

Администрация Ленинского района  
муниципального образования «Город Саратов»  
**Муниципальное общеобразовательное учреждение**  
**«Средняя общеобразовательная школа №76»**  
Ленинского района города Саратова

---

**«Рассмотрено»**

на заседании методического совета

\_\_\_\_\_ Александра О.С.

протокол № \_\_\_\_\_

от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2014 г.

**«Утверждаю»**

Директор МОУ «СОШ № 76»

\_\_\_\_\_ И.А.Вехова

приказ № \_\_\_\_\_

от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2014 г.

## ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ

### (ПРОГРАММА)

## ПРОЕКТА «ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ»

на 2014-2015 учебный год

Дата вступления в силу: *01.09. 2013 год*

Дата окончания: *постоянно-действующий проект*

Статус: *общешкольный проект*

## Пояснительная записка

Образование – необходимый, если не самый важный элемент социально–культурного и экономического развития страны. В этой связи на образование как целостную государственную систему, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо прочих, задача сохранения физического, психического и нравственного здоровья подрастающего поколения.

Для её решения Министерство образования РФ инициировало, как один из вариантов, разработку в образовательных учреждениях специальных образовательных программ, направленных на укрепление здоровья обучающихся, составленных с учётом их возрастных, психофизических особенностей и в соответствии с физиолого-гигиеническими нормативами.

Актуальность организации физкультурно–оздоровительной и спортивно–массовой работы в школе подтверждают статистические показатели: только 25–30% детей, пришедших в 1–й класс школы, не имеют физические недостатки или хронические заболевания; только 8–10% выпускников школы можно считать действительно здоровыми. Между тем, здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т.к. она является неотъемлемой частью общей культуры. Одной из важнейших составляющих физического воспитания в школе является внеклассная спортивно–массовая и физкультурно–оздоровительная работа. В рамках этой работы в школе организуются физкультурные кружки, секция, проводятся игры, соревнования, экскурсии, спортивные праздники и др.

Физическое воспитание во внеурочное время тесно связано с нравственным, трудовым, умственным, эстетическим воспитанием школьника и активно содействует всестороннему развитию детей, учит чёткому подчинению дисциплине, выполнению правил, норм человеческой этики.

Быть здоровым – выгодно биологически, т.к. организм более эффективно и долговременно сохраняет свою природу. Также здоровье выгодно экономически – здоровые люди дольше сохраняют трудоспособность, они определяют экономическое развитие страны, её обороноспособность, а также здоровье нации в целом. Здоровье выгодно – эстетически – здоровый ребёнок, подросток, да и взрослый человек отличается своей привлекательностью, заражая окружающих положительной энергетикой.

## Цели и задачи программы

В соответствии с данной актуальностью основной **целью** программы является: **воспитание здорового образа жизни и высокого уровня физической культуры.**

**Задачи** программы:

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
3. Организовать систему профилактической работы по предупреждению детского травматизма на дорогах, предотвращения роста заболеваемости учащихся школы.

**Основные принципы организации воспитания.**

- ◆ **принцип гуманизации** - провозглашающий человека главной ценностью;
- ◆ **принцип учета возрастных особенностей;**
- ◆ **принцип вариативности**, раскрывающий возможности добровольного участия в реализации **целевых программ** и организации форм массовой, групповой и индивидуальной деятельности;
- ◆ **принцип концентрации** воспитания предполагает, что стратегия и тактика воспитания должны быть направлены на помощь ребенку, подростку, молодому человеку;
- ◆ **принцип природосообразности** предполагает, что учащиеся воспитывают сообразно их полу и возрасту, формируют у них ответственность за развитие самих себя.

**Деятельность по формированию ЗОЖ осуществлялась по следующим направлениям:**

**Учебно-воспитательная и экспериментальная работа**

Здоровый образ жизни в школе осуществляется через виды деятельности: валеологизация учебных предметов, кружковая работа, организация и проведение дней здоровья, недель здоровья, через работу клуба «ФИФ», через работу классных руководителей.

