

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Специализированная школа № 1 им. Д. Карбышева с углубленным изучением
французского языка г. Феодосии Республики Крым»
(МБОУ специализированная школа № 1)

**ПАСПОРТ
ИНДИВИДУАЛЬНОГО ИТОГОВОГО ПРОЕКТА**

Спицын Иван
ученик 10 класса

НА ТЕМУ

«Оздоровительная физическая культура и ее формы. Влияние
оздоровительной физической культуры на организм»

Руководитель проекта:
Халилов Руслан Айдерович
учитель физкультуры

г. Феодосия
2022 год

Паспорт проектной работы

Название проекта – «Оздоровительная физическая культура и ее формы. Влияние оздоровительной физической культуры на организм.»

1. **ФИО руководитель проекта** – Халилов Руслан Айдерович, учитель физической культуры.
2. **Учебный предмет, в рамках которого проводится работа по проекту** – физическая культура, биология.
3. **ФИО обучающегося, класс** – Спицын Иван 10 класс
4. **Тип проекта** – информационный.
5. **Цель проекта** - Показать значение оздоровительной физической культуры, как необходимое условие для нормального развития организма и полноценного функционирования всех его внутренних органов.

6. Задачи проекта:

1. Рассмотреть причины возникновения искривлений позвоночника в дошкольном и подростковом школьном возрасте.
2. Охарактеризовать виды заболеваний связанные с возникновением нарушений осанки тела.
3. Рассмотреть методику исследовательской работы по выявлению деформации позвоночника.
4. Обосновать основные методы профилактики искривления позвоночника, разработать пошаговую реализацию системы мероприятий.

7. Вопросы проекта:

1. Легкая атлетика как олимпийский вид спорта.
2. Легкая атлетика в древности.
3. Какие личностные качества формирует легкая атлетика?
4. Какие физические качества формирует легкая атлетика?

9. Планируемые результаты освоения обучающимися универсальных учебных действий в процессе работы над проектом (предметные, метапредметные, личностные) –

Предметные: сформированность знаний об ЛФК и ее влияние на организм.

Метапредметные: Выявление нарушений осанки тела у подростков на разных параллелях. Развитие творческих и художественных способностей у учащихся. Пропаганда здорового образа жизни. Привлечение большей группы учащихся в спортивные секции, занятиями физкультуры. Формирование правильной осанки тела. Закаливание здоровья.

Личностные: пополнение словарного запаса спортивной терминологией; получение навыков работать в команде, сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития физкультуры и спорта, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира, готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.

Аннотация - Проект «Оздоровительная физическая культура и ее формы. Влияние оздоровительной физической культуры на организм.»

10. Реализация проекта осуществляется учителем физической культуры Халиловым Р.А. и обучающейся 10 класса Чаталовой Мавиле.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ)-это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранения здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроения и отказа от вредных привычек, а **здоровье** –это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов (Устав Всемирной организации здравоохранения)

Проблема

К сожалению, проблемой сферы физической культуры в образовательных учреждениях на сегодняшний день является низкий уровень понимания культуры физического воспитания,

культуры здоровья и здорового образа жизни. Процесс «обычного» урока физической культуры, хотя и предусматривает личностно ориентированный подход обучения, в реалии же развитие, воспитание физических качеств и здоровья учащихся осуществляется на общих для всех условиях, поэтому девушкам и юношам очень важно быть информированными об уровне своей физической подготовленности, состоянии здоровья. Для того чтобы не нанести вред своему организму, во время выполнения нормативов, либо самостоятельных занятий.

Актуальность

На современном этапе актуальной проблемой здоровья у подростков стала проблема формирования и сохранения красивой фигуры и правильной осанки тела. Эту проблему поднимают не только врачи, но и учителя, она беспокоит самих подростков и их родителей. Проблема рассматривается широко на телевидении и в печати. Частично изучается в школе, но я считаю, что этого не достаточно, чтобы знать о том, как сохранить свое здоровье и красивую фигуру на долгие годы.

11.Предполагаемый продукт проекта:

Реферат «Оздоровительная физическая культура и ее формы. Влияние оздоровительной физической культуры на организм.»

8. 12.Этапы работы над проектом

Этап	Содержание работы	Сроки
1. Выдвижение идеи проекта (поисковый)	Предварительное формулирование темы и основных целей выполнения проекта	Ноябрь 2022
2. Составление письменного плана выполнения проекта, оформление паспорта проекта (аналитический.)	Определение источников информации: познакомиться со справочной литературой; изучить материалы в интернете; выбор методов выполнения и формы представления отчета, Составление плана действия	Декабрь 2022
3.Выполнение проекта (практический)	Осуществление действий по сбору необходимой информации, наблюдение; исследование.	Январь – март 2023
4.Завершение проекта (презентационный.)	Анализ выполнения проекта, достигнутых результатов (успехов и неудач), оценка созданного объекта, обобщение.	Март 2023
5. Представление отчета и его оценка (защита)	Подготовка к защите. Защита проекта перед экспертами	Апрель 2023