

ZADANIE PROJEKTOWE

„W ZDROWYM CIELE - ZDROWY DUCH”

rok szkolny 2012/2013

1. **Temat:** „ *W zdrowym ciele – zdrowy duch*”
2. **Autor:** mgr Ewa Maruszewska
3. **Adresat:** młodzież II etapu edukacyjnego (*upośledzona w stopniu lekkim*)
4. **Termin realizacji:** rok szkolny 2012/2013
5. **Osoby współpracujące w realizacji projektu:** mgr Katarzyna Wieczorowska, nauczyciele wychowania fizycznego.
6. **Cele projektu:**
 - Poznajowanie zasad zdrowego stylu życia.
 - Wdrażanie do aktywnego spędzania czasu wolnego.
 - Zachęcanie do systematycznego podejmowania wysiłku fizycznego uczniów mniej sprawnych oraz uczniów z nadwagą.
 - Kształtowanie umiejętności bezpiecznego zachowania w różnych sytuacjach oraz miejscach.
 - Poznajowanie różnych form aktywności ruchowej oraz miejsc ćwiczeń..
7. **Formy realizacji:**
 - Pogadanki podczas różnego rodzaju zajęć z dziećmi, spotkań, wycieczek, rajdów, zawodów sportowych itp.
 - Rozmowy z rodzicami podczas spotkań szkolnych oraz indywidualnych.
 - Zachęcanie do brania udziału w pozalekcyjnych formach aktywności ruchowej.
 - Organizacja wycieczek klasowych promujących zdrowy styl życia ze szczególnym uwzględnieniem rajdów i aktywności terenowych, zajęć o charakterze ruchowym, gry w bowling.
 - Organizacja Międzyklasowego Turnieju Gry w Bowling.
 - Prezentacja i podsumowanie aktywności ruchowej uczniów na apelach. szkolnych.

- Prezentacja realizacji projektu na szkolnej stronie internetowej oraz parawanach wystawienniczych.

8. Oczekiwane efekty:

- Zwiększenie sprawności fizycznej ogólnej uczniów.
- Zwiększenie częstotliwości podejmowania wysiłku fizycznego przez uczniów.
- Zwiększenie świadomości wpływu prawidłowego żywienia oraz ćwiczeń na zdrowie i samopoczucie człowieka.
- Aktywny i systematyczny udział uczniów w zajęciach ruchowych oferowanych przez szkołę.
- Zwiększenie u uczniów zainteresowania różnymi formami zajęć ruchowych.

ZADANIA ETAPOWE I TERMINARZ PRAC:

PAŹDZIERNIK 2012:

1. Ustalenie formy realizacji zadania projektowego – E. Maruszewska w porozumieniu z nauczycielami wf.
2. Zapoznanie uczniów z projektem i zachęcenie młodzieży do uczestnictwa w pozalekcyjnych zajęciach ruchowych – E. Maruszewska.
3. Nawiązanie współpracy z instytucjami wspierającymi realizację projektu, takimi jak Centrum Rekreacji NIKU w Poznaniu, Związek Harcerstwa Polskiego Hufiec „Piaś”, klub sportowy – E. Maruszewska, K. Wieczorowska.
4. Rozmowy z rodzicami/opiekunami uczniów z poszczególnych klas podczas zebrań szkolnych – Ewa Maruszewska.

LISTOPAD 2012:

1. Poznawanie różnych form aktywnego spędzania czasu wolnego – organizacja wycieczki na kręgielnię dla klas IV-VI szkoły podstawowej.
2. Monitorowanie udziału uczniów w zajęciach wychowania fizycznego oraz zajęciach sportowych – E. Maruszewska, nauczyciele wf.
3. Konkurs wiedzy o zdrowym stylu życia – konkurs dla klas IV-VI.

