Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 7»
городской округ Ревда

Всероссийский конкурс экологических проектов
«Волонтеры могут все»
Номинация: «Мы за здоровый образ жизни»

Коллективное участие

Эколята – здоровые ребята!

Михайлова Виктория, 11класс,
МБОУ «СОШ№7»
Мельник Дарья, 8 класс,
МБОУ «СОШ№7»

Руководитель проекта:
Злобина Елена Александровна
учитель биологии МБОУ «СОШ№7»,
Змеева Инна Владимировна
учитель химии МБОУ «СОШ № 7»

2021г.

Паспорт проекта

Эколята – здоровые ребята!

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 7»

623287 г. Ревда, Свердловская область, ул. Совхозная, 12

тел. 8 (34397)91-1-66

Сайт общеобразовательного учреждения https://schoolrevda7.ru/

Автор – руководитель проекта - Злобина Елена Александровна и Змеева Инна Владимировна.

Команда проекта: Мельник Дарья Александровна, Михайлова Виктория Сергеевна.

Цель: формирование у детей дошкольного возраста основ здорового образа жизни через взаимодействие с природой.

Задачи:

1. Познакомить детей с разными состояниями собственного тела, на примере здорового и больного человека.

2. Расширить знания дошкольников о правильном питании.

3. Научить дошкольников применять полученные знания для поддержания здорового образа жизни и бережного отношения ко всему живому.

Актуальность проекта в том, что, соединяя экологическую культуру и культуру здоровья, можно сформировать гармоничную личность.

В нашей школе с 2005 года действует школьный экологический клуб «Бумеранг». Он объединяет учащихся неравнодушных к проблемам окружающей среды. Наш девиз «Мы делаем мир лучше!» отражает всю многогранность нашей работы.

Показателями уровня экологического воспитания являются не только знания и поведение ребёнка в природе, но и его активное участие в её сохранении и сбережении. Разностороннее развитие и воспитание детей осуществляется разными средствами. Одно из них – ознакомление с природой. Центральной проблемой валеологии является отношение к индивидуальному здоровью и воспитание культуры здоровья в процессе индивидуального развития личности. Мы сделали попытку соединить две культуры, культуру здоровья и экологическую культуру.

Целевая аудитория: подготовительная группа детского сада № 34 ОСП 1.

Сроки и период реализации проекта: 2 года, 2018-2019 учебный год.

География проекта: Свердловская область, городской округ Ревда, Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 34».

Механизмы реализации.

Проект реализован членами волонтерского отряда «Бумеранг».

1.Организационный:

Идея занятий возникла во время наблюдений за первоклассниками. В школе они вели себя как пришельцы на чужой планете: ломали ветки деревьев на

школьном дворе, съедали за перемены огромное количество конфет, разбрасывая бумажки по школе и на ее территории. На очередном заседании клуба «Бумеранг» руководитель Злобина Елена Александровна подняла эту проблему. Было решено подготовить цикл занятий для воспитанников подготовительной группы детского сада.

Разработали анкеты для дошкольников (Приложение №1) и родителей (Приложение №2) для выявления проблем. Анализ анкет помог нам определить темы занятий.

2. Основной этап.

Занятие 1 – Знакомство

Цель: от имени доктора Комаровского познакомиться с группой дошкольников и провести анкетирование (Приложения №1, №6).

Анкетирование показало, что о правильной осанке и здоровому питанию с детьми нужно работать. Так был создан цикл занятий «Эколята – здоровые ребята!».

Занятие 2 - Правильное питание - залог здоровья!

Цель: познакомить дошкольников с полезными продуктами питания, как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

1 Показать презентацию о здоровом питании.

2. Провести игру «Съедобное - не съедобное».

3. Создать коллаж «Здоровое питание».

Занятие 3 - Красивая осанка – это круто!

Цель: формирование правильной осанки, приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Дать детям доступные знания о строении позвоночника, необходимых условиях для его нормального функционирования.

2. Способствовать применению знаний на практике.

3. Разучивание комплекса упражнений на укрепление мышц спины и стопы (Приложение №5, № 6).

Занятие 4 - Экскурсия по экологической тропе «Лебяжий пруд»

Цель: познакомить дошкольников с правилами поведения на природе.

Задачи:

1. Познакомить с маршрутом экологической тропы «Лебяжий пруд».

