитаете проводить свой отпуск?

а) активно, занимаясь спортом;

б) в приятной, веселой компании.

11. Есть ли что-то, что постоянно раздражает вас на работе или дома?

- а) нет;
- б) да, но я стараюсь избегать этого;
- в) да.

12. Есть ли у вас чувство юмора?

- а) мои близкие и друзья говорят, что есть;
- б) я ценю людей, у которых оно есть, и мне приятно их общество;
- в) нет.

*Ключ к тесту:*

*От 30 до 48 очков. У вас есть шансы дожить до ста лет. Вы следите за своим здоровьем больше, чем за чем-то другим, у вас хорошее самочувствие.*

*От 15 до 29 очков. У вас не только хорошее здоровье, но часто и хорошее настроение. Вы, вероятно, общительны, часто встречаетесь с друзьями. Вы не отказываетесь и от удовольствий, которые делают нашу жизнь разнообразней. Но подумайте, не будут ли некоторые ваши привычки с годами иметь последствия для вашего здоровья?*

*От 0 до 14 очков. Ваше здоровье зависит прежде всего от вас. Но вы слишком легкомысленно к нему относитесь. Вероятно, вы уже жалуетесь на свое здоровье, или эти жалобы, увы, не заставят себя долго ждать. Не слишком надейтесь на лекарства. Откажитесь, пока не поздно, от сигарет и спиртного, упорядочите режим питания.*

## **Приложение 2**

### **Притчи о здоровье для разговора с детьми**

#### **Все в твоих руках**

Давным-давно в старинном городе жил Мастер, окружённый учениками. Самый способный из них однажды задумался: «А есть ли вопрос, на который наш Мастер не смог бы дать ответа?» Он пошёл на цветущий луг, поймал самую красивую бабочку и спрятал её между ладонями. Бабочка цеплялась лапками за его руки, и ученику было щекотно. Улыбаясь, он подошёл к Мастеру и спросил:

— Скажите, какая бабочка у меня в руках: живая или мёртвая?

Он крепко держал бабочку в сомкнутых ладонях и был готов в любое мгновение сжать их ради своей истины.

Не глядя на руки ученика, Мастер ответил:

— Всё в твоих руках.

#### **Разные причины**



У Авиценны появился очень старательный, новый ученик. Однажды к великому лекарю привели слепого. Учитель сказал ученику, какие ингредиенты нужно смешать, чтобы получилось две лепешки. Тот сделал все точь-в-точь, как было сказано. К глазам больного приложили лепешки – и на другой день тот прозрел. А сосед горе-ученика тоже был слепой. Вдохновленный таким успехом, подмастерье приготовил в точности такие же лепешки и положил ему на глаза. На следующий день соседу стало еще хуже, глаза у него заболели и воспалились.

Ученик прибежал в слезах:

— Как же так, Учитель, я сделал, как ты сказал в прошлый раз! Почему это случилось?

В глубокой печали мудрец ответил:

— Слепота бывает от разных причин: от сухости организма, от влажности, от жары, от холода и т. д. У тысячи слепых бывает тысяча причин. Иди, сынок. Тебе работать только пекарем.

### **Счастье или Здоровье?**

Поспорили однажды Здоровье и Счастье о том, кто из них важнее. Счастье говорит:

— Я важнее!

— Почему?

— Без меня людям плохо. Они всегда ищут меня. Обо мне все только и говорят. Каждый хочет быть счастливым.

— Каждый также хочет быть здоровым.

— Про здоровье мало кто говорит, а вот про счастье все подряд.

— Ты считаешь, что здоровье не нужно людям?

— Счастье важнее! Без него человек не может. Смотри, вон идет мальчик. Давай у него спросим, что для него главнее — счастье или здоровье?

Они обратились к мальчику.

— Мальчик, что для тебя важнее — счастье или здоровье?

— Конечно же, счастье! – не задумываясь, ответил мальчик.

— Ты счастливый?

— О! Да, я счастливый!

— Вот видишь! — захлопало в ладоши Счастье и подпрыгнуло от радости.

— Я же говорю, что счастье главнее.

— А скажи, мальчик, ты здоров? — задало следующий вопрос Здоровье.

— Да, я здоров!

— Везет тебе! — вмешалась в разговор проходившая мимо женщина. — Мне бы твоё здоровье, тогда и я была бы счастлива.