**Диагностическая работа**

Комплекс мероприятий по выявлению уровня здоровья детей: анкетирование и его обработка классными руководителями; медицинские осмотры, проводимые узкими специалистами; проведение мониторинга здоровья.

**Профилактическая работа**

Рекомендательные часы, включающие комплекс оздоровительных часов через организацию и проведение подвижных перемен, через работу с педколлективом, учащимися, родителями.

**Консультативная работа**

Проводится по разным направлениям с учащимися, с учителями, родителями через организацию и проведение семинаров, консультаций, бесед, лекториев.

План программы включает следующие **компоненты**, разработанные на основе единой концепции:

- ◆ **школьная среда**, которая должна быть безопасной, то есть физически, социально и психологически здоровой и способствующей поведению, ориентированному на сохранение здоровья;
- ◆ последовательная **программа воспитания здоровья**, которая преподается ежедневно и в каждом классе, как в младших, так и в старших классах, и которая призвана мотивировать учащихся и содействовать им в сохранении и укреплении их здоровья, предотвратить болезнь и избежать поведенческой модели, подвергающей здоровье риску;
- ◆ последовательная **программа физического воспитания**, преподаваемая в каждом классе, которая предполагает физическую нагрузку от средней до интенсивной; которая обеспечивает знаниями, обучает двигательным навыкам и позитивному мировоззрению; которая пропагандирует мероприятия и виды спорта, любимые всеми учащимися, и которыми они могут заниматься на протяжении всей жизни; которая преподается хорошо подготовленными учителями и которая согласуется со всесторонней программой воспитания здоровья;
- ◆ **последовательная программа просвещения на предмет правильного питания**, которая входит во всестороннюю школьную программу воспитания здоровья и согласована с программой обеспечения питанием; и, кроме того, школьная среда, стимулирующая учащихся делать выбор в пользу здоровой пищи;
- ◆ **программа здравоохранения**, разработанная для обеспечения доступа или направления к основным медицинским услугам; для обучения надлежащему способу пользования медицинскими услугами; для предотвращения и контроля инфекционных заболеваний и других проблем со здоровьем; для обеспечения экстренной помощи при заболевании или травме;
- ◆ **мероприятия по вовлечению семьи и общественности в программу**, разработанную для привлечения семей в качестве активных участников в воспитании их детей; готовых помогать детям в школьных достижениях; и которые стимулируют использование общественных ресурсов и услуг для более эффективного удовлетворения нужд учащихся, связанных с охраной здоровья;
- ◆ **программа пропаганды здорового образа жизни среди персонала**, которая предоставляет возможности школьному персоналу улучшить свое здоровье посредством следующих мероприятий: медицинское обследование, воспитание ЗОЖ.

