

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Гимназия № 4»

Принято на заседании педагогического совета МАОУ «Гимназия №4» Протокол № 3 от «29» декабря 2023г.

Согласовано с Управляющим советом МАОУ «Гимназия № 4» от «26» декабря 2023г.

Утверждено приказом № 01-11/110 от «29» декабря 2023 г. Директора МАОУ «Гимназия № 4» Ю.Л.Зыбина



## ПОЛОЖЕНИЕ

об организации проектной деятельности обучающихся 10-ых классов в МАОУ «Гимназия № 4»

### 1. Общие положения

1.1. Настоящее «Положение об организации проектной деятельности обучающихся 10-ых классов в МАОУ «Гимназия № 4» (далее – Положение, Гимназия) определяет цели и задачи проектной деятельности Гимназии, порядок ее организации и общие требования к содержанию и оценке проектных работ обучающихся.

1.2. Настоящее положение разработано на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения от 31.05.2021 № 286;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения от 31.05.2021 № 287;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки от 06.10.2009 № 373;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки от 17.12.2010 № 1897;
- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения от 17.05.2012 № 413;
- Федеральной образовательной программы начального общего образования, утвержденной приказом Минпросвещения от 18.05.2023 № 372;
- Федеральной образовательной программы основного общего образования, утвержденной приказом Минпросвещения от 18.05.2023 № 370;
- Федеральной образовательной программы среднего общего образования, утвержденной приказом Минпросвещения от 18.05.2023 № 371;
- Устава МАОУ «Гимназия № 4»

1.3. Проектная работа может носить предметную, метапредметную, межпредметную направленность.

## **2. Место индивидуального проекта в ООП СОО МАОУ «Гимназия № 4»**

- 2.1. Индивидуальный проект является обязательной формой обучения и входит в перечень учебных предметов на уровне среднего общего образования.
- 2.2. На выполнение данного учебного предмета ООП СОО МАОУ «Гимназия № 4» в учебном плане предусмотрено 34 учебных часа, которые реализуются в течение одного учебного года (10 класс - 1 час в неделю).

## **3. Требования к организации работы над индивидуальным проектом**

- 3.1. Участниками процесса разработки индивидуальных проектов являются:
  - авторы-разработчики проектов (обучающиеся 10-ых классов МАОУ «Гимназия № 4»),
  - руководители проектов (теоретическая часть),
  - консультанты (возможны из числа учителей МАОУ «Гимназия № 4»),
  - внешние эксперты,
  - координатор проектов (заместитель директора по УВР)
  - классные руководители.
- 3.2. Авторы-разработчики проектов – обучающиеся – должны выполнить индивидуальный проект в соответствии с выбранной темой, разработанной программой реализации проектного задания, публичной защитой полученного продукта, получив за свою работу отметку по учебному предмету "Индивидуальный проект". Текущие отметки не выставляются.
- 3.3. Руководители проектов назначаются на текущий учебный год. Руководитель наравне с обучающимся несет ответственность за успешное выполнение индивидуального проекта. В задачи руководителя проекта входит:
  - проведение теоретических занятий с группой по основам проектной деятельности;
  - учет посещаемости обучающихся;
  - ознакомление обучающихся с Положением об индивидуальном проекте;
  - помощь обучающимся в определении темы, цели и задач проекта;
  - совместная разработка программы выполнения проекта;
  - мониторинг хода работы над проектом;
  - подготовка к защите индивидуального проекта обучающимися;
  - оценивание достижения обучающимися метапредметных результатов в процессе выполнения индивидуального проекта.
- 3.4. У каждого обучающегося должен быть консультант или консультанты (в случае разработки обучающимся метапредметного или межпредметного содержания проекта). Консультант индивидуального проекта оказывает помощь по отбору содержания материала, проведению практической части и т.д.
- 3.5. Внешними экспертами индивидуального проекта могут быть на предварительном этапе учителя МАОУ «Гимназия № 4», не имеющие отношения к разработке проекта, специалисты других образовательных учреждений города (общего; средне-профессионального или высшего образования); на этапе итоговой защиты проекта - члены независимого жюри (приглашенные специалисты,

представители родительской общественности, заинтересованные в этой области деятельности лица).