2. Провести игры на станциях экологической тропы.

3. Обратить внимание на красоту и звуки природы.

Посетили 3 станции:

1 станция – Сквер. Сквер был посажен жителями совхоза, а в 2014 году здесь построили детскую площадку, и он стал любимым местом отдыха родителей с детьми. В сквере ребята поиграли в экологическую игру и пришли к выводу, что для того, чтоб было хорошо и приятно отдыхать, нужно, чтобы

отдыхающие убирали за собой мусор, не засоряли окружающую среду и не нарушать природное равновесие.

2 станция – Водная. Ребята подошли к берегу искусственного пруда. Волонтёры спросили: «Кто живет в нашем пруду?» Ребята активно отвечали и фантазировали про водных обитателей.

3 станция – «Сосны». Красивые вековые сосны, остатки соснового бора, который называется «Агаповские боры». Ребята узнали историю этого уникального памятника природы. Про «черных лесорубов», которые незаконно спиливают деревья. (Приложение №7)

Во время экскурсии ребята обратили внимание на мусор, который был на берегу. На вопросы «Кто виноват?» и «Что надо делать?» дети отвечали: надо больше дворников, урны поставить, запретить гулять по берегу, штрафовать.

Занятие 5 - Дети против мусора

Цель: заложить основы знаний по раздельному сбору мусора, поддержать новую традицию – эффективно вторично использовать отходы.

Задачи:

1. Привлечь внимание детей к проблеме загрязнения окружающей среды мусором.
2. Правила осознанного и мотивированного поведения в природе.
3. Развитие умения создавать изделия из бытовых отходов.
4. Создание плаката для родителей.

Занятие 6 - Патруль гигиены

Цель: познакомить дошкольников с возбудителями болезней.

Задачи:

1. Найти информацию о возбудителях болезней пневмония, ОРЗ, ангина, лишай.
2. Проведение эстафеты «Выбери продукт».
2. Организация выставки рисунков для родителей «В стране Здоровья».

Занятие 7 - Посвящение в Эколята

Цель: торжественное посвящение ребят в Эколята.

Задачи:

1. Закрепление пройденного материала через театрализованную игру.
2. Посвящение и вручение медалей «Эколята» (Приложение №7).

3. Заключительный этап.

За все время наших занятий в МАДОУ детский сад № 34 ОСП 1 были задействованы 2 подготовительные группы, всего - 34 человека.

Тиражируемость: наш опыт сотрудничества детского сада, школы и родителей можно использовать и для обучающихся начальной школы. Ребята больше прислушиваются к обучающимся, как в позиции «учение-ученику».

С проектом выступали на конференциях различного уровня. Были и победителями, и призерами.

Достигнутые результаты проекта

К экологическому проекту «Эколята – здоровые ребята» было привлечено в общей сложности 68 человек, 34 ребенка подготовительной группы детского сада, их родители и волонтеры.

Проведено 7 занятий по формированию здорового образа жизни и экологической культуры. Организованы и проведены 2 выставки детского творчества для родителей: «Вторая жизнь пластика» и «В стране Здоровья». Созданы памятки для родителей по правилам ЗОЖ, буклеты (Приложение №3, №4). Разработаны анкеты для детей и для родителей (Приложение №1, №2).

Дальнейшее сотрудничество с детским садом пришлось отложить из-за пандемии «COVID 19».

Отчет о проделанной работе в детском саду волонтерский отряд размещал на сайте школы https://schoolrevda7.ru/. Сейчас наши подопечные учатся в 3 и 2 классе. Ежемесячно наш волонтерский отряд проводит мероприятия экологической направленности в начальной школе, в которых ребята из этих классов являются активными помощниками.

Отзывы о нашей работе можно посмотреть в приложении № 8.

Самое главное, дети поняли, что они часть природы, которую надо любить и оберегать. Какие продукты являются полезными и зачем нужна зарядка.

Большое значение имеет положительный пример родителей - как образ для подражания, а также родительское слово - как метод педагогического воздействия.

Считаем, что такая форма просветительской деятельности интересна и продуктивна. Если работать в системе и воспитание экологической культуры начинать с дошкольного возраста, то и проблемы экологии будут решены, а человечество будет частью живой природы.

