

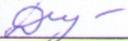
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.ЯГОДНОЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
СТАВРОПОЛЬСКИЙ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

Принято

Педагогическим советом Учреждения

протокол № 12 от «30» июня 2015 г.

Председатель собрания

 Дашкевич Ф.А.

Утверждено

Приказом директора ГБОУ СОШ с.Ягодное

приказ № 149/1-ОД от «30» июня 2015 г.

Директор Учреждения

 Дашкевич Ф.А.



**Учебно-воспитательная программа  
"Здоровье"**

Составители:

Максимова И.А. – зам. директора по ВР

Аршинова Л.И. – зам. директора по УВР

Дашкевич С.П. – учитель физкультуры

2015г.

## Пояснительная записка

Развитие полноценной личности немислимо без сохранения и поддержания здоровья. Отсутствие здоровья часто лежит в основе отчуждения, ограниченной коммуникации, недостаточного самоуважения. Сохранение здоровья каждого - залог здоровья нации.

Статистические данные за последние годы показывают высокую заболеваемость детского населения. Анализ показывает, что это обусловлено ухудшением социально-экономической обстановки, обострением проблем рационального питания, снижением уровня здоровья родителей и детей, наследственностью. У учащихся и их родителей не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни. Это сделало необходимым введение в учебно-воспитательную программу школы блока «Здоровье», призванного обеспечить сохранение и улучшение физического, психического и социального здоровья. Программа реализуется по направлениям. На первой ступени работает направление «Азбука здоровья», на второй ступени - «Золотые правила здоровья», на третьей ступени - «Быть здоровым и красивым».

Для успешной реализации одной из задач школы «Сформировать потребность в здоровом образе жизни» была разработана программа "Здоровье". Это позволяет систематически вести просветительскую работу, целенаправленно воспитывать установку на здоровый образ жизни, формировать понятие о здоровье, как о жизненной ценности, вести профилактику девиантного поведения, формировать социальную активность, воздействовать на сохранение и укрепление здоровья ребенка. Данная программа призвана показать достижения физического и духовного совершенства, сделать так, чтобы спорт, здоровье, гармония и красота стала несовместимой с хамством, сквернословием, вымогательством.

В 2015/16 учебном году в программу внесены дополнения. На базе ГБОУ СОШ с. Ягодное для подростков 14-18 лет реализуется проект «Равный равному». Целью проекта является повышение уровня информированности молодежи по вопросам профилактики ВИЧ-инфекции и СПИДа; формирование у молодежи навыков ответственного отношения к своему. Необычность проекта заключается в

методе обучения: источником знаний для ученика служит не профессиональный учитель, а такой же ученик, обучившийся профилактической программе, т.е. посредством технологии «равный обучает равного». В нашем ОУ эту профилактическую работу выполняют волонтеры.

### **Цели программы:**

- Сохранение здоровья детей.
- Привлечение внимание общественности к проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.
- Создание системы взаимосвязи и сотрудничества со всеми заинтересованными службами.
- Создание и апробация здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

### **Задачи:**

- сформировать правильное отношение к своему здоровью, восприятие здоровья как жизненной ценности;
- сформировать способность к самодиагностике состояния здоровья и устойчивую мотивацию на здоровый образ жизни;
- обучить учащихся самостоятельно снимать с себя психическое напряжение, подготовить к встрече со стрессами, опасностями трудностями;
- формирование у педагогов, родителей и учащихся здорового образа жизни.

### **Ожидаемые результаты:**

1. Снижение уровня заболеваемости детей школьного возраста.
2. Формирование здорового образа жизни в семье.
3. Улучшение организации питания учащихся.

### **Перечень направлений работы:**

- Материально-техническое обеспечение образовательного учреждения;
- Мониторинг и коррекция развития учащихся;

- Организация рационального питания;
- Формирование валеологических знаний у учителей, учащихся и их родителей (беседы врачей - специалистов);
- Профилактика заболеваний детей и подростков;
- Предупреждение зависимого поведения (курения, алкоголизации, употребления психоактивных веществ);
- Воспитание культуры потребления медицинских услуг;
- Профилактика травматизма и основы личной безопасности;
- Совершенствование системы спортивно - оздоровительной работы;
- Мониторинг и совершенствование гигиены помещения, школьного двора, спортивных сооружений;
- Контроль над выполнением мероприятий по укреплению и сохранению здоровья учащихся

