

Утверждаю:
Директор МБОУ СШ №73
Т.В. Хлебникова _____
Приказ № 03-02-032
от 02 февраля 2018 года

Программа
спортивно — оздоровительной работы
«Здоров я — здорова планета»

Название программы: «Здоров я — здорова планета»

Сроки реализации программы: 2018 -2023гг.

Продолжительность освоения программы: 5 лет

Возрастной диапазон освоения программы: 7-17 лет.

Красноярск 2018

Пояснительная записка.

На сегодняшний день сохранение здоровья подрастающего поколения – задача государственной важности, так как современные школьники составляют основной трудовой потенциал страны.

Концепция модернизации российского образования на период до 2024 года определила первостепенные цели воспитания школьников. Одним из главных моментов является создание в общеобразовательных учреждениях условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Приоритетным направлением учебно-воспитательной деятельности нашей школы стала физкультурно-оздоровительная работа. Она включает в себя мероприятия доступные и привлекательные для большинства учащихся. Благодаря им у ребят формируется здоровый образ жизни, возникает устойчивый интерес и тяга к физическому совершенствованию.

Содержание программы

В школе разработана программа «Здоровье». Её цель - формировать у детей стремление укрепить своё здоровье и развить физические способности. Данная программа - комплексная. Важно то, что особое внимание в ней уделяется аспектам физического и нравственного здоровья, а также ей присуща целенаправленная систематическая работа на всех ступенях обучения.

Задачи, стоящие перед педагогами школы, можно сформулировать следующим образом:

1. создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся;
2. активная и широкая пропаганда здорового образа жизни;
3. воспитание негативного отношения к вредным привычкам;

установление тесной связи с медицинскими работниками по вопросам профилактики заболеваний.

В процессе реализации программы задействованы все: учащиеся школы, члены педагогического коллектива, медицинские работники, родители.

Физкультурно-оздоровительная программа включает в себя:

1. подготовку и проведение разнообразных спортивных праздников и состязаний, игр, дней здоровья
2. проведение тематических классных часов, бесед, родительских собраний;
3. организацию экскурсий, походов, прогулок;
4. организацию интересного и плодотворного досуга, включая каникулярное время;
5. пропаганду здорового образа жизни детей и подростков;
6. привлечение родителей и других представителей взрослого населения к проблемам формирования и ведения здорового образа жизни.

Данная программа полностью охватывает учебно-воспитательный процесс в школе. Так для физической и психологической разгрузки учащихся созданы спортивные секции, кружки.

Осуществляется просвещение учителей по вопросам формирования здорового образа жизни.

Говоря о пропаганде здорового образа жизни необходимо отметить её основные направления:

1. тематические классные часы, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений;
2. популяризация физической культуры и здорового образа жизни через уроки здоровья, уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры,
3. элективные курсы;
4. совместная работа с представителями здравоохранения и внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.

Большое значение коллектив школы придаёт профилактике заболеваний учащихся:

- соблюдение гигиенических норм и правил учащимися;
- соблюдение норм освещения и отопления в классах и в школе;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов;
- предупреждение распространения инфекционных заболеваний среди учащихся;
- беседы, лекции, просмотры научно-популярных программ, фильмов на тему здорового образа жизни.

Цель: представление всех возможностей школы для формирования психически здорового, социально-адаптивного, физически развитого выпускника; формирование у учащихся потребности в здоровом образе жизни, стремления к укреплению своего здоровья и развитию своих физических способностей.

Задачи:

1. пропаганда здорового образа жизни среди учащихся.
2. Улучшение физкультурно-оздоровительной работы с учащимися во внеурочное время.
3. Отвлечение учащихся от негативных явлений современной жизни.
4. Выявление талантливых юных спортсменов.
5. Организация систематической физкультурно-соревновательной активности детей.

ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1 этап- 2018-2020 гг.

Изучение литературы по ЗОЖ.

Диагностика состояния здоровья участников образовательного процесса.

Составление программы "Здоровье".

Привлечение системы кружковой,

внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся.

2 этап- 2020-2022 гг.

Внедрение программы на школьном уровне.

3 этап- 2022-2023г.

Оценка эффективности программы. Создание модели физически здорового выпускника.

Ожидаемые результаты.

1. Повышение функциональных возможностей организма учащихся.
2. Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников.
3. Повышение приоритета здорового образа жизни.
4. Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.
5. Повышение уровня самостоятельности и активности школьников в двигательной деятельности.
6. Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья школьников
Поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей.