3.6. Координатор проектов. В задачи координатора входит:

- проведение Ярмарки проектов;
- составление общего списка авторов и руководителей индивидуальных проектов;
- контроль за проведением индивидуальных консультаций по реализации проектных программ;
- оказание методической помощи учителям МАОУ «Гимназия № 4» в ходе выполнения проектов;
- контроль за организацией условий, необходимых для проектной деятельности обучающихся (помещения, доступ к мультимедийной технике, установка программного обеспечения и т.д.);
- при необходимости - организация независимой экспертной оценки содержательного уровня проекта;
- организация и проведение предзащиты и итоговой защиты индивидуальных проектов;

3.7. Классные руководители осуществляют контроль за соблюдением сроков выполнения проектных работ обучающимися, координируют и консультируют родителей (по мере необходимости).

3.8. Этапы разработки индивидуальных проектов в МАОУ «Гимназия № 4» и их оценка:

- подготовительный период;
- планирование (оформление индивидуальной программы реализации проекта);
- установочная конференция;
- работа над проектом;
- предзащита;
- корректировка полученного результата в соответствии с рекомендациями внешней экспертизы;
- подготовка проекта к итоговой публичной защите;
- публичная защита индивидуального проекта;
- участие проекта во внешних конференциях и конкурсах различных уровней (возможное);
- оформление материалов для сдачи в архив МАОУ «Гимназия № 4».

Оценивание проекта происходит только на этапе итоговой его защиты.

3.8.1. Подготовительный период (май 9 класса – до 10 сентября 10 класса):

- Ярмарка проектов (представление консультантами возможных тем для ведения проектной деятельности, краткой аннотации проекта);
- выбор предполагаемой учебной области и темы проекта;
- выбор консультанта проекта.

3.8.2. Планирование (оформление индивидуальной программы реализации проекта – сентябрь 10 класса):

- формулирование цели и задач проекта;
- определение типа и формы проекта;
- планирование структуры проектной работы;
- выдвижение основной гипотезы (при необходимости);
- определение источников необходимой информации;
- определение способов сбора и анализа информации;
- согласование этапов выполнения проекта; формулировка задач каждого этапа;
- ознакомление с процедурой и критериями оценки результатов проекта;
- оформление установочных документов проектирования (программы/плана выполнения проекта).

3.8.3. Установочная конференция (октябрь 10 класса)

Авторы проектов в присутствии независимых экспертов, руководителей и консультантов проектов представляют выбранную ими тему проекта и понятийный аппарат (цель, задачи проекта, актуальность, его тип и форма, гипотеза (при необходимости), способы сбора и анализа информации). Независимые эксперты дают оценку эффективности проведенного этапа «Планирование» в соответствии с критериями (Приложение 1).

3.8.4. Работа над проектом (октябрь – январь 10 класса):

- сбор и уточнение информации (основные инструменты: интервью, опросы, наблюдения, эксперименты и т.п.);
- выявление и обсуждение альтернатив, возникших в ходе выполнения проекта;
- выбор оптимального варианта хода проекта;
- поэтапное выполнение задач проекта:
- сбор необходимой информации, работа с источниками,
- работа с полученной информацией - анализ, обработка и обобщение, проведение экспериментов и опытов;
- формулирование выводов;
- самоанализ полученного продукта (сравнение с выдвинутой гипотезой);
- оформление результатов, подготовка их к внешней экспертизе, планирование формата оформления работы к итоговой защите.

3.8.5. Предзащита (февраль 10 класса):

Члены независимого жюри в присутствии руководителя проекта и консультантов дают характеристику содержанию проектной работы и ее соответствие критериальной базе и дают оценку эффективности проведенного этапа «Работа над проектом» в соответствии с критериями (Приложение 2).

3.8.6. Корректировка полученного результата в соответствии с рекомендациями внешней экспертизы (февраль – апрель 10 класса):

В соответствии с полученными в ходе экспертизы замечаниями, рекомендациями и пожеланиями автор и руководитель проекта анализируют возможные пути корректировки материалов и разрабатывают план доработки проекта.

3.8.7. Подготовка проекта к итоговой публичной защите (апрель 10 класса):

- самоанализ выполнения проекта, достигнутых результатов (успехов и неудач) и причин этого;
- подготовка мультимедийной презентации-отчета о ходе выполнения проекта с объяснением полученных результатов (при необходимости);
- подготовка других материалов, необходимых при защите индивидуального проекта.