### Приложение 3

#### Игра - викторина с элементами заочного путешествия «Олимпийский эрудит»

**Цель:** воспитание патриотизма и уважения к культурному (спортивному) наследию на основе расширения знаний учащихся об Олимпийских играх и участию Беларуси в них.

**Задачи:**

1. Расширить знания учащихся об истории возникновения Олимпийских игр и участию Беларуси в них.
2. Формирование активной спортивной позиции, чувства гордости и уважения к спортивному наследию страны и спортивным достижениям белорусов в Олимпийских играх.
3. Развитие у учащихся творческих способностей, познавательной активности, навыков работы в группе, развитие всех типов внимания (непроизвольного, произвольного, послепроизвольного); восприятия (особенно пространства, движения, времени, темпа и ритма).

Развитие мышления (наглядно-действенного - тактического, творческого); памяти (двигательной, тактильной, вестибулярной, зрительной, слуховой, словесно-логической).

**Форма проведения мероприятия:** интерактивная беседа с проведением игры-викторины

**Оборудование:** медиапрезентация, страницы с вопросами и ответами, листочки для рефлексии.

**Предварительная подготовка:**

1. Поиск информации для разработки мероприятий в глобальной сети Интернет.
2. Выбор и подготовка ведущих, владеющих аудиторией, способных легко и непринужденно вести беседу, проводить игру.

**Структура мероприятия:**

1. Актуализация имеющихся у учащихся знаний по теме «Олимпийские игры».
2. Теоретическая часть: интерактивная беседа.
3. Практическая часть: проведение игры-викторины «Олимпийские эрудиты».

**Ход мероприятия**

**I. Актуализация имеющихся у учащихся знаний по теме «Олимпийские игры»:**

- Ребята, что вы знаете об Олимпийских играх?

Олимпийские игры — крупнейшие международные комплексные спортивные соревнования, которые проводятся каждые четыре года. Сегодня мы поговорим, о том, как появились и развивались Олимпийские игры и как наша страна принимала в них участие.

**II. Интерактивная беседа:**

- А кто-нибудь знает, где зародились игры? (Дети высказывают свои предположения)

В старину, в античном мире,

26 веков назад  
Города не жили в мире,  
Шел войной на брата брат.  
И мудрейшие решили:  
Ссоры вечные страшны,  
Можно в смелости и силе  
Состязаться без войны!  
Пусть в Олимпию придёт,  
Кто отважен и силен;  
Для сражений мирных будет  
Поле боя стадион!  
Был простой венок зелёный  
Из оливковых ветвей  
Драгоценней, чем короны  
Всех воинственных царей.  
Потому что не воитель  
Получал венок такой,  
А достойный победитель  
И действительно герой.  
Не хотел он сеять горе,  
Побежденному грозя:  
Для него в спортивном споре  
Все соперники – друзья!

Легенда:

Возникновение Олимпийских игр относится к далекому прошлому. Существует легенда о том, как появились Олимпийские игры. Пелопс, царь Пелопоннеса, после того, как царь Трои Ил завоевал его родной город Сипил, покинул родину, и отправился к берегам Греции. Однажды увидел Пелопс красавицу Гиподамию - дочь Эномая. Пелопс влюбился в нее и решил просить у царя ее руки. Но это оказалось делом не таким уж легким. Эномай придумал жестокое условие: он отдаст Гиподамию в жены лишь тому, кто победит его в состязании на колеснице. Во всей Греции не было равных Эномаю в искусстве управлять колесницей. Но это не остановило Пелопса. Он решил перехитрить жестокого правителя Писы. Тайно договорился Пелопс с возничим Эномая Миртилом о том, чтобы тот не вставлял чеку, удерживающую колесо на оси. И в момент состязания колеса с осей колесницы Эномая соскакивают, колесница опрокидывается, и жестокий царь замертво падает на землю.

С торжеством возвратился Пелопс в Пису, взял в жены прекрасную Гиподамию, завладел всем царством Эномая и в честь своей победы устроил в Олимпии спортивный праздник, который решил повторять раз в четыре года.

В 776 году до н.э. олимпийский праздник получил общегреческое признание. Этот год явился первой летописной страницей Олимпийских игр.

