

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение: Прогрессовская основная
общеобразовательная школа**



Тема: «Мой досуг с пользой – мое здоровье!»



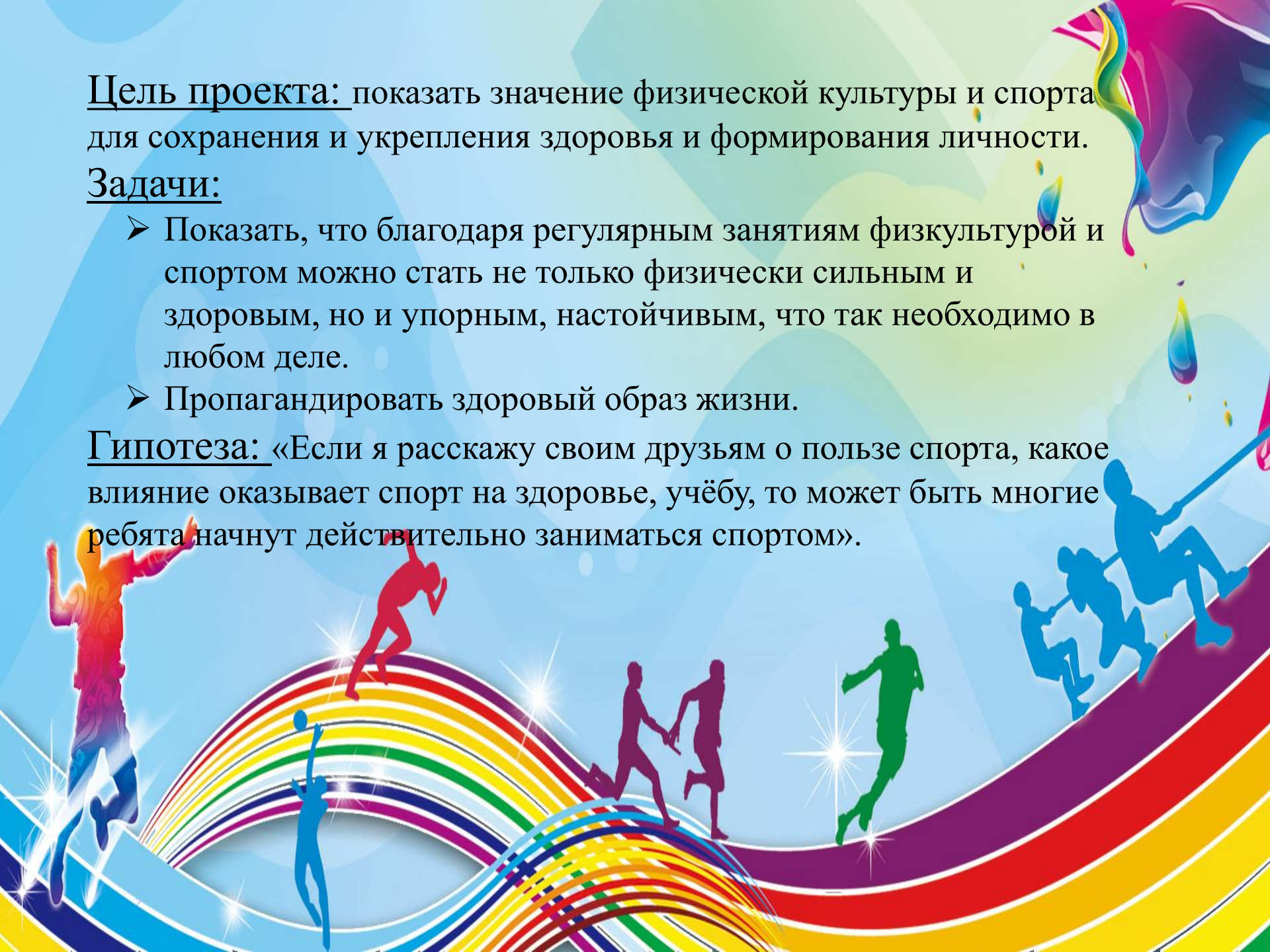
**Выполнили обучающиеся 9 класса: Булычев Роман,
Харина Кристина,
Чернышев Амин**

Цель проекта: показать значение физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья и формирования личности.

Задачи:

- Показать, что благодаря регулярным занятиям физкультурой и спортом можно стать не только физически сильным и здоровым, но и упорным, настойчивым, что так необходимо в любом деле.
- Пропагандировать здоровый образ жизни.

Гипотеза: «Если я расскажу своим друзьям о пользе спорта, какое влияние оказывает спорт на здоровье, учёбу, то может быть многие ребята начнут действительно заниматься спортом».



Возможный потребитель или сфера применения

- ✓ Молодые классные руководители
- ✓ Обучающиеся школы



Реализация проекта

- **Человек - творец своего здоровья, за которое надо бороться.**

Физическая культура представляет собой множество видов ее воплощения, среди которых каждый может выбрать для себя подходящий по уровню своей подготовленности и характеру.

- Спортивные внеурочные занятия, (футбол, баскетбол), Интеллектуальные соревнования (шашки, шахматы) и еще множество видов спортивной деятельности.



Перспективы проекта

- **Правильное питание**
- **Эмоциональное самочувствие**
- **Духовное самочувствие**
- **Интеллектуальное самочувствие**
- **Физически активная жизнь**
- **Гигиена организма**
- **Отказ от вредных привычек**



Разработки, модели проекта



Разработки, модели проекта



Девиз:

"Я здоровье сберегу -
сам себе я помогу!"