Рекомендуемые мероприятия	Исполнитель	Сроки	Ожидаемый результат
Диагностика состояния здоровья учеников	Классные руководители	Октябрь 1 раз в год	Выявить функциональных возможностей организма учащихся. повышение
Ежегодный профилактический осмотр учеников, учителей	Администрация, медицинская сестра.	Ноябрь 1 раз в год	Выявить функциональных возможностей организма учащихся. повышение

Ежедневное питание учеников, учителей.	Администрация	Постоянно	100% охват учащихся школы горячим питанием в школьной столовой.
Зарядка	Учитель физкультуры	Постоянно	повышение уровня физического, психического и социального здоровья учащихся;
Физкультминутки	Учителя предметники	Постоянно	повышение уровня физического, психического и социального здоровья учащихся;
Витаминация питания	Администрация	Постоянно	100% охват учащихся школы горячим питанием в школьной столовой. Витаминазированное питание.
Спортивные секции (школьные секции)	Учитель физкультуры, учитель ОБЖ	Постоянно	Повышение физиологических возможностей учеников, улучшение спортивных показателей, борьба с вредными привычками.
День здоровья	Учитель физкультуры, Учитель ОБЖ, Классные руководители	В течение года	формирования у учащихся осознанной потребности и сохранении и укреплении здоровья.
Поддержка санитарно-гигиенического режима, контроль за его соблюдением	Администрация	Постоянно	Поддержание санитарно-гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон и т. д.).
Комфортная психологическая среда	Учителя предметники, Классные руководители	Постоянно	Самореализация личности, социальная адаптация.
Беседа медработника: "Профилактика и коррекция нарушения зрения"	Мед. работник	Декабрь	снижение уровня заболеваемости детей простудными заболеваниями, заболеваниями позвоночника и глаз.
Подвижные игры на переменах.	Классные руководители Учитель ОБЖ, Классные руководители	Постоянно	Организация оздоровительных режимных сохранении и укреплении здоровья. моментов и организация занятий в течение дня
Родительское собрание: "Воспитание ЗОЖ"	Администрация	Декабрь	осознанное отношение детей, их родителей (законных представителей), педагогов к состоянию здоровья как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;

Спортивные соревнования: «Веселые старты», «Мама, папа, я - спортивная семья».	Администрация, Учитель физкультуры	В течение года	Организация оздоровительных режимных моментов и организация мероприятий в не учебное время
Индивидуальный подход для освобождённых учащихся	Учитель физкультуры	Постоянно	обеспечить условия для освоения базового компонента всеми учащимися с учетом состояния их здоровья и других индивидуальных особенностей (недостаточное физическое развитие, избыточная масса тела, недостаточная физическая подготовленность).
Родительское собрание: "Воспитание ЗОЖ"	Администрация	Декабрь	осознанное отношение детей, их родителей (законных представителей), педагогов к состоянию здоровья как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
Спортивные соревнования: «Веселые старты», «Мама, папа, я - спортивная семья» .	Администрация, Учитель физкультуры	В течение года	Организация оздоровительных режимных моментов и организация мероприятий в не учебное время
Приобретение мебели, отвечающей гигиеническим требованиям.	Администрация	В течение года	Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям (санитарно-гигиеническим, психофизическим, эстетическим).

Прогнозируемый результат

Программа формирования здорового и безопасного образа жизни, жизненного стиля, предполагает, что, учащиеся должны научиться:

- называть и узнавать опасности для здоровья человека; способы их предотвращения; правила здорового и безопасного образа жизни; правила организации учебного труда;
- как следует заботиться о своём здоровье: правила сохранения зрения, слуха, обоняния; роль здорового питания и двигательной активности для хорошего самочувствия и успешного учебного труда; опасность для здоровья и учебы снижения двигательной активности, курения, алкоголя, наркотиков, инфекционных заболеваний;
- основам здоровьесберегающей учебной культуре;
- здоровьесозидающему режиму дня, двигательной активности, здоровому питанию;
- противостоянию вредным привычкам;
- высказывать свое отношение к проблемам в области здоровья и безопасности;
- организовывать здоровьесберегающие условия учебы и общения, выбирать адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей;

- самостоятельно выполнять домашние задания с использованием индивидуально эффективных, здоровьесберегающих приемов.