3.8.8. Публичная защита индивидуального проекта (апрель 10 класса):

- публичная защита проектов осуществляется на Общегимназической конференции в апреле текущего учебного года на межпредметных секциях;
- формат защиты (регламент и т.п.) проекта на Конференции соответствует Настоящему Положению: процедура защиты состоит в 8 минутном выступлении обучающегося, который раскрывает актуальность, поставленные задачи, суть проекта и выводы, далее следуют ответы на вопросы жюри;
- оценивается публичная защита жюри Конференции в соответствии с критериями, утвержденными настоящим Положением.

3.8.9. Участие проекта во внешних конференциях и конкурсах различных уровней:

индивидуальный проект, набравший в общем рейтинге большее количество баллов, может быть рекомендован научно-методическим советом МАОУ «Гимназия № 4» к участию во внегимназических конференциях и конкурсах различных уровней.

3.8.10. Оформление материалов для сдачи в архив МАОУ «Гимназия № 4»:

Автор проекта при содействии руководителя проекта оформляет и сдает в архив МАОУ «Гимназия № 4» все материалы созданного проекта (сам проект, индивидуальную программу выполнения проекта).

#### **4. Виды индивидуального проекта**

4.1. Индивидуальный проект представляет собой учебный проект, выполняемый обучающимися в рамках одного или нескольких учебных предметов с целью продемонстрировать свои достижения в самостоятельном освоении содержания и методов избранных областей знаний и видов деятельности, способность проектировать и осуществлять целесообразную и результативную деятельность (учебно-познавательную, конструкторскую, социальную, художественно-творческую, иную).

4.2. Защита индивидуального проекта является одной из обязательных составляющих системы внутришкольного мониторинга образовательных достижений.

4.3. По видовым характеристикам индивидуальный проект может быть

- информационный (поисковый),
- исследовательский,

- творческий,
  - социальный,
  - прикладной (практико-ориентированный, конструкторский),
  - инновационный.
- 4.4. **Информационный проект** направлен на сбор информации о каком-либо объекте или явлении с целью анализа, обобщения и представления информации для широкой аудитории. Такие проекты требуют хорошо продуманной структуры и возможности её коррекции по ходу работы. Выходом проекта может быть публикация в СМИ, в том числе в сети Интернет.
- 4.5. **Исследовательский проект** по структуре напоминает научное исследование. Он включает в себя обоснование актуальности выбранной темы, постановку задачи исследования, обязательное выдвижение гипотезы с последующей её проверкой, обсуждение и анализ полученных результатов. При выполнении проекта должны использоваться методы современной науки: лабораторный эксперимент, моделирование, социологический опрос и др.
- 4.6. **Творческий проект** – это самостоятельно разработанный и изготовленный продукт от идеи до её воплощения, при минимальном участии учителя. Целью любого творческого проекта является преобразование окружающей человека действительности. Такой проект может не иметь детально проработанной структуры, участники договариваются о планируемых результатах (изделие, газета, сочинение, сценарий и т.д.)
- 4.7. **Социально ориентированный проект** нацелен на решение социальных задач, отчетные материалы по социальному проекту могут включать как тексты, так и мультимедийные продукты, видео-, фото- и аудиоматериалы.
- 4.8. **Прикладной (практико-ориентированный, конструкторский) проект** обязательно предполагает практический выход: выполнение изделия, удовлетворяющего конкретную потребность и затрагивающего интересы всех участников проекта, либо направленного на решение общественных проблем, материальный объект, макет, иное конструкторское изделие, с полным описанием и научным обоснованием его изготовления и применения.
- 4.9. **Инновационный проект** - проект, содержащий технико-экономическое, правовое и организационное обоснование конечной инновационной деятельности. Итогом разработки инновационного проекта служит документ, включающий в себя подробное описание инновационного продукта, обоснование его жизнеспособности. Цель инновационного проекта - создание новых или изменение существующих систем - технической, технологической, информационной, социальной, экономической, организационной и достижение в результате коренного улучшения качества продукции.
- 4.10. По содержанию проект может быть: монопредметный, метапредметный, межпредметный, относящийся к области знаний (нескольким областям), относящийся к области деятельности и пр. Выбранная обучающимся тема

проектной работы может реализовывать познавательный мотив, ориентироваться на интересы и увлечения обучающегося, решение личностных проблем.