#### **Ожидаемые результаты:**

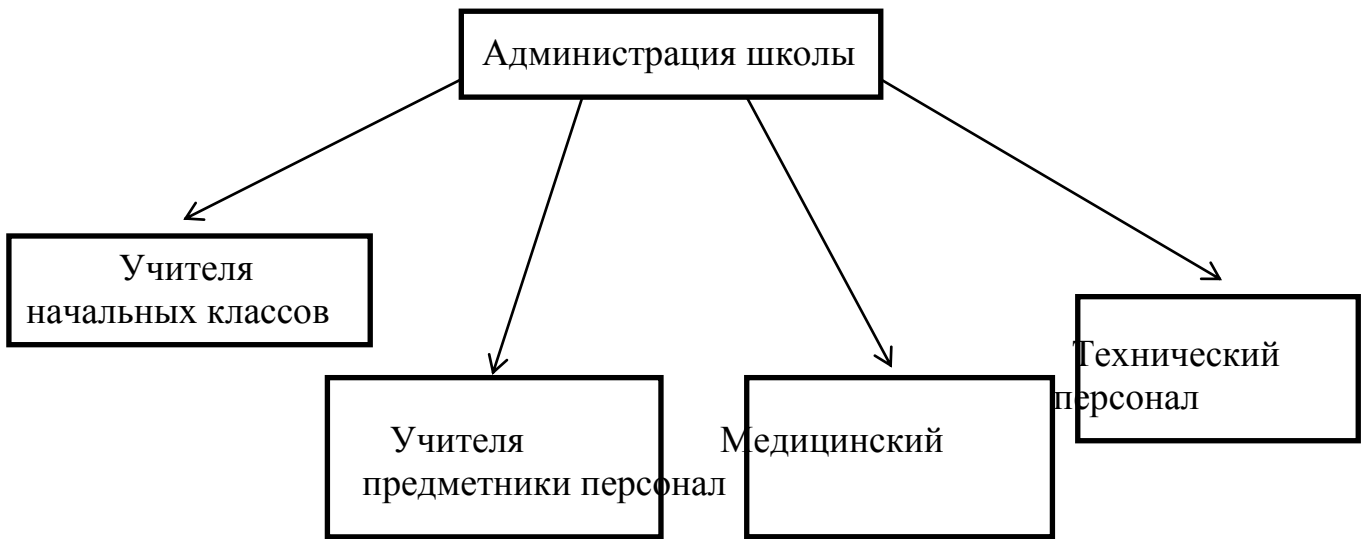
- ◆ Формирование отношения учащихся и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на всех этапах жизни;
- ◆ Повышение уровня физического, психического и социального здоровья учащихся;

- ◆ Уменьшение количества поведенческих рисков, опасных для здоровья;
- ◆ Осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья как основному фактору успеха на последующих этапах жизни.

**Критерии становления и развития:**

- ◆ Повышение чувства собственного достоинства школьников, педагогов, их социального самосознания;
- ◆ Комфортный стиль межличностных отношений между всеми участниками учебно-воспитательного процесса;
- ◆ Максимальное предоставление ребенку возможностей для своего физического развития в органическом единстве с гигиеническими и физиологическими требованиями;
- ◆ Выполнение регламентированных программой педагогических мероприятий — обучение здоровью;
- ◆ Увеличение двигательной активности обучающихся (физкультминутки, подвижные перемены, увеличение количества спортивных секций, спортивные мероприятия);
- ◆ Вовлечение окружающего социума в школьную жизнь.

## Распределение ответственности в работе над проектом



## Мероприятия по реализации воспитательной программы

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
<b>I. Классная просветительская работа</b>			
1.	Включить в учебные планы начальных классов проведение специальных уроков практической гигиены, бесед учителя на уроках и во внеурочное время по вопросам охраны здоровья.	В течение года	Классные руководители
2.	Обеспечить правильную постановку гигиенического обучения в старших классах путём преподавания вопросов гигиены и медицины; антиалкогольного и антинаркотического воспитания при прохождении соответствующего материала в курсах природоведения, анатомии, биологии, химии.	В течение года	Учителя ОБЖ, биологии, химии
3.	Систематически знакомить учащихся с правилами гигиены и техники безопасности на уроках технологии, физической культуры, ОБЖ	В течение года	Учителя предметники
4.	Систематически проводить классные часы по пропаганде здорового образа жизни, правильного питания, по профилактике вредных привычек.	В течение года.	Классные руководители
5.	Ежедневно проводить перед началом уроков зарядку, а на уроках физкультминутки.	В течение года.	Учителя предметники
<b>II. Внеклассная и внешкольная гигиеническая работа.</b>			
1.	Дни Здоровья.	Раз в четверть	Классные руководители, учителя физической культуры.
2.	Участие в трудовых акциях по уборке территории школы «Школьный двор», «Чистая улица» и др.	Апрель-август	Классные руководители
3.	Участие в проведении конкурсов рисунков и плакатов «Мы выбираем здоровый образ жизни».	В течение года	Учителя физической культуры
4.	Анкетирование на тему: «Основы здорового образа жизни».	Раз в полугодие	Классные руководители
5.	Проведение открытых мероприятий для учащихся 5–9 классов на тему: «Береги здоровье смолоду», «Если хочешь быть здоровым – закаляйся»	В течение года	Классные руководители
6.	Проведение конкурсов для учащихся начальной школы «В гостях у доктора Айболита», «Береги здоровье свое»	В течение года	Классные руководители
7.	Ежемесячно обновлять уголок «Здоровье» в соответствии с планом на тему: «Полезные привычки», «Личная гигиена», «Питайтесь правильно», «Потребность быть здоровым».	В течение года	Библиотекарь
8.	Участие в общешкольных и районных спортивных мероприятиях.	В течение года	Учителя физической культуры
<b>III. Методическая работа с учителями и гигиеническая подготовка техперсонала.</b>			
	Проводить занятия для учителей по повышению		Специалист