Привлеченные партнеры проекта

Партнерами проекта выступили администрация МБОУ «СОШ № 7» и администрация МАДОУ № 34 ОСП 1, студенты медицинского колледжа.

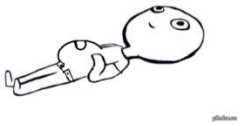
Приложения: страницы 6-14.

Приложение №1

Анкета для дошкольников

(взрослый зачитывает вопросы, а дети обводят выбранную картинку в кружок)

1. **Кто ведет здоровый образ жизни?**



2. На каком рисунке изображено правильное питание?

3. Как сохранить красивую фигуру?

4. Что выберешь ты?

5. Закаляешься ли ты?

Приложение № 2

Анкета для родителей «Экологическое воспитание детей в семье»

Уважаемые родители!

Просим Вас ответить на вопросы анкеты, в рамках занятий по экологическому воспитанию Вашего ребенка.

1.	Интересуется ли ваша семья проблемами экологии?	Да	Нет	Иногда
2.	Как Вы считаете, нужно осуществлять экологическое воспитание детей в дошкольном учреждении?	Да	Нет	Не знаю
3.	Как Вы считаете, кто должен осуществлять экологическое воспитание Вашего ребенка?	Семья	Детский сад	Совместно
4.	Проговариваете ли Вы детям правила поведения в природе?	Да	Нет	Иногда
5.	Соблюдаете сами эти правила?	Да	Нет	Иногда
6.	Имеются ли у Вас дома комнатные растения?	Да (до 3х растений)	Нет	Очень много
7.	Привлекаете ли Вы своего ребенка к уходу за растениями?	Да	Нет	Иногда
8.	Имеются ли у Вас дома животные?	Да	Нет	Категорически против
9.	Привлекаете ли Вы своего ребенка к уходу за домашним питомцем?	Да	Нет	Иногда
10.	Читаете ли Вы ребенку книги о природе?	Да	Нет	Иногда
11.	Смотрит ли Ваш ребенок телепередачи, видеофильмы о природе?	Да	Нет	Иногда
12.	Любит ли Ваш ребенок ходить в лес?	Да	Нет	Не знаю
13.	Как вы считаете, получает ли Ваш ребенок знания о природе в семье?			
14.	Поддерживаете ли Вы проводимую в группе работу по экологическому образованию дошкольников?	Да	Нет	Не интересно

Благодарим за ответы!

Приложение № 3

Памятка для родителей

Убедительная просьба, товарищи взрослые!

Не проходите молча, если на прогулке, в природе вы видите поврежденные деревья, кусты, вытоптанную траву, погибших животных. Дайте всему этому оценку, очень важно, если ваше поведение, слова вызовут у ребенка сочувствие, чувство жалости. Повстречав мусор в лесу, выскажите свое негодование, а еще лучше, если вместе с ребенком соберете его.

Природа – это дом, в котором мы живем,
И в нем шумят леса, текут и плещут реки.
Под небом голубым, под солнцем золотым
Хотим мы в этом Доме жить вовеки.
Мы любим лес в любое время года,
Мы слышим речек медленную речь,
Всё это называется - природа,
Давайте же всегда её беречь!

Советы родителям:

• Здоровайтесь с лесом, когда приходите в него или идете мимо!

• Показывайте хороший пример в отношении птиц, насекомых и деревьев. Каждый имеет право на жизнь! Порассуждайте об этом.

• Чаще бывайте на природе вместе с ребенком, прислушивайтесь и наблюдайте за любым движением и явлением. Это развитие для вашего ребенка!

• Обращайте внимание детей на окружающую красоту природы.

• Научите ребенка правильному поведению в природе.

• Создавайте совместно с ребенком коллекции природных материалов.

• Участвуйте в экологических акциях и субботниках.

Если с самого раннего детства учить человека любить природу, он будет ценить ее, беречь и лелеять.

Буклет для родителей

Формирование у детей привычки к здоровому образу жизни

Детское любопытство безгранично, дети хотят все знать о себе и о мире, в котором живут. Они имеют право знать все о своем физическом и эмоциональном развитии, о строении организма, о болезнях, которые могут их поразить.

Знать свои слабые и сильные стороны, научиться помогать себе в различных ситуациях, укреплять свою волю и тело. В этом возрасте формируются привычки, которые впоследствии должны стать необходимостью.