4.11. Результатом (продуктом) проектной деятельности может быть любая из следующих работ:

а) печатная работа (эссе, реферат, буклет, аналитические материалы, обзорные материалы, отчёты о проведённых исследованиях, стендовый доклад, мультимедийные формы и др.);

б) художественная творческая работа (в области литературы, музыки, изобразительного искусства, экранных искусств), представленная в виде прозаического или стихотворного произведения, инсценировки, музыкального произведения, компьютерной анимации и др.;

в) материальный объект, макет, иное конструкторское изделие с аналитическими описаниями модели;

г) отчетные материалы по социальному проекту, которые могут включать как тексты, так и мультимедийные продукты.

## **5. Требования к оцениванию индивидуального проекта**

5.1. Итогами проектной деятельности следует считать не столько предметные результаты, сколько интеллектуальное, личностное развитие школьников, рост их компетенции в выбранной для исследования или проекта сфере, профессиональное самоопределение, формирование умения самостоятельно работать, уяснение сущности проектной работы, которая рассматривается как показатель успешности (неуспешности) исследовательской деятельности.

5.2. Критерии оценки проектной работы разработаны с учетом целей и задач проектной деятельности на данном этапе образования. Индивидуальный проект оценивается по следующим критериям:

5.2.1. Способность к самостоятельному приобретению знаний и решению проблем, проявляющаяся в умении поставить проблему и выбрать адекватные способы её решения, включая поиск и обработку информации, формулировку выводов и/или обоснование и реализацию/апробацию принятого решения, обоснование и создание прогноза, модели, макета, объекта, творческого решения и т. п. Данный критерий в целом включает оценку сформированности познавательных учебных действий.

5.2.2. Сформированность предметных знаний и способов действий, проявляющаяся в умении раскрыть содержание работы, грамотно и обоснованно в соответствии с рассматриваемой проблемой/темой использовать имеющиеся знания и способы действий.

5.2.3. Сформированность регулятивных действий, проявляющаяся в умении самостоятельно планировать и управлять своей познавательной деятельностью во времени, использовать ресурсные возможности для достижения целей, осуществлять выбор конструктивных стратегий в трудных ситуациях.

5.2.4. Сформированность коммуникативных действий, проявляющаяся в умении ясно изложить и оформить выполненную работу, представить её результаты, аргументированно ответить на вопросы.

5.3. Схема оценивания индивидуального проекта:

### 5.3.1 Критериальный лист №1 (Установочная конференция)

№	Фамилия И.О. обучающегося	Тема проекта	актуальность и важность темы	План выполнения	Целеполагание	Формулировка задач	Речевое оформление	Сумма баллов	Вид проекта	Предполагаемый продукт	Тьютор (при наличии)
			3	3	3	3	3	15	+/-	+/-	+/-

### 5.3.2. Критериальный лист №2. (Предзащита)

№	Фамилия И.О. обучающегося	Тема проекта	Соответствие цели-задачи -результат	Актуальность Гипотеза (при	Способы сбора и анализ информации	Структура проекта	Речевое оформление	Вид проекта	Презентация	Предполагаемый продукт	Практическое значение	Сумма баллов
			3	3	3	3	3	1	1	1	2	20

### 5.3.3. Критериальный лист №3. (Защита проекта)

№	Фамилия И.О. обучающегося	Тема проекта	Качество выступления	Качество ответов на вопросы	Оформление демонстрационного материала (презентации)	Использование демонстрационного материала	Оформление печатного варианта проекта	Соблюдение регламента защиты	Освоение курса	Сумма баллов	Итоговая оценка
1.			5	3	3	3	3	3	5	25	