**- Как вы думаете, а какие виды спорта были представлены на играх в Древней Олимпии?**

Первые тринадцать Игр состояли только из одного вида состязаний - бега на один стадий, что должно соответствовать по длине шести ступням жреца Зевса. По преданию, это расстояние в Олимпии отмерял сам Геракл, и оно равнялось 192 метрам 27 сантиметрам. Так возникло и хорошо знакомое всем слово "стадион". В 708 году до н. э., на 18-й Олимпиаде, появилось пятиборье, состоящее из простого бега, прыжков в длину, метания диска и копья, борьбы.

Еще через пять Олимпиад, в 688 году до н. э., программа обогатилась кулачным боем, через две Олимпиады - состязанием колесниц и, наконец, на 33-й Олимпиаде, в 648 году до н. э., появляется самый трудный и, несомненно, самый жестокий вид соревнований - панкратион, соединяющий в себе приемы кулачного боя и борьбы. В панкратионе позволялось все: любой удар, захват, пинки ногами, болевые приемы и даже... укусы.

**- Как древние игры влияли на взаимоотношения между государствами?**

В течение всех Олимпийских игр, а продолжительность их все увеличивалась, наступало перемирие для всех воюющих армий. Воины, еще вчера непримиримые враги, откладывали в сторону оружие и со всех концов Греции направлялись в Олимпию.

**- А кто участвовал и имел право участвовать в играх Древней Греции?**

Не все греки могли принимать участие. Чтобы участвовать, нужно было: "не быть ни рабом, ни варваром, не совершать ни преступления, ни богохульства, ни святотатства". Варварами считались иностранцы, то есть лица, не являющиеся гражданами греческих государств. По олимпийским правилам все атлеты должны были записываться у судей за год до открытия состязаний и перед началом Игр представить доказательства того, что они в течение не менее десяти последних месяцев перед Играми готовились к состязаниям, ежедневно упражняясь. Кроме того, каждый участник должен был за месяц до начала Игр прибыть в Олимпию и в течение месяца проходить испытания в гимназии, причем все расходы оплачивал сам участник.

**- Как вы думаете, а женщины принимали участие в играх?**

Женщинам под страхом смерти запрещалось присутствовать на Играх. Летописцы описывают скалу, на которую должны были приводить женщин, пытавшихся проникнуть на священные Игры, и сбрасывать их оттуда.

**- Как награждали победителей игр?**

Прежде всего местность, откуда родом победитель, отныне поступала под покровительство богов, затем сам олимпиец (именно так назывался древний олимпийский чемпион) становился как бы полубогом. По возвращении домой ему устраивался сказочный прием, и до конца дней ему оказывались многочисленные знаки внимания, а после смерти чемпиона приписывали к сонму "малых богов". Все это не так уж мало!

**- Как сложилась дальнейшая судьба древних Олимпийских игр?**

В 394 году н. э. когда восторжествовало христианство, олимпийские игры были признаны по своему происхождению - из-за легенд, с ними связанных,- главным источником язычества и было решено их уничтожить.

**- Но как же тогда они вновь возродились?**

Олимпийская идея и после запрета античных состязаний не исчезла на совсем. Например, в Англии в течение XVII века неоднократно проводились «олимпийские» соревнования и состязания. Позже похожие соревнования организовывались во Франции и Греции. Тем не менее, это были небольшие мероприятия, носившие, в лучшем случае, региональный характер. Первыми настоящими предшественниками современных Олимпийских игр являются «Олимпии», которые проводились регулярно в период 1859—1888 годов. Желание возродить олимпийское мышление и культуру распространилось довольно быстро по всей Европе.

В конце XIX века традиция, существовавшая в Древней Греции, была возрождена французским общественным деятелем Пьером де Кубертенем.

**- Как вы думаете, зачем Пьеру де Кубертену понадобилось возродить**

## **олимпийские игры?**

По мнению Кубертена, именно слабое физическое состояние французских солдат стало одной из причин поражения французов в Франко-прусской войне 1870—1871. Он стремился изменить положение с помощью улучшения физической культуры французов. Одновременно с этим, он хотел преодолеть национальный эгоизм и сделать вклад в борьбу за мир и международное взаимопонимание. «Молодежь мира» должна была мериться силами в спортивных состязаниях, а не на полях битв. Возрождение Олимпийских игр казалось в его глазах лучшим решением, чтобы достичь обеих целей.

