

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

«Рассмотрено»

руководитель методического
объединения классных
руководителей

_____ Н.И. Алаторцева
протокол №1
от 31.08.2021г.

«Согласовано»

заместитель директора по
УВР

_____ Максимова И.А.

31.08.2021г.

«Утверждено»

директор школы

_____ Ф.А. Дашкевич
приказ №225/1

от 31.08.2021г.

**Учебно-воспитательная программа «Здоровье»
1-11 класс**

Составители:
зам. директора по ВР
Максимова И.А.
учитель ОБЖ и физической культуры
Юков А.М.

2021/2022 учебный год

Пояснительная записка

Развитие полноценной личности немыслимо 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 воспитательную программу школы блока «Здоровье», призванного обеспечить сохранение и улучшение физического, психического и социального здоровья.

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 школе первой ступени работает направление - «Азбука здоровья», второй ступени - «Золотые правила здоровья», третьей ступени - «Быть здоровым и красивым».

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> |
|---|--|---|
| <u>Первая четверть</u> | | |
| <i>I. Диагностика</i> | | |
| Состояние зрительного утомления (мониторинг позы) | Состояние здоровья на начало учебного года (5, 6 кл.) | Мониторинг соматического здоровья |
| Мониторинг соматического здоровья | | |
| <i>II. Режим учебного процесса</i> | | |
| 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 | | |
| Страхование учащихся | | |
| <i>III. Уроки и здоровье</i> | | |
| 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 | Проведение бесед о здоровом образе жизни |
| Организация физкультурной группы для школьников, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. | | |
| <i>IV. Методическая работа с педагогическим коллективом</i> | | |
| Выступление на педагогических советах с анализом результатов проведенных диагностик | | |
| Проведение обучающих семинаров <ul style="list-style-type: none">• Охрана зрения ребенка | | |
| <i>V. Работа с родителями</i> | | |
| Выступление на родительском собрании с результатами диагностик | | |
| <i>Проведение родительского лектория</i> | | |
| Причины быстрой утомляемости младших | Организация учебного труда и режима дня | Сфера интересов старших школьников |

| | | |
|---|--|--|
| школьников при интенсивной умственной работе | | |
| Индивидуальные консультации | | |
| <i>VI. Оздоровительная работа</i> | | |
| День здоровья | | |
| Соревнования по футболу 5-11 кл. | | |
| Месячник гражданской защиты. | | |
| Профилактика ДДТТ | Викторина ABC | Помощь в организации соревнований по футболу (судейство) |
| Веселые старты. | Самооценка физического и познавательного потенциала | |
| <u>Вторая четверть</u> | | |
| <i>I. Диагностика</i> | | |
| Диагностика общей утомляемости. | Состояние зрительного утомления (мониторинг позы) Уровень мотивации к учению Соответствие объема домашних заданий нормам санПиН. | Диагностика функционального состояния (9) Уровень мотивации к учению Соответствие объема домашних заданий нормам санПиН. |
| <i>II. Режим учебного процесса</i> | | |
| Проверка режима проветривания школьных помещений | | |
| Отслеживание чистоты и безопасности пешеходных дорожек в зимний период | | |
| Смотр экологичности школьных помещений | | |
| <i>III. Уроки и здоровье</i> | | |
| 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 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 материалам книги «Будьте здоровы!» (как не болеть и как не ходить в больницу), под ред. Гусаровой Г.И., Котельникова | |

Г.П.- Самара: ГУСО, «Перспектива». 2007.

IV. Методическая работа с педагогическим коллективом

Проведение обучающих семинаров

- Утомление и переутомление школьника

МО кл. руководителей: Формы работы с классом для преодоления вредных привычек учащихся.

Встреча со специалистами центров профилактики здоровья («Центр «Семья»).

V. Работа с родителями

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)

VI. Оздоровительная работа

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.

Третья четверть

I. Диагностика

Диагностика школьных трудностей

Склонности к девиантному поведению (курение, алкоголь)
Уровень тревожности учащихся 6-7 кл.

Склонности к девиантному поведению (наркотики и психотропные вещества)
Уровень тревожности учащихся 11 кл.

II. Режим учебного процесса

Контроль освещенности в классах и коридорах

III. Уроки и здоровье

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 «Болен-лечись, а здоров - берегись» |
| | | Мини-сочинение по профилактике зависимого поведения |
| Интегрированные уроки по истории, биологии, математике и ОБЖ по материалам книги «Будьте здоровы!» (как не болеть и как не ходить в больницу), под ред. Гусаровой Г.И., Котельникова Г.П.- Самара: ГУСО, «Перспектива». 2007. | | |
| <i>IV. Методическая работа с педагогическим коллективом</i> | | |
| Проведение обучающих семинаров | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • профилактика сезонного обострения заболеваемости | | |
| Итоги диагностики склонности к девиантному поведению. | | |
| МО класс. руководителей: Деловые игры по профилактике девиантного поведения и ЗОЖ. | | |
| <i>V. Работа с родителями</i> | | |
| 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 | | |
| <i>VI. Оздоровительная работа</i> | | |
| Спортивный праздник, посвященный Масленице | | |
| Ледовая эстафета 1-4кл. | Ледовая эстафета 5-8кл. | |
| | Соревнования по н/теннису 5-11 кл. | |
| <u>Четвертая четверть</u> | | |
| <i>I. Диагностика</i> | | |
| Уровень удовлетворенностью школьной жизнью | | |
| Состояние здоровья на конец учебного года | | |
| <i>II. Режим учебного процесса</i> | | |
| Организация динамических пауз на свежем воздухе | | |

| | | |
|---|---|----------------------------------|
| Экологический субботник | | |
| III. Уроки и здоровье | | |
| Уроки Мойдодыра: -как правильно вести себя на воде | Интегрированные уроки по истории, биологии, математике и ОБЖ по материалам книги «Будьте здоровы!» (как не болеть и как не ходить в больницу), под ред. Гусаровой Г.И., Котельникова Г.П.- Самара: ГУСО, «Перспектива». 2007. | |
| 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 |
| IV. Методическая работа с педагогическим коллективом | | |
| Проведение обучающих семинаров <ul style="list-style-type: none"> • методы релаксации для взрослых и детей | | |
| V. Работа с родителями | | |
| Проведение родительского лектория | | |
| Поощрение и наказание в семье. Словесные воздействия | Роль психологической поддержки семьи в критических жизненных ситуациях | |
| Информация о работе школьной оздоровительной площадки. | | |
| VI. Оздоровительная работа | | |
| 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

- работа спортивных секций
- контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм
- динамические паузы во время занятий
- физминутки во время уроков
- игры на свежем воздухе и динамический час в ГПД
- 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
- инструктирование по ТБ учителей и школьников
- регулярная дезинфекция помещений

Взаимодействие:

В ходе реализации программы складывается сотрудничество со специалистами Центра психолого-медико- социального сопровождения, ГБУЗ СО «Ставропольская ЦРБ» ОВОП с. Ягодное, СП «Спектр», СП ДЮСШ, отделом опеки и попечительства м.р. Ставропольский, КЦСОН, ОМВД ПДН Ставропольского района .