## Содержание работы

<i>1-4 классы</i> <i>«Азбука здоровья»</i>	<i>5-8 классы</i> <i>«Золотые правила здоровья»</i>	<i>9-11 классы</i> <i>«Быть здоровым и красивым».</i>
<b>Первая четверть</b>		
<b><i>I. Диагностика</i></b>		
Состояние зрительного утомления (мониторинг позы) Изучение уровня адаптации первоклассников к новой социальной ситуации	Состояние здоровья на начало учебного года (5, 6 кл.) Отношение к учению Изучение особенности приспособления пятиклассников к новой социальной ситуации.	Мониторинг соматического здоровья Отношение к учению
Мониторинг соматического здоровья		
<b><i>II. Режим учебного процесса</i></b>		
Составление расписания занятий с учетом санитарных норм		
Формирование банка данных на учащихся группы риска и больных детей		
Мониторинг на классных часах с целью выявления психологического климата в классе, детей, нуждающихся в индивидуальном подходе		
<b><i>III. Уроки и здоровье</i></b>		
Уроки Мойдодыра (1кл.) Уроки Айболита (2кл.) Уроки Знайки (3-4 кл.)	Классный час с приглашением психолога: -Твое психическое здоровье	Классный час с приглашением психолога: -Умей контролировать эмоции
Проведение специальной гимнастики на осанку	Проведение бесед о здоровом образе жизни и правильном питании	Проведение бесед о здоровом образе жизни и правильном питании
Организация физкультурной группы для школьников, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.		

<b><i>IV. Методическая работа с педагогическим коллективом</i></b>		
Выступление на педагогических советах с анализом результатов проведенных диагностик		
Проведение педагогических консилиумов по адаптации учащихся 1, 5, 10 классов		
Проведение обучающих семинаров <ul style="list-style-type: none"> <li>• Охрана зрения ребенка</li> </ul>		
<b><i>V. Работа с родителями</i></b>		
Выступление на родительском собрании с результатами диагностик		
<b><i>Проведение родительского лектория</i></b>		
Организация учебного труда и режима дня Профилактика отклонений в развитии ребенка	Организация учебного труда и режима дня	Сфера интересов старших школьников
Индивидуальные консультации		
<b><i>VI. Оздоровительная работа</i></b>		
День здоровья		
Соревнования по футболу 5-11 кл.		
Месячник гражданской защиты.		
Профилактика ДДТТ	Викторина по ПДД «АВС»	Помощь в организации соревнований по футболу (судейство)
Веселые старты.	Самооценка физического и познавательного потенциала	
<b>Вторая четверть</b>		
<b><i>I. Диагностика</i></b>		
Диагностика общей утомляемости. Уровень мотивации к учению	Состояние зрительного утомления (мониторинг позы)	Уровень мотивации к учению Соответствие объема домашних заданий

	Уровень мотивации к учению Соответствие объема домашних заданий нормам СанПиН	нормам СанПиН
<b>II. Режим учебного процесса</b>		
Проверка режима проветривания школьных помещений		
Отслеживание чистоты и безопасности пешеходных дорожек в зимний период		
Смотр экологичности школьных помещений		
<b>III. Уроки и здоровье</b>		
Уроки Мойдодыра (1кл): - Уход за руками и ногами	-Как не заболеть (профилактика инфекционных заболеваний)	
Уроки Айболита (2кл.): - прививки от болезней -безопасность при любой погоде	Профилактические беседы с медицинскими работниками	Всемирный день борьбы со СПИДом
Уроки Знайки (3-4 кл): - надо уметь сдерживать себя	Интегрированные уроки по истории, биологии, математике и ОБЖ по теме «Вредные привычки и их влияние на здоровье»	
<b>IV. Методическая работа с педагогическим коллективом</b>		
Проведение обучающих семинаров <ul style="list-style-type: none"> <li>• Утомление и переутомление школьника</li> </ul>		
МО кл. руководителей: Формы работы с классом для преодоления вредных привычек учащихся.		
Встреча со специалистами центров профилактики здоровья («Центр «Семья»).		
<b>V. Работа с родителями</b>		
Проведение родительского лектория		
Формирование учебной мотивации учащихся младшей школы	Влияние конфликтных ситуаций в семье на учебную деятельность подростков	Мотивация учения и пути ее формирования в семье
Индивидуальные консультации		

Встречи родителей со специалистами Центра «Семья» (по запросу)		
<b>VI. Оздоровительная работа</b>		
Общешкольная линейка «Курение: дань моде, привычка, болезнь»		
Занятие «Ребенок в мире вредных привычек»	Конкурс плакатов «Молодежь за здоровый образ жизни» 5-11 кл.	
Конкурс рисунков «Будь осторожен с огнем»	Школьные соревнования по баскетболу и волейболу 5-11 кл.	
	Просмотр документального фильма о вреде алкоголизма и курения 6-7 кл.	
<b>Третья четверть</b>		
<b>I. Диагностика</b>		
Диагностика школьных трудностей	Склонности к девиантному поведению (курение, алкоголь) Уровень тревожности учащихся 8-9 классов	Склонности к девиантному поведению (наркотики и психотропные вещества) Уровень тревожности учащихся 11 классов
<b>II. Режим учебного процесса</b>		
Контроль освещенности в классах и коридорах		
<b>III. Уроки и здоровье</b>		
Уроки Мойдодыра	Беседы «О вреде курения, алкоголя, наркотиков»	Деловая игра «Умей сказать НЕТ!»
Уроки Айболита	Занятие на тему «Моя уверенность в себе или как сказать «нет». 6-7 кл.	Лекция «Болеешь-лечись, а здоров - берегись»
		Мини-сочинение по профилактике зависимого поведения
Интегрированные уроки по истории, биологии, математике и ОБЖ по теме «Здоровый образ жизни и его составляющие»		