Первые современные олимпийские игры, известные также как Летние Олимпийские игры, проводились каждые четыре года, начиная с 1896, за исключением лет, пришедшихся на мировые войны. В 1924 году были учреждены Зимние Олимпийские игры, которые первоначально проводились в тот же год, что и летние. Однако начиная с 1994 года, время проведения зимних Олимпийских игр сдвинуто на два года относительно времени проведения летних игр.

Первые Игры современности прошли с большим успехом. Несмотря на то, что участие в Играх приняли всего 241 атлет (14 стран), Игры стали крупнейшим спортивным событием, прошедшим когда-либо со времён Древней Греции. Греческие официальные лица были так довольны, что выдвинули предложение о «вечном» проведении Игр Олимпиады на их родине, в Греции, но была введена ротация между разными государствами, чтобы каждые 4 года Игры меняли место проведения.

### **- Какова история Олимпизма в нашей стране? Когда она впервые приняла участие в Олимпийских играх? Кто выиграл первую золотую медаль?**

История олимпийского движения в Беларуси начинается с 1952 года, когда впервые советские спортсмены, а в их числе и белорусы, приняли участие в ХУ летних Олимпийских играх в столице Финляндии – Хельсинки. На протяжении этого периода, богатого событиями, олимпийское движение развивалось, приспособлялось к социальным, экономическим и политическим изменениям. С получением республикой государственного суверенитета 22 марта 1991 года на учредительной конференции в Минске был создан Национальный Олимпийский Комитет Беларуси. Он является самостоятельным общественным объединением, статус и роль которого полностью соответствуют Олимпийской Хартии и Закону Республики Беларусь «О физической культуре и спорте». На 101-й сессии Международного олимпийского комитета, состоявшейся 21-24 сентября 1993 года в Монако, Национальный олимпийский комитет Республики Беларусь получил официальное признание.

Миссией НОК является развитие и защита олимпийского движения в стране в соответствии с Олимпийской Хартией. Комитет сотрудничает с правительственными и неправительственными органами, сохраняя при этом свою автономию и независимость. НОК имеет исключительное право представлять свою страну на Олимпийских играх, а также региональных, континентальных или всемирных комплексных спортивных соревнованиях. Согласно Олимпийской Хартии и собственному уставу НОК Беларуси должен пропагандировать основополагающие принципы олимпизма, поощрять развитие спорта высших достижений, а также массового спорта, оказывать помощь в подготовке спортивных кадров, воспитании молодежи, бороться против любых форм дискриминации и насилия в спорте, развивать международное спортивное

сотрудничество, защищать интересы спортсменов, тренеров, судей, ветеранов физической культуры и спорта.

Коллективными членами НОК являются 74 организации, в том числе 30 федераций по летним олимпийским видам спорта, 5 федераций – по зимним, 21 федерация по видам спорта, не входящим в программу Олимпийских игр, 18 территориальных и ведомственных физкультурно-спортивных организаций.

## **Страница 2**

Белорусские спортсмены впервые выступили на Играх ХУ Олимпиады в Хельсинки в 1952 году в составе команды СССР. 7 спортсменов из нашей страны приняли участие в соревнованиях по гребле на байдарках и каноэ (1 человек), легкой атлетике (4 человека) и фехтовании (2 человека). Медалей им завоевать не удалось, но зато удалось приобрести опыт участия в столь масштабных соревнованиях.

В 1956 году белорусские спортсмены открыли счет олимпийским медалям на XVI Олимпиаде в Мельбурне. Легкоатлет Михаил Кривонос был награжден серебряной медалью в метании молота. Всего в Мельбурн было делегировано 9 спортсменов из Беларуси (гребля на байдарках и каноэ – 1, легкая атлетика – 6, фехтование – 2).

В 1960 году в Риме на XVII Олимпийских играх борец классического стиля в полулегком весе Олег Караваев первым из белорусских спортсменов был удостоен золотой олимпийской медали. Олимпийскими чемпионами стали также гребцы (в каноэ-двойке на дистанции 1000 м) Сергей Макаренко и Леонид Гейштор, а также фехтовальщица Татьяна Самусенко. В неофициальном зачете спортсмены Беларуси опередили сборные Бельгии, Югославии, Канады, Норвегии. Беларусь в Риме представляли 11 спортсменов (2 – борьба классическая, 1 – гимнастика спортивная, 2 – гребля на байдарках и каноэ, 3 – легкая атлетика, 3 – фехтование).

