

Енергія здоров'я: шлях до активного та щасливого життя

Мета проєкту:

*Дослідити взаємозв'язок між фізичним,
психічним та емоційним здоров'ям, а
також розробити стратегії для
підтримки енергії здоров'я в
повсякденному житті.*



*"Ми створюємо
спільноту, яка змінює
ставлення до здоров'я
— від обов'язку до
натхнення."*

ХТО МИ?



1. Оксана Лоїш, вчитель фізичної культури
2. Назарій Слав'як, вчитель фізичної культури
3. Ігор Панчишин, вчитель фізичної культури
4. Юрій Жорданія, вчитель фізичної культури
5. Романа Харченко, вчитель фізичної культури
6. Андрій Джичка, вчитель фізичної культури
7. Михайло Гошилик, вчитель англійської мови
8. Володимир Лаба, вчитель фізичної культури
9. Андрій Папіш, вихователь групи подовженого дня



✓ Наші яскраві проєкти

- Майстерка для учнівського самоврядування “Барви”
- Майстерка для педагогів школи
- Організація спортивних заходів в фестивалі “Leo school olimp”



Результат “Як ми зростали”

Протягом року спільнота «Енергія здоров'я» організовувала участь школярів у спортивних лігах, руханках, челенджах і веселих перервах.

Педагоги проводили лекції та тренінги про здорове харчування, виготовляли наочні матеріали, зокрема "Тарілка здорового харчування".

У школі реалізується проєкт «Активуй свою школу», що сприяє створенню динамічного й здорового середовища.

Активності доповнюються патріотичним вихованням через спорт та мотиваційною акцією «Почни з себе!».



> SWOT аналіз



1 Сильні сторони:

- Активне залучення учнів, вчителів і батьків до різних форматів діяльності (спорт, лекції, флешмоби).
- Практичний підхід — формування здорових звичок через мотиваційні акції, челенджі, проєкти.
- Підтримка командного духу та активного способу життя у шкільному середовищі.
- Інтеграція фізичного здоров'я з вихованням патріотизму і саморозвитку.



3 Можливості

- Партнерство з місцевими спортклубами, лікарями, громадськими організаціями.
- Використання сучасних онлайн-платформ для мотивації і навчання (челенджі, вебінари).
- Залучення спонсорів для покращення матеріально-технічної бази.
- Розвиток лідерських навичок учнів через роль Health-leaders.

2 Слабкі сторони:

- Обмежені ресурси (час, приміщення, обладнання) для проведення всіх активностей.
- Низький рівень мотивації або зацікавленості частини учнів та батьків.
- Недостатній досвід організації масштабних заходів у деяких учасників.
- Можливі конфлікти з навчальним навантаженням і розкладом уроків.

4 Загрози:

- Зниження інтересу через перевантаженість учнів навчанням і гаджетами.
- Відсутність стабільної підтримки з боку батьків та дітей.
- Погодні умови, які можуть обмежувати проведення активностей на свіжому повітрі.
- Ризик поширення захворювань, що обмежують групові заходи.



Наші плани на майбутнє



1. Поглиблення спортивної діяльності — організувати регулярні внутрішньошкільні турніри з нових видів спорту та активні змагання між класами.
2. Розвиток здорового харчування — впровадити шкільний проєкт з моніторингу якості їжі в їдальні та створити клуб “Юний дієтолог”.
3. Психологічна підтримка і стрес-менеджмент — провести тренінги та майстер-класи з технік релаксації, тайм-менеджменту та мотивації.
4. Екологічні та активні проєкти — ініціювати еко-прогулянки, висадження дерев, прибирання території школи в рамках “Здоров’я і природа — разом”.
5. Впровадження цифрових інструментів — створити онлайн-челенджі, мобільні нагадування про рухову активність і здорове харчування.
6. Розширення патріотичних ініціатив через спорт — проводити тематичні спортивні заходи, приурочені до важливих дат країни, із залученням громади.
7. Підвищення компетентності учасників — організувати обмін досвідом, семінари для дітей та вчителів про здоровий спосіб життя.