Потребность в здоровом образе жизни формируется у детей, в том числе и через систему знаний и представлений, осознанного отношения к занятиям физической культурой.

Сегодня много говорят о здоровом образе жизни, в том числе и детей, а что же конкретно относится к понятию здоровый образ жизни?

Прежде всего, и, пожалуй, самым главным разделом является:

- режим дня (когда соответственно возрасту ребенка, а также индивидуальным особенностям идет смена режима активности и отдыха) режим рационального питания.
- закаливание

Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у детей.

1. Новый день начинайте с улыбки и утренней разминки.
2. Соблюдайте режим дня.
3. Лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора.
4. Любите своего ребёнка - он ваш. Уважайте членов своей семьи, они – попутчики на вашем пути.
5. Обнимать ребёнка следует не менее 4 раз в день, а лучше 8 раз.
6. Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.
7. Положительное отношение к себе - основа психологического выживания.
8. Личный пример здорового образа жизни - лучше всякой морали.
9. Используйте естественные факторы закаливания - солнце, воздух и воду.
10. Помните: простая пища полезнее для здоровья, чем искусные яства.
11. Лучший вид отдыха - прогулка с семьей на свежем воздухе.
12. Лучшее развлечение для ребёнка - совместная игра с родителями.

Рекомендации родителям по формированию здорового образа жизни у детей

Здоровье Вашего ребенка является важнейшей ценностью и наша общая задача – сохранить и укрепить его.

ПОМНИТЕ: пример родителей является определяющим при формировании привычек и образа жизни ребенка.

Растущий организм ребенка нуждается в особой заботе, поэтому детям необходимо соблюдать режим труда и отдыха.

Приучите Вашего ребенка самого заботиться о своем здоровье: выполнять гигиенические процедуры, проветривать помещение и т.д.

Контролируйте досуг вашего ребенка: просмотр телепередач, встречи с друзьями, прогулки на свежем воздухе.

Традиции здорового питания в семье – залог сохранения здоровья ребенка.

В формировании ответственного отношения ребенка к своему здоровью используйте пример авторитетных для него людей: известных актеров, музыкантов, спортсменов.

Закаливание - это тренировка иммунитета кратковременными холодовыми раздражителями. Когда-то наши предки намного были закаливание нас и наших детей. Ребятишки бегали в одних рубашках босиком по снегу даже в лютые морозы! В деревнях в ходу были мокроступы. Так русские крестьяне называли липовые лапти. В них вкладывали свежие листья одуванчика, мать и мачехи, подорожника, ольхи, фиалки. Оказывается, травы осуществляли своеобразный общеукрепляющий и закаливающий массаж. В мокроступах можно было смело идти по любому болоту - насморк и простуда не возникали. А для профилактики и переохлаждения натирали тело маслом можжевельника. Александр Васильевич Суворов ежедневно по утрам даже в сильные морозы совершал прогулки босиком. После чего обливался холодной водой (спросить: есть ли в зале дедушки, которые обливаются холодной водой и как они закаливают своих внуков). Конечно, все закаливающие процедуры проводятся гибко с учетом времени года, здоровья ребенка, его эмоционального настроения, на фоне теплового комфорта организма. Интенсивность закаливающих мероприятий надо увеличивать постепенно, начиная всегда с щадящих. Основной принцип — постепенное расширение зоны воздействия и увеличение времени проведения процедуры. Личный пример — прежде всего.

Здоровые дети – счастливые родители

Исполнители
Кузнецова Алина,
учащаяся 8 кл. МБОУ СОШ №7
Негматова Алина,
учащаяся 11 кл. МБОУ СОШ №7
Руководители:
И.В. Змеева,
учитель химии МБОУ СОШ №7
Е.А.Злобина
учитель биологии МБОК «СОШ №7»

Приложение № 5

Комплекс упражнений для занятия «Красивая осанка – это круто!»

1 задание: «Солдатики и куклы»
Цель: Формирование стереотипа правильной осанки, умения расслабляться.
По команде: «Солдатики» - дети принимают правильную осанку.
По команде: «Куклы» - опускают голову, плечи, руки; расслабляются.