## Критерии оценивания защиты индивидуального проекта

Критерий	Балл
<b>1. Качество выступления</b>	
Доклад зачитывается.	1
Доклад пересказывается, но не объяснена суть работы.	2
Доклад пересказывается, суть работы объяснена.	3
Кроме хорошего доклада показывает владение иллюстративным материалом.	4
Текст доклада объясняется своими словами, суть работы объяснена, прослеживается логика.	5
<b>2. Качество ответов на вопросы</b>	
Нет четкости ответов на большинство вопросов. Ответы на поставленные вопросы однословные, неуверенные. Автор не может защищать свою точку зрения.	1
Ответы на большинство вопросов. Автор уверенно отвечает на поставленные вопросы, но не до конца обосновывает свою точку зрения.	2
Ответы на все вопросы убедительно, аргументированно. Автор проявляет хорошее владение материалом, уверенно отвечает на поставленные вопросы, доказательно и развернуто обосновывает свою точку зрения.	3
<b>3. Оформление демонстрационного материала</b>	
Представлен плохо оформленный демонстрационный материал.	1
Демонстрационный материал хорошо оформлен, но есть отдельные претензии.	2
К демонстрационному материалу нет претензий.	3
<b>4. Использование демонстрационного материала</b>	
Представленный демонстрационный материал не используется в докладе. Не выдержаны основные требования к дизайну презентации.	1
Представленный демонстрационный материал используется в докладе. Средства наглядности используются, выдержаны основные требования к дизайну презентации, отсутствует логика подачи материала, нет согласованности между презентацией и текстом доклада.	2
Представленный демонстрационный материал используется в докладе, информативен, автор свободно в нем ориентируется. Средства наглядности используются, выдержаны основные требования к дизайну презентации, подача материала логична, презентация и текст доклада полностью согласованы.	3
<b>5. Соблюдение регламента защиты (не более 5–7 минут) и степень воздействия на аудиторию</b>	
Материал изложен с учетом регламента, однако автору не удалось заинтересовать аудиторию.	1
Автору удалось вызвать интерес аудитории, но он вышел за рамки регламента.	2
Автору удалось вызвать интерес аудитории и уложиться в регламент.	3
<b>6. Оформление печатного варианта проекта</b>	

Текст проекта оформлен с нарушениями к требованиям	1
Текст оформлен с незначительными недочетами	2
Оформление текста полностью соответствует положению	3
<b>7. Освоение курса</b>	
Посещаемость занятий	1
Активность на занятиях	1
Освоение теоретического курса	3
<b>Итого</b>	<b>25</b>

5.4. Результаты выполненного проекта оцениваются в формате оценки по количеству набранных баллов при публичной защите индивидуального проекта:

Количество баллов	Оценка
0-5	2
6-14	3
15-20	4
20-25	5

## 6. Требования к содержанию и оформлению проекта

6.1. Структура проекта:

Структура	Требования к содержанию
<b>Титульный лист</b>	<b>Содержит:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наименование учебного заведения;</li> <li>- фамилию, имя и отчество автора, класс;</li> <li>- тему работы;</li> <li>- фамилию, имя и отчество руководителя (учитель) и консультанта (-ов);</li> <li>- город и год</li> </ul>
<b>Оглавление</b>	- наименование всех глав, разделов с указанием номеров страниц, на которых размещается материал
<b>План проекта</b>	- короткое перечисление этапов и график их выполнения
<b>Введение</b> (вступление) (рекомендуемый объем 1-2 страницы)	- оценка современного состояния решаемой проблемы или задачи; - актуальность работы; <ul style="list-style-type: none"> <li>- цель работы, задачи, которые должны быть решены в этой работе, пути их выполнения, характеристика предмета исследования, гипотеза (при необходимости)</li> </ul>
<b>Основная часть</b> (не более 8-10 страниц)	<b>Состоит</b> из глав (разделов), в которых содержится материал по конкретной исследуемой теме: <b>Методики проведения</b> содержит подробное описание самой методики. Приводится список вопросов, которые были

	использованы для выполнения методик эксперимента. Приводится мнение консультантов, участвующих в исследовании и помогавших добиться желаемых результатов. <b>Научная (теоретическая) часть работы</b> содержит краткий анализ автора прочитанной литературы по данной теме, описывает процессы или явления, которые иллюстрируют основное содержание и непосредственно относятся к экспериментальной части работы.
<b>Заключение</b>	<b>Краткие выводы</b> по результатам выполненной работы должны состоять из нескольких пунктов, подводящих итог выполненной работы; автор анализирует полученные в ходе эксперимента данные.
<b>Глоссарий</b>	Основные термины, используемые в проекте (исследовательской работе) на русском языке.
<b>Список информационных источников</b>	<b>Должен</b> содержать перечень источников, использованных при написании работы.

6.2. Требования к оформлению текстового документа:

- Страница: формат А4;
- Поля: верх – 2 см, низ – 2,5 см, слева – 2,5 см, справа – 1 см;
- Шрифт кегль 12, гарнитура Times New Roman;
- Межстрочный интервал 1,5.
- Количество страниц не более 14, включая титульный лист.
- Пример правильного оформления списка литературы, титульного листа, оглавления

## **7. Перечень и порядок оформления отчетной документации**

7.1. основополагающим документом в процедуре разработки индивидуального проекта является настоящее Положение.