В 1964 году на XVIII играх в Токио свое триумфальное олимпийское шествие начал наш прославленный борец вольного стиля Александр Медведь, завоевавший золотую медаль в полутяжелом весе. Еще две золотые медали завоевали легкоатлет Ромуальд Клим (метание молота) и Елена Волчецкая (спортивная гимнастика в командных соревнованиях). В соревнованиях приняли участие 10 белорусских спортсменов (1 – борьба вольная, 1 – гимнастика спортивная, 4 – легкая атлетика, 1 – стрельба пулевая, 3 – фехтование). В неофициальном зачете результаты спортсменов Беларуси соответствуют 24 месту среди стран – участниц. Они опередили сборные Бельгии, Аргентины, Австрии, Бразилии, Ирландии и многих других стран. На XIX Олимпийских играх в Мехико в 1968 году было завоевано уже 6 золотых медалей. Свою вторую золотую медаль получил Александр Медведь. Золотые медали завоевали фехтовальщицы Татьяна Белова (победы в личном и командном турнирах) и Татьяна Самусенко. Наиболее отличилась гимнастка Лариса Петрик, получившая две золотые и одну бронзовую медаль. На этой Олимпиаде Беларусь представляли 15 спортсменов (1 – борьба вольная, 1 – велоспорт-трек, 1 – велоспорт-шоссе, 1 – гимнастика спортивная, 6 – легкая атлетика, 1 – стрельба пулевая, 4 – фехтование). На мексиканской Олимпиаде результаты белорусских спортсменов заметно улучшились. Они опередили команды Финляндии, Швейцарии, Австрии, Турции, Бразилии, Норвегии, Греции, Бельгии и ряда других стран.

Стрелок **Сергей Мартынов** повторил свой успех на Олимпиаде в Атланте, завоевав бронзовую медаль, в Лондоне 2012 – золото

В плавании отличилась Герасименя, завоевав 2 серебряных медали  
В тяжелой атлетике отличилась *Татьяна Стукалова* (вес до 63 кг.  
) , завоевав бронзовую медаль.

### **III. Практическая часть: проведение игры-викторины «Олимпийские эрудиты».**

А теперь я предлагаю вам поиграть в игру-викторину «Олимпийские эрудиты». Каждая команда выбирает номинацию и вопрос с определенной стоимостью. Та команда, которая наберет большее количество баллов станет самой квалифицированной командой и получит медали. Итак, вперед:

#### **Вопросы**

#### **Ответы**

### **История Олимпийского движения**

10 *Где и когда состоялись первые Олимпийские игры?*

20 *Кто стал преемником Жака Рогге на посту Президента Международного Олимпийского Комитета с сентября 2013 г.?*

30 *Назвать первого Олимпийского чемпиона*

40 *Назвать основоположника современного олимпийского движения*

50 *В каком виде спортивных состязаний был олимпийским чемпионом Пифагор?*

Древняя Греция - 776 год до н.э.

Томас Бах стал первым немецким президентом Международного Олимпийского Комитета. 59-летний адвокат по коммерческому праву победил на выборах в Буэнос-Айресе (Buenos Aires) во втором туре голосования абсолютным большинством голосов (93).

Короибос атлет из города-полиса Элиды

Пьер де Кубертен (Pierre de Coubertin) — президент МОК в 1896-1925 годах.

Французский спортивный и общественный деятель, историк, педагог, литератор; барон. На Международном атлетическом конгрессе в 1894 году был избран генеральным секретарем МОК. Пьер де Кубертен разработал проект возрождения Олимпийских игр и выступил 25 ноября 1892 года в Сорбонне, всемирно известном Парижском университете, с докладом «Возрождение олимпизма». Также разработал Олимпийскую хартию — свод основных правил и положений МОК. Впоследствии стал автором олимпийской эмблемы, ряда олимпийских ритуалов, текста олимпийской клятвы.

