

МОУ Хмелевская основная общеобразовательная школа

Поназыревского муниципального района Костромской области.

Программа рассмотрена
На заседании педагогического
Совета Пр. №38
«28» августа 2017г



Комплексно-целевая программа.

Школа - территория здоровья.



2017 год.

Пояснительная записка

Что такое ЗДОРОВЬЕ.

На бытовом уровне понятием «здоровье» обозначают не только отсутствие болезни – это само собой разумеется; смысл этого слова в быту во многом перекликается с представлением о силе, об устойчивости человека, о его способности приспособиться к самым разнообразным условиям жизни и ситуациям.

Согласно официальному определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это физическое, психическое и социальное благополучие.

Анализ состояния здоровья населения России, по данным официальной статистики и результатам эпидемиологических исследований, показывает, что оно намного хуже, чем в большинстве индустриально развитых стран. Наибольшее значение отводится факторам, связанным с образом жизни и с окружающей средой.

Известно, что организм ребенка в силу особенностей развития особо чувствителен к воздействию факторов внешней среды, а также дефициту жизненно важных питательных веществ и микроэлементов.

Принято считать, что напряженная ситуация со здоровьем школьников возникла лишь в последние годы. Однако это не так. Школа и общество взаимосвязаны. Любое изменение ситуации в обществе обязательно сказывается на жизни школы, меняет ее задачи, приоритеты, требования к ученику, структуру и содержание образования. Проблемы сохранения здоровья учащихся и привития навыков здорового образа жизни очень актуальны сегодня.

К сожалению, статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения в школе, состояние здоровья детей ухудшается в 4-5 раз. Факты подтверждают, что именно в школе ученик получает то или иное заболевание, отклонение здоровья. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение.

Школа является местом активной деятельности ребенка на протяжении 6-11 лет. Поэтому одной из главных целей педагогического коллектива сегодня становится формирование и развитие здоровьесберегающей образовательной среды, в которой школьник ведет здоровый образ жизни.

Здоровьесберегающая среда в школе предоставляет каждому ученику реальную возможность получить полноценное образование, адекватное его способностям, возможностям, склонностям, потребностям и интересам.

КОНЦЕПТУАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ:

Эффективность мер по укреплению здоровья детей имеет исключительное значение для школы. Это обусловлено гармоничностью связей между здоровьем и обучением, где происходит качественный подъем в сторону эффективности учебного процесса. Здоровье учащихся имеет прямое отношение к обучению. Школа должна создать условия для сохранения и укрепления здоровья учащихся.

Программа «Школа – территория здоровья» призвана содействовать утверждению в жизни детей идеи оздоровления, способствовать созданию благоприятных условий для раскрытия интеллектуального и духовного потенциала. Она ориентирована на пропаганду здорового образа жизни и достижение надежного уровня безопасности в школе.



Цель программы :

формирование у обучающихся стремления к укреплению своего здоровья и развитию своих физических способностей, внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс школы.

Задачи программы:

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся;
- выявление одаренных детей, обладающих уникальными физическими способностями, содействие полному их раскрытию;
- привлечение к соревнованиям и конкурсам не только здоровых детей, но и обучающихся с ослабленным здоровьем, физическими недостатками, обеспечивая при этом равные шансы на победу для всех участников;
- воспитание негативного отношения к вредным привычкам, активная и широкая пропаганда здорового образа жизни;
- установление тесной взаимосвязи с медицинскими работниками Поназыревской ЦРБ и Хмелёвского ФАПа по вопросам профилактики заболеваний.

Деятельность по реализации программы предполагает:

1. Объединение обучающихся в соответствии с их спортивными интересами для совместных занятий волейболом, баскетболом, футболом, легкой атлетикой, лыжами, шашками, шахматами.
2. Проведение разнообразных спортивных праздников и состязаний, игр, Дней здоровья.
3. Подготовку и проведение тематических классных часов, бесед, родительских собраний, лекториев.
4. Организацию экскурсий, походов, прогулок.
5. Пропаганду здорового образа жизни детей и подростков.
6. Организацию интересного и плодотворного досуга, в том числе и в каникулярное время.
7. Привлечение внимания родителей (законных представителей) и других представителей взрослого населения к проблемам формирования и ведения здорового образа жизни.

В реализации программы принимают участие:

- обучающиеся школы
- члены педагогического коллектива;
- медицинские работники ;
- родители (законные представители).

Основные направления деятельности и предполагаемые формы работы:

I. Учет состояния здоровья детей:

1. Анализ медицинских карт обучающихся.
2. Определение групп здоровья.
3. Учет посещаемости занятий.
4. Контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов

II. Физическая и психологическая разгрузка обучающихся:

1. Закаливающие процедуры в летнем оздоровительном лагере.
2. Витаминотерапия - витаминный чай, поливитамины
3. Организация работы спортивных секций, кружков.
4. Проведение дополнительных уроков физкультуры, прогулок на свежем воздухе.
5. Индивидуальные занятия
6. Общая утренняя гимнастика до занятий.
7. Организация спортивных (подвижных) перемен.
8. Дни здоровья.
9. Физкультминутки (динамические паузы) для обучающихся
10. Организация летнего оздоровительного лагеря дневного пребывания при школе.