2 задание: «Стирка»
Оборудование: бумажные носовые платочки.
Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему. Укреплять мышцы и связки стоп с целью профилактики плоскостопия, воспитывать сознательное отношение к правильной осанке.
Задание: дети имитируют движения стирки. На полу платочки, пальцами ног дети собирают платочек в гармошку, (опускают и поднимают 2 раза) затем берут платочек за край и опускают его в воду (стирают - 2 раза) а потом собирают в гармошку и отжимают.

3 задание: «В домике живут...»
Цель: Формирование стереотипа правильной осанки. Укрепление мышц туловища и конечностей.
Оборудование: Мешочек с песком 10х10.
Дети стоят у мешочка с песком (у дома), сохраняя правильную осанку. По предложенной команде: «Зайчики», «Лисички», «Тигры» ... имитируют движения животных. Возвращаются в дом, приняв правильную осанку.

4 задание - «Мы команда!»
Под музыку дети маршируют по залу, музыка замолкает, подается сигнал:
- В круг – становись! За Димой в колонну становись! (менять направляющего) ….

5 задание: «Поймай рыбку»
Оборудование: 2 таза с водой с камешками, 2 стульчика возле тазов.
Цель: формировать навыки правильной осанки, укреплять мышечную систему. Укреплять мышцы и связки стоп с целью профилактики плоскостопия, воспитывать сознательное отношение к правильной осанке.
Задание: дети по очереди подходят к тазу с водой, каждый участник в свою очередь может поймать только 1 рыбку (камешек), чья команда больше наловит рыбок за 2 минуты.
В таз с водой опускаются камешки. Детки пальцами ног ловят рыб.

6 задание: «Нарисуй картину»
Оборудование: листы бумаги, цветные карандаши.
Цель: укреплять мышцы и связки стоп с целью профилактики плоскостопия.
Дети стоя (сидя) должны нарисовать ногами любой рисунок.

Приложение № 6

Первое занятие с доктором Комаровским

Третье занятие

Занятие на укрепление осанки проводит с детьми
студентка медицинского колледжа

Приложение 7

Экскурсия по экологической тропе

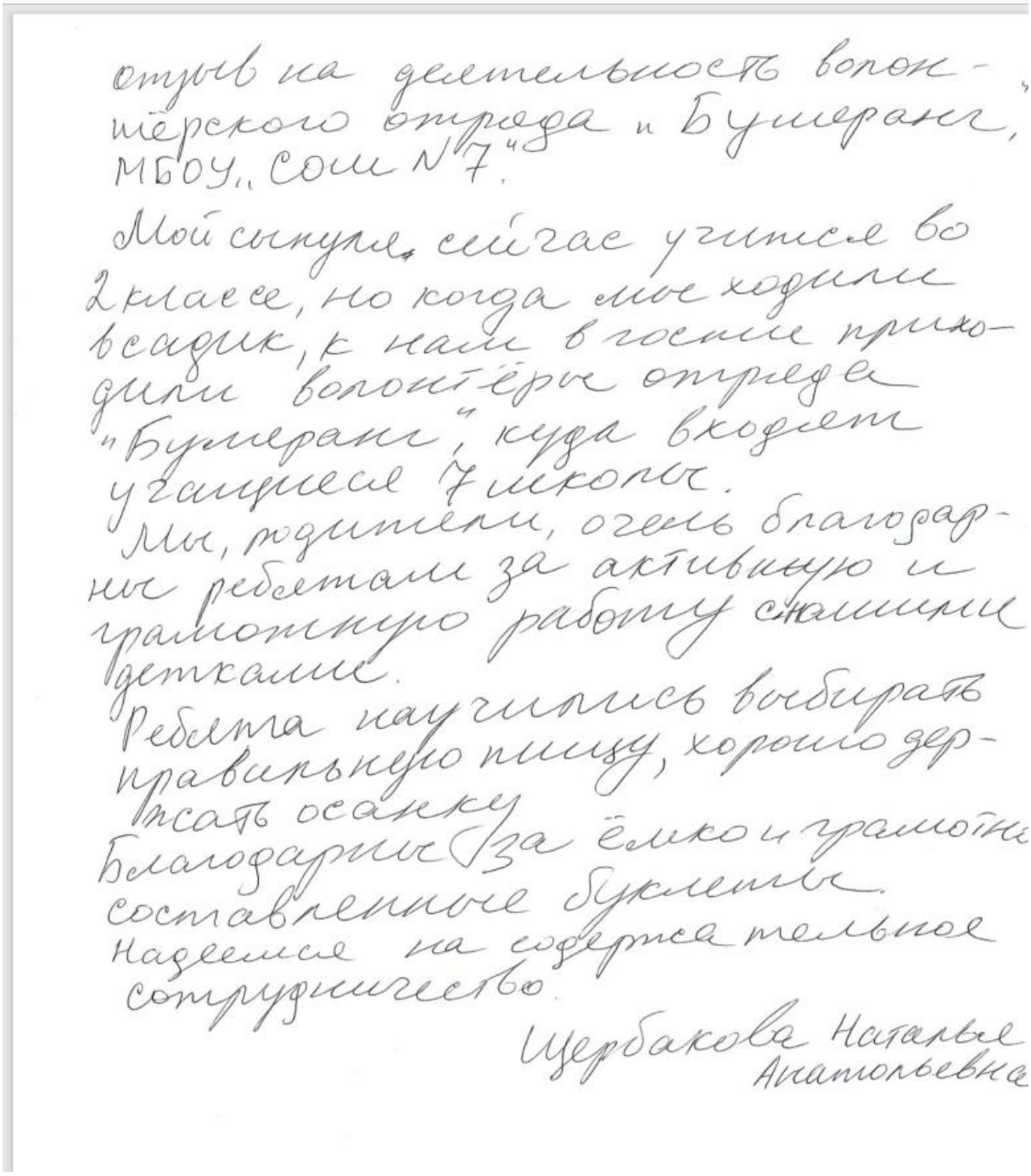
Станция «Сосны»