<b><i>IV. Методическая работа с педагогическим коллективом</i></b>		
Проведение обучающих семинаров		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• профилактика сезонного обострения заболеваемости</li> </ul>		
Итоги диагностики склонности к девиантному поведению.		
МО класс. руководителей: Деловые игры по профилактике девиантного поведения и ЗОЖ.		
<b><i>V. Работа с родителями</i></b>		
Проведение родительского лектория		
Забота родителей о физическом и гигиеническом воспитании младших школьников	Факторы, влияющие на формирование вредных привычек в подростковом возрасте	Роль семьи в формировании основ здорового образа жизни
Индивидуальные консультации		
<b><i>VI. Оздоровительная работа</i></b>		
Спортивный праздник, посвященный Масленице		
Ледовая эстафета 1-4кл.	Ледовая эстафета 5-8кл.	
	Соревнования по н/теннису 5-11 кл.	
<b>Четвертая четверть</b>		
<b><i>I. Диагностика</i></b>		
Уровень удовлетворенностью школьной жизнью	Уровень удовлетворенностью школьной жизнью	Уровень удовлетворенностью школьной жизнью
Состояние здоровья на конец учебного года		
<b><i>II. Режим учебного процесса</i></b>		
Организация динамических пауз на свежем воздухе		
Экологический субботник		

<b>III. Уроки и здоровье</b>		
Уроки Мойдодыра: -как правильно вести себя на воде	Интегрированные уроки по химии, биологии, математике и ОБЖ по теме «Рациональное питание. Гигиена питания»	
Уроки Айболита: -первая помощь при травмах	Мозговой штурм «Зачем люди пробуют курить»	Как готовиться к экзаменам
Уроки Знайки: -нехорошие слова, недобрые шутки	День защиты детей	День защиты детей
<b>IV. Методическая работа с педагогическим коллективом</b>		
Проведение обучающих семинаров <ul style="list-style-type: none"> <li>• методы релаксации для взрослых и детей</li> </ul>		
<b>V. Работа с родителями</b>		
Проведение родительского лектория		
Поощрение и наказание в семье. Словесные воздействия	Роль психологической поддержки семьи в критических жизненных ситуациях	
Информация о работе школьной оздоровительной площадки.		
<b>VI. Оздоровительная работа</b>		
День здоровья		
Спортивная игра «Зарничка»	Военно-спортивная игра «Зарница» 7-9 кл.	Военно-спортивная игра «Зарница»
Игры на свежем воздухе	Турслет	Турслет

### **Систематически в течение года осуществляется**

- контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм
- динамические паузы во время занятий
- физминутки во время уроков
- игры на свежем воздухе и динамический час 1-4 кл.
- инструктирование по ТБ учителей и школьников
- соблюдение оптимизации учебной нагрузки на учащихся
- соблюдение гигиенических критериев рациональной организации урока
- профилактика близорукости учащихся во время урока
- применение педагогическим составом приемов и методов, направленных на повышение мотивации к учебной деятельности учащихся и сохранению психологического климата на уроке
- контроль за дозированием домашних заданий
- применение учителями математики на уроках здоровьесберегающей технологии В.М. Монахова
- ведутся занятия спецкурсов «Основы здорового образа жизни», «Безопасность в личностном самосовершенствовании», «Формирование личности подростка» специалистами Центра «Семья».
- цикл тематических классных часов
- просветительская работа
- агитационная работа через информационный стенд
- профилактические мероприятия в начальной школе
- мероприятия ежегодной диспансеризации
- мониторинг заболеваемости
- отслеживание качества и организации горячего питания
- регулярная дезинфекция помещений
- работа спортивных секций

### **Взаимодействие:**

В ходе реализации программы складывается сотрудничество со специалистами Центра психолого-медико- социального сопровождения, Ягодинской амбулаторией МУЗ с. Ягодное, СП «Спектр», с детско-юношеской спортивной школой, отделом «Материнства и детства» м.р. «Ставропольский, центром «Семья», ПДН.



### Распределение обучающихся по группам здоровья

Класс	Количество обучающихся	Количество обучающихся с первой группой здоровья	Количество обучающихся со второй группой здоровья	Количество обучающихся с третьей группой здоровья
<b>ИТОГО</b>				