III. Урочная и внеурочная работа:

1. Открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ.
2. Открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности.

3. Спортивные кружки и секции:

- футбол,
- лыжи,
- легкая атлетика,
- шашки и шахматы.

IV. Соревнования и спортивные праздники:

- "Веселые старты"
- "Папа, мама, я - спортивная семья"
- "Самый сильный, самый смелый"
- Осенний кросс
- Лыжные соревнования
- Школа безопасности
- Русские народные игры и забавы.

V. Основные направления пропаганды здорового образа жизни:

1. Тематические беседы, утренники, классные часы, лекции, познавательные игры, агитбригады, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции.
2. Совместная работа с органами здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и употребления алкоголя.
3. Обучение обучающихся оказанию первой медицинской помощи.
4. Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через беседы, уроки литературы, окружающего мира, биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры.

VI. Профилактика заболеваний обучающихся :

- организация медицинского всеобуча,
- организация медицинского обследования,
- соблюдение гигиенических норм и правил обучающимися,
- соблюдение гигиенических условий и факторов (шум, освещенность, воздушная среда, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи и др.) школе,
- соблюдение санитарно-гигиенических требований к уроку: рассаживание обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями (рациональное расписание занятий), дозирование домашних заданий,
- осуществление мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди обучающихся, - обеспечение надлежащих психолого-педагогических факторов (психологический климат в классах и группах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.),
- беседы, лекции, просмотры научно-популярных телепрограмм, видеофильмов,
- проведение общешкольных конкурсов "Самый здоровый класс" и "Спортсмен года".

VII. Тематика бесед, утренников, классных часов по вопросам гигиены, охраны здоровья и формирования здорового образа жизни:

1-4 классы

1. Цикл бесед "Гигиена школьника".
2. "Чтобы зубы не болели".
3. "Беречь глаз как алмаз".
4. "Да здравствует мыло душистое".
5. "О хороших привычках".

6. "Учимся отдыхать".
7. "Загадки доктора Неболита".
8. "Ты и телевизор".
9. "ТВ + здоровье".
10. "Твой режим дня".
11. "Не видать грязнулям счастья".
12. "Смейся на здоровье. Улыбка и хорошее настроение".
13. Цикл классных часов "Как уберечь себя от беды".
14. Цикл классных часов "Наше здоровье в наших руках".
15. Инструктажи по предупреждению травматизма (ПДД, поведение на уроках физкультуры, правила техники безопасности на уроках труда, во время прогулок, экскурсий и походов).
16. Занятия по профилактике наркомании.

5-7 классы

1. Цикл бесед "Гигиена школьника".
2. "Здоровые привычки - здоровый образ жизни".
3. "Я здоровье берегу, сам себе я помогу".
4. "Кто наши враги".
5. "О спорт, ты - мир!".
6. "Режим питания".
7. "Вредные привычки и их преодоление".
8. "Пока горит свеча".
9. "Здоровый образ жизни - главное условие профилактики возникновения вредных привычек".
10. "Бросай курить - ты уже не маленький".

11. "Память: как ее тренировать".
12. "Особенности влияния никотина и других токсических веществ на развитие организма человека".
13. "Сотвори себя сам".
14. "Нет наркотикам".
15. "О ВИЧ-инфекции".
16. Занятия по профилактике наркомании.

8-9-е классы

1. Цикл бесед "Гигиена умственного труда".
2. "Зависимость здоровья человека от окружающей среды".
3. "Вредные привычки и здоровье человека".
4. "Здоровье человека XXI века".
5. Гармония тела и духа".
6. "Кушайте на здоровье".
7. "Прелести "свободной любви""
8. "Умение управлять собой".
9. "Крик о помощи".
10. "Прощайте, наркотики!".
11. Занятия по профилактике наркомании.
12. "Суд над наркоманией".
13. "Исцели себя сам".
14. "Экзамены без стресса".
15. "Сделай правильный выбор".
16. "Разговор на чистоту".

17. Акция "Внимание, СПИД!".

18. "Не оборви свою песню!".

VIII. Тематика родительских собраний и других мероприятий для родителей по проблеме формирования здорового образа жизни (с привлечением медицинских работников):

1. "Здоровье ребенка в руках взрослых",

2. "Здоровая семья: нравственные аспекты",

3. "На контроле здоровье детей",

4. "Режим труда и учебы",

5. "Физическое воспитание детей в семье",

6. "Алкоголизм, семья, дети",

7. "Пагубное влияние курения табака на здоровье человека",

8. "Предупреждение нервных и сердечных заболеваний в годы юности",

9. "Вредные привычки у детей",

10. "Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу",

11. "Вопросы, которые нас волнуют",

12. "Эти трудные подростки",

13. "Взрослые проблемы наших детей",

14. "Физическое развитие ребенка и пути его совершенствования",

15. "Курение и статистика",

16. "Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) - реальность или миф",

17. "Наркотики в зеркале статистики",

18. "Социальный вред алкоголизма",

19. "Психология курения",

20. "Нецензурная брань - это тоже болезнь".