Ребята с медалями «Эколята»

Театрализованные игры

Приложение №8

Отзывы



Отзыв на деятельность волонтёрского отряда «Бумеранг», МБОУ «СОШ №7».

Мой сынуля сейчас учится во 2 классе, но когда мы ходили в садик, к нам в гости приходили волонтёры отряда «Бумеранг», куда входят учащиеся 7 школы.

Мы, родители, очень благодарны ребятам за активную и грамотную работу с нашими детками.

Ребята научились выбирать правильную линию, хорошо держать осанку.

Благодарим за ёлки и грамотно составленные букеты.

Надеемся на дальнейшее сотрудничество.

Щербакова Наталья Анатольевна

Отзыв от родительницы Щербаковой Н.А.

Отзыв

Обучающиеся 2 класса МБОУ «СОШ №7» активно участвуют в мероприятиях на тему «Экология». Дети с удовольствием слушают новую информацию о животных, растениях, птицах и т.д. Им нравится создавать интересные мини-проекты про здоровье, узнавать себя. Тема проектов «Животные наши друзья», «О чем поют птицы», «Трава у нашего дома», «Космос и мы», «Насекомые и пауки», «Грибы», «Погода – создание дневника».

Ребята участвуют в экологических уроках, олимпиадах.

Большое спасибо ребятам и Злобиной Елене Александровне за помощь в развитии интереса детей к окружающему миру и своему здоровью.

Надеюсь, в старших классах ученики продолжат с такой же любознательностью изучать мир.

Учитель начальных классов: Козырина Анжела Александровна,
МБОУ «СОШ №7»

ОТЗЫВ

На протяжении двух лет ученики старших классов МБОУ «СОШ № 7» проводили в МАДОУ детский сад № 34 ОСП 1 (в старшей и подготовительной группе) мероприятия по здоровому образу жизни. Это были занятия, викторины и конкурсы. Школьники рассказывали о полезности продуктов питания, витаминах, знакомили детей с негативным воздействием на организм человека неправильного питания, вредных привычек, плохой экологии.

Старшеклассники применяли нестандартные подходы к организации мероприятий, каждое занятие было продумано до мелочей: сказочные герои, знакомые детям, красочные задания и многое другое. Ожидание мероприятий воспитанниками всегда было приятным и веселым.

На протяжении всех мероприятий чувствовалась доброжелательность, открытость, взаимопонимание и внимательность со стороны школьников, неподдельный интерес, активность и увлеченность дошколят в выполнении заданий.

Данные мероприятия очень значимы и полезны для воспитанников детского сада. Это, в первую очередь развитие навыков здорового образа жизни, а во-вторых, преемственность между дошкольной организацией и школой.

Воспитатель МАДОУ № 34 ОСП 1 Шер /х Ю. Шерченко/