Кулачные бои

### **Олимпийские символы**

10 *Что означает выражение*

*«Citius, Altius, Fortius»?*

20 *Что представляет собой олимпийский флаг?*

30 *Кто является автором Олимпийского гимна?*

40 *Когда и где был впервые зажжен Олимпийский огонь?*

50 *Когда и где состоялась первая эстафета олимпийского огня из Олимпии и церемония зажжения Олимпийского костра?*

Олимпийский девиз: «Быстрее, выше, сильнее», что является переводом латинского выражения «Citus, Altius, Fortius». Лозунг был придуман французским священником Анри Дидоном и предложен Пьером де Кубертенем при создании Международного олимпийского комитета в 1894 году и представлен на VIII летних Олимпийских играх в Париже в 1924 году. Флаг олимпийского движения представляет собой белое поле, в центре которого помещается Олимпийская эмблема: 5 переплетённых колец, расположенных в два ряда (три в верхнем, два в нижнем). Цвета колец (слева направо): голубое, чёрное, красное; жёлтое, зелёное. Кольца соединены по цепочке, в форме буквы W, причём крайние (голубое, красное) пересекаются каждое только с одним другим кольцом, а расположенное в центре — каждое с двумя кольцами. До 1951 года официальный справочник утверждал, что цвета колец соответствуют разным частям света: Европа — голубой, Азия — жёлтый, Африка — чёрный, Австралия — зелёный и Америка — красный.  
Греческий композитор Спирос Самарас  
(29 ноября 1861, Корфу – 17 апреля 1917, Афины)

Впервые олимпийский огонь был зажжён на IX летних Играх в Амстердаме (Нидерланды).

На XI летних Олимпийских играх в Берлине (Германия) в 1936 году. Огонь был зажжён в Олимпии 20 июля 1936 года, эстафета закончилась в Берлине 1 августа 1936 года. Автором и основателем традиции эстафеты, а также автором идеи зажжения факела в Греции считается Карл Дием, спортивный чиновник в Германии и генеральный секретарь Оргкомитета XI Игр.

### **Олимпийская гордость Витебщины**

**10 Кто изображен на фотографии, в каком виде спорта**



**прославился?**

**20 Назовите олимпийского призера (по описанию) Вид спорта: тяжёлая атлетика** Родилась 24 октября 1981 года в Пинске. Заслуженный мастер спорта.

*Серебряный призер Игр XXVIII Олимпиады в Афинах (Греция) 2004 г.*

*Бронзовый призер чемпионата мира 2003 г. Серебряный призер чемпионата Европы 2005г.*

**30 Какими видами спорта занималась Марина Ивановна Шкерманкова и в какой вид спорта принес известность на Олимпийских играх?**

**Алексей Айдаров**

Вид спорта: биатлон

Родился 15 ноября 1974.

Заслуженный мастер спорта СССР.



Бронзовый призёр XVIII Олимпийских игр в Нагано 1998 г. Чемпион мира 1999 г. в эстафете. Серебряный призёр чемпионата мира 2001 г. в эстафете. Бронзовый призёр чемпионата мира 2003 г. в эстафете. Чемпион Европы 2005 г. в спринте.

Серебряный призёр чемпионата Европы 2003 г. в индивидуальной гонке. Бронзовый призёр чемпионата Европы 2003 г. в эстафете.

Многократный чемпион Республики Беларусь.

**Анна Батюшко**



Тяжелая атлетика (бронзовый призёр Олимпийских игр 2012 года) В начале спортивной карьеры занималась лёгкой атлетикой в местной ДЮСШ г. Глубокое. Занимала призовые места в областных и республиканских соревнованиях в тройном прыжке и метании копья. Затем поступила в училище олимпийского резерва, куда поехала как легкоатлетка. Однако, уехав в Витебск, начала заниматься тяжелой атлетикой (тренер — Виктор Винник).