GRUDZIEŃ 2012:

1. Poznawanie różnych form aktywności ruchowej oraz różnych dyscyplin sportu - organizacja wycieczki dla klas IV-VI szkoły podstawowej do klubu sportowego / klubu fitness.
2. Zachęcanie i mobilizowanie uczniów do podejmowania aktywności fizycznej ze szczególnym uwzględnieniem uczniów mniej sprawnych, z nadwagą i otyłością.
3. Monitorowanie udziału w zajęciach ruchowych. – E. Maruszewska we współpracy z wychowawcami i nauczycielami wychowania fizycznego.

STYCZEŃ/LUTY 2013:

1. Bezpieczne zabawy na śniegu i lodzie – organizacja wspólnej zabawy na śniegu / świeżym powietrzu (zabawy na śniegu uzależnione od warunków atmosferycznych). Hartowanie organizmu.
2. Apel szkolny – podsumowanie pracy kół sportowych w I semestrze, promocja aktywnego i bezpiecznego spędzania czasu wolnego.

MARZEC 2013:

1. Monitorowanie realizacji założeń zadania projektowego poprzez analizę udziału uczniów w zajęciach pozalekcyjnych o charakterze prozdrowotnym – E. Maruszewska, opiekunowie kół sportowych.
2. Organizacja spotkania ze znaną osobą – pogadanka na temat zdrowego odżywiania oraz wpływu wysiłku fizycznego na zdrowie i samopoczucie człowieka.

KWIECIEŃ 2013:

1. Międzyklasowy Turniej Gry w Bowling – organizacja zawodów na kręgielni dla uczniów z klas IV-VI szkoły podstawowej (samodzielna praca uczniów).
2. Podsumowanie zadania projektowego – wręczenie podziękowań dla osób i instytucji wspierających realizację projektu - E. Maruszewska w porozumieniu z osobami współpracującymi.

SAMODZIELNA PRACA UCZNIÓW:

ORGANIZACJA MIĘDZYKLASOWEGO TURNIEJU GRY W BOWLING:

Podział na grupy – przydział zadań:

GRUPA I – zadania:

- samodzielne przygotowanie odpowiedniego stroju i obuwia do ćwiczeń
- przygotowanie i dopasowanie sprzętu
- kontrola przygotowania do ćwiczeń innych zawodników

GRUPA II – zadania:

- przeprowadzenie rozgrzewki dla wszystkich graczy – przygotowanie do gry
- dokonanie podziału zawodników na drużyny
- podanie podstawowych zasad i przepisów gry

GRUPA III – zadania:

- koordynowanie wprowadzania danych członków drużyn w komputerach
- wyłonienie i ogłoszenie zwycięzców turnieju
- porządkowanie sprzętu po zakończeniu turnieju.

Uczniowie pracują w grupach. Mogą korzystać z pomocy i porady nauczyciela, jednak samodzielnie dzielą się zadaniami i obowiązkami. Dzieci uczą się umiejętności współpracy w grupie, umiejętności samodzielnej organizacji pracy oraz czasu wolnego, czerpania przyjemności z wysiłku fizycznego, zasad zdrowej rywalizacji, przestrzegania norm i zasad. Uczniowie poznają wpływ aktywności fizycznej na organizm i samopoczucie człowieka. Prezentacja drużyn biorących udział w Turnieju podczas Apelu Szkolnego. Pracujemy nad zwiększeniem sprawności ogólnej organizmu, świadomości potrzeby ruchu, wdrażamy nawyki higieniczno-zdrowotne. Wspólnie dokonujemy analizy i podsumowania zadania.

EWALUACJA PROJEKTU:

1. Monitoring realizacji projektu.
2. Konsultacje z zespołem projektowym.
3. Zbieranie danych – określenie mocnych i słabych stron projektu.
4. Wnioski do dalszej pracy.
5. Analiza osiągniętych efektów – opracowanie sprawozdania – E. Maruszewska.

PREZENTACJA PROJEKTU:

1. Apel szkolny.
2. Szkolna strona internetowa.
3. Parawany wystawiennicze.

Opracowała :

mgr Ewa Maruszewska