

# ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ- ПОЛЕЗЕН ОН ДЛЯ ВСЕХ! ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ - УДАЧА И УСПЕХ!



Ростовская область  
Тацинский район  
х. Ковылкин  
ул. Советская, 9

E-mail: [tmoukovscool@yandex.ru](mailto:tmoukovscool@yandex.ru)  
<http://www.mtmoukovscool.ru>

# ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Активное движение-  
позитивное настроение

Автор проекта: Пузанова О.А. - учитель  
физической культуры  
Руководитель проекта: Федотова В.В. – учитель начальных  
классов, классный руководитель 4 класса  
Участники проекта: учащиеся 4 класса.

2015год



### **Цель проекта:**

*формирование в сознании учащихся позитивного отношения к своему умственному, эмоциональному, социальному и физическому здоровью, как важнейшей ценности воспитания здорового образа жизни.*

### **Задачи проекта:**

1. Способствовать формированию потребности здорового образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью.
2. Разнообразить приоритетные направления для сохранения здоровья.
3. Повысить мотивацию к разнообразным занятиям.

### **Гипотеза.**

Сохранение здоровья через использование культурных, духовно-нравственных, психологических и физкультурных ценностей.

### **Ожидаемые результаты:**

- Повышение заинтересованности учащихся в сохранении и укреплении здорового образа жизни.
- Возрастные показатели психологического и физического здоровья.
- Формирование у детей умений и навыков через проектную деятельность.
- Повышение мотивации к формированию здорового образа жизни.



**Больше чая – меньше алкоголя!**

**Больше овощей – меньше мяса!**

**Больше уксуса – меньше соли!**

**Больше фруктов – меньше сахара!**

**Больше жевать – меньше еды!**

**Больше дел – меньше слов!**

**Больше давать – меньше страдать!**

**Больше спать – меньше переживать!**

**Больше пешком – меньше за рулем!**

**Больше смеха – меньше злости!**