**40 Кто изображен на фотографии, в каком виде спорта прославился?**



**50 Угадайте спортсмена по описанию**

*Вид спорта: легкая атлетика, метание молота*

*Родился 25 мая 1933 г. в д. Хвоево Несвижского района Минской области.*

*Заслуженный мастер спорта.*

*Чемпион Игр XVIII Олимпиады в Токио (Япония) 1964 г.*

*Серебряный призёр Игр XIX Олимпиады в Мехико (Мексика) 1968 г. Чемпион Европы 1966 г.*

*Серебряный призёр чемпионата Европы 1969 г. Обладатель Кубка Европы 1965 и 1967 гг. Четырехкратный чемпион СССР – 1966–1968, 1971 гг.*

*Двукратный чемпион Спартакиад народов СССР – 1967 и 1971 гг. Рекордсмен мира и Европы. Девятикратный рекордсмен СССР.*

Наталья Михневич (Хоронеко)  
Вид спорта: лёгкая атлетика, толкание ядра  
Родилась 25 мая 1982 года  
Заслуженный мастер спорта  
Серебряный призер XXIX Олимпийских игр в Пекине  
Чемпионка мира в закрытых помещениях 2006г.  
Чемпионка Европы 2006г.  
Первый тренер Щудлюк Р.В.

### **Ромуальд Клим**



### **Олимпийцы Беларуси**

10 *О ком идет речь? Двукратная чемпионка мира по биатлону.*

*Бронзовый призёр Олимпийских игр 2010.*

*Обладатель малого хрустального глобуса по итогам Кубка мира сезона 2010/11 в масс - старте.*

*Обладатель двух малых хрустальных глобусов по итогам Кубка мира сезона 2011—2012 в гонке преследования и в масс-старте.*

20 *О ком идет речь? род. 15 июня 1979 г в г. Бресте —белорусская легкоатлетка, завоевала золотую медаль в беге на 100 метров на Олимпиаде в Афинах в 2004 году.*

*В 2005 году на чемпионате мира в Хельсинки выиграла бронзу в составе сборной Белоруссии в эстафете 4x100 метров.*

*В 2008 году на Олимпиаде в Пекине не сумела пробиться в финал забега на 100 метров, дойдя только до полуфинала.*

30 *Первый в истории независимой Беларуси олимпийский чемпион в стрелковом спорте. О ком идет речь?*

40 *Первая ракетка Беларуси, экс-первая ракетка мира – это ...*

**Домрачева Дарья Владимировна**



Юлия Викторовна Нестеренко



Мартынов Сергей Анатольевич



Азаренко Виктория Федоровна

*50 Назовите белорусских олимпийцев-мультимедалистов  
(выиграли несколько медалей в течение одних Игр)*

- Виталий Щербо  
Вид спорта: спортивная гимнастика  
Игры: Атланта-1996  
Медали: 4 (0-0-4)

- Игорь Басинский



Вид спорта: пулевая стрельба

Игры: Сидней-2000

Медали: 2 (0-1-1)

Роман Петрушенко, Вадим Махнев

Вид спорта: гребля на байдарках и каноэ

Игры: Пекин-2008

Медали: 2 (1-0-1)

Александра Герасименя

Вид спорта: плавание  
Игры: Лондон-2012  
Медали: 2 (0-2-0)

- Виктория Азаренко



Вид спорта: теннис  
Игры: Лондон-2012  
Медали: 2 (1-0-1)

### **Подведение итогов. Награждение победителей.**

#### **Рефлексия.**

Понравилась ли игра? Что узнали нового?  
Понравилось все, было интересно, весело  
Были затруднения, скучно



Все участники мероприятия прикалывают на доску листочки с отображением своего настроения, своих впечатлений от мероприятия.

### **Фотоматериалы**

20 октября в спортивном зале состоялся традиционный День здоровья с участием ребят 1-9 классов, родителей и педагогов. Команды 5-9 классов готовились к выступлению агитбригад «Молодежь за ЗОЖ!», а младшие классы к спортландии «Сильные, ловкие, смелые!»



16 марта состоялся традиционный День здоровья спортландия «Зарничка» для учащихся 3-4 классов.





Традиционный легкоатлетический кросс состоялся в первую субботу сентября с участием призера Европейских игр по гребле Шлюпским Егором, бывшим учеником нашей школы.



9 ноября состоялся общешкольный День здоровья – «Турнир по настольному теннису» среди учащихся 5-9 классов.

26 января прошла акция по ЗОЖ и безопасному поведению. Была организована информационно-пропагандистская фото-акция «Мы на позитиве» с участием 1-9 классов!





20 апреля состоялась познавательно-развлекательная программа «В Стране Витамин», где кульминацией был конкурс на поедание полезных продуктов (фруктов, каши, овощей и т.д)