

«Утверждаю»

Директор МБУ «ЦБС»

Львова Е.Г.



«Формула бодрости» (0+)

Библиотечный проект по здоровому образу жизни

Организатор: Модельная детско-юношеская библиотека им. В.Н. Козлова

Название проекта: «Формула бодрости»

Участники проекта: дошкольные учреждения города, учащиеся младших, средних и старших классов общеобразовательных учреждений города.

Цели: создание условий для формирования культуры здорового образа жизни у детей посредством проведения тематических мероприятий.

Задачи:

- повысить информированность о принципах ЗОЖ (питание, физическая активность, сон, управление стрессом);
- мотивировать к регулярной физической активности и отказу от вредных привычек (табак, злоупотребление алкоголем);
- создать благоприятные условия для формирования ценностного отношения к ЗОЖ, как к одному из главных путей в достижении успеха;
- воспитать активные жизненные позиции, ответственное отношение к своему здоровью;
- разработать рекомендации, буклеты, памятки, флаеры, которые помогут каждому начать вести здоровый образ жизни, даже возможно его советовать;
- популяризация внеурочной литературы по здоровому образу жизни;

Социальная значимость проекта:

Тематические мероприятия по здоровому образу жизни, которые будут проходить в рамках данного проекта, предоставляют участникам возможность узнать о важности правильного питания и физической активности, что способствует повышению уровня осведомленности о здоровье.

Участники смогут освоить практические навыки, которые помогут им внедрить здоровые привычки в повседневную жизнь, такие как планирование рациона и выбор физической активности.

Таким образом, проект не только способствует личному развитию участников, но и вносит вклад в здоровье общества в целом.

Ожидаемые результаты:

Ожидаемые конечные результаты и показатели от реализации проекта:

- Проведение не менее 10 мероприятий для участников проекта.
- Привлечение к участию в мероприятиях не менее 200 человек.

Сроки: 2026 год

Библиотекарь: Атаева А.Ю.

Календарный план реализации проекта

Дата	Наименование мероприятия Форма работы, категория пользователей	Ответственный
Январь – декабрь	Разработка флаеров, буклетов, памяток и рекомендаций к проводимым мероприятиям в течении года	Атаева А.Ю.
Январь	«Ярмарка здоровья» (0+) Книжная выставка про здоровый образ жизни в рамках проекта «Формула бодрости»	Атаева А.Ю.
Январь	«Богатырские забавы» (0+) Развлекательные игры к дню былинного богатыря Ильи Муромца в рамках проекта «Формула бодрости»	Атаева А.Ю.
Февраль	«Солдатская эстафета» (6+) Игровая программа к Дню защитника Отечества в рамках проекта «Формула бодрости»	Атаева А.Ю.
Апрель	«Традиционные хантыйские игры» (0+) Игровая программа к вороньему празднику в рамках проекта «Формула бодрости»	Атаева А.Ю.
Май	«Как сохранить свое здоровье» (12+) Час–общение к Всемирному дню здоровья в рамках проекта «Формула бодрости»	Атаева А.Ю.
Май	«Мы не курим - присоединяйся!» (12+) Акция на улицах города и раздача флаеров к Всемирному дню без табака в рамках проекта «Формула бодрости»	Атаева А.Ю.
Июль	«Здоровое поколение» (0+) Спортивные игры к Дню семьи, любви и верности в рамках проекта «Формула бодрости»	Атаева А.Ю.
Октябрь	«Здоровое питание – успешное образование» (12+) Воспитательное мероприятие к Дню здорового питания	Атаева А.Ю.
Декабрь	«Пешком на работу и в школу» (12+) Акция в рамках проекта «Формула бодрости»	Атаева А.Ю.