7.2. Документом строгой отчетности по реализации индивидуального проекта является электронный журнал (ведет руководитель проекта), журнал сопровождения индивидуальных проектов (контролирует ведение координатор проектов), в которых фиксируются посещаемость обучающимися и количество проведенных консультаций по содержанию проекта.

7.3. Настоящее Положение вступает в силу с даты утверждения его директором школы и действует бессрочно.

ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ ПЕЧАТНОГО ВАРИАНТА ПРОЕКТА	ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ ПРЕЗЕНТАЦИЙ
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Должен состоять из семи частей: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Титульный лист</li> <li>– Содержание</li> <li>– Введение</li> <li>– Основная часть</li> <li>– Заключение</li> <li>– Список литературы</li> <li>– Приложения (их наличие зависит от темы работы)</li> </ul> </li> <li>2. Страница формат А4. Количество страниц не более 14.</li> <li>3. Шрифт: Times New Roman, 12 пт, выравнивание текста по ширине.</li> <li>4. Каждый новый абзац начинается с отступа в 1,25 см.</li> <li>5. Межстрочный интервал – полуторный.</li> <li>6. Поля слева – 2,5 см, справа – 1 см, сверху – 2 см, снизу – по 2,5 см.</li> <li>7. Нумерация внизу страницы, посередине. Титульный лист включают в общую нумерацию страниц работы. Номер страницы на титульном листе не проставляют.</li> <li>8. Названия разделов располагаются посередине страницы, прописными буквами, выделяются жирным шрифтом и оформляются как заголовки первого уровня.</li> <li>9. Названия подразделов выделяются жирным, оформляются как заголовки второго уровня.</li> <li>10. Используется автособираемое оглавление.</li> <li>11. Списки делают автоматические (нумерованные или маркированные).</li> <li>12. Формат реферата — .docx (doc)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Единый стиль оформления.</li> <li>2. Для фона более холодные тона (синий, зеленый).</li> <li>3. Фон слайдов должен быть одинаковый.</li> <li>4. Для фона и текста используют контрастные цвета (не более трех цветов)</li> <li>5. Титульный лист презентации должен содержать следующие <u>сведения</u>: название гимназии, название проекта, ФИО автора, класс, ФИО руководителя, город, год.</li> <li>6. Рекомендуемые размеры шрифтов: для заголовков – 36 пунктов; для основного текста – 24 пункта.</li> <li>7. Шрифты без засечек (Arial, Acrobat, и др.).</li> <li>8. Нельзя смешивать разные типы шрифтов в одной презентации.</li> <li>9. Для выделения информации следует использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание.</li> <li>10. Диаграммы, таблицы, фотографии (шрифт в таблице не менее 14 пунктов) занимают не менее 1/3 площади слайда</li> </ol>

Образец оформления титульного листа

Муниципальное автономное общеобразовательное  
учреждение «Гимназия № 4»

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ**

**Тема: «Здоровый образ жизни»**

**Автор:**

Иванов Иван

обучающийся 10 «А» класса

**Руководитель:**

Петрова М.И.

учитель биологии

г. Норильск, 2024 г.

Образец оформления содержания  
СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
1. Режим дня как основа здорового образа жизни.....	4
1.1 Здоровье как ценность человека.....	4
1.2 Составляющие здорового образа жизни.....	5
1.3 Понятие и значение режима дня в обеспечении здорового образа жизни.....	6
2. Режим дня для людей различных возрастных категорий.....	8
2.1 Режим дня детей и подростков .....	8
2.2 Режим дня взрослого человека.....	10
ЗАКЛЮЧЕНИЕ. ....	13
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	14
ПРИЛОЖЕНИЕ .....	15

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Государство и право : электрон. журн. 2021. Вып. 3. 232 с. URL: <https://gospravo-journal.ru/issue.2021.1.3.3/>. Дата публикации: 20.04.2021.
2. Газета.ру : сайт / учредитель АО "Газета.Ру". Москва, 1999 - . Обновляется в течение суток. URL: <https://www.gazeta.ru> (дата обращения: 15.04.2018).
3. Правительство Российской Федерации : офиц. сайт. Москва. Обновляется в течение суток. URL: <http://government.ru> (дата обращения: 18.07.2021).
4. eLIBRARY.RU : науч. электр. б-ка : сайт. Москва, 2000 - .URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения: 09.01.2018). Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.