1.	медицинских и гигиенических знаний на педсоветах, совещаниях при директоре, заседаниях МО.	По графику	ФАПа
2.	Проводить инструктаж с техническим персоналом на темы: «Использование дезрастворов при уборке помещений школы», «Профилактика гриппа, ОРВИ», «Личная гигиена и кишечные инфекции», «Микробы».	Один раз в четверть	Завхоз
3.	Принимать участие в школьных акциях «Школьный двор», «Чистая улица».	По плану	Завхоз
<b>IV. Просветительская работа среди родителей.</b>			
1.	Проводить на классных родительских собраниях беседы на темы: «Истоки здоровья», «Предупреждение переутомления», «Секреты здоровья ребёнка», «Как помочь ребенку учиться. Распределение времени и режим дня. Интересы и увлечения» «О вреде наркотиков», «Профилактика курения, алкоголизма, наркомании», «Духовное здоровье», «Здоровье детей в наших руках»	По графику	Классные руководители
2.	Оформлять уголок «Здоровье».	Один раз в четверть	Библиотекарь
3.	Провести ряд лекций на медицинские темы на общих родительских собраниях: «Основы формирования у ребёнка навыков здорового образа жизни». «Атмосфера жизни семьи как фактор физического и психического здоровья ребёнка». «Профилактика вредных привычек и социально обусловленных заболеваний у детей», «Особенности переходного возраста»	По плану	Специалист ФАПа, классные руководители
<b>V. Контроль за эффективностью гигиенического обучения и физического воспитания.</b>			
1.	Посещение уроков физической культуры.	В течение года	Администрация школы
2.	Контрольные срезы на уроках биологии, физики, химии, технологии, ОБЖ, естествознания по гигиеническим темам.	В течение года	Учителя предметники
3.	Проведение анкетирования и тестирования на тему: «Мы за здоровый образ жизни».	В течение года	Классные руководители
<b>VI. Диагностическая и профилактическая работа.</b>			
1	Диагностика состояния здоровья учащихся и физического развития, поступающих в 1 класс. Заполнение паспорта класса с 1-11 классы (отслеживание состояние здоровья)	Сентябрь В течение года	Учителя начальных классов, администрация школы, учителя физической культуры
2	Организация и проведение медосмотра школьников с оценкой их физического развития и с определением группы здоровья и физической группы.	Раз в год	Администрация школы
3	Вакцинация учащихся.	По графику	Фельдшер ФАПа
4	Анализ эффективности физического воспитания с оценкой физической подготовки детей.	В течение года	Учитель физкультуры
5	Лекторий для педагогов, учащихся и родителей на темы профилактики заболеваний, гигиены школьников, по охране здоровья.	В течение года	Администрация школы
<b>VII. Спортивно – массовая работа.</b>			



1.	Легкоатлетическая эстафета, веселые старты, посвящённые началу учебного года.	Сентябрь	Учителя физической культуры
2.	Участие в туристическом слете 5-11 классы. Пропаганда здорового образа жизни.	Октябрь	Классные руководители, учителя физической культуры, администрация школы
3.	Весёлые старты. «Папа, мама, я – спортивная семья»	Раз в полугодие	учителя физкультуры
4.	Подвижные спортивные игры.	По графику	Учителя физкультуры
5.	Участие во всех районных и школьных спортивных соревнованиях	По графику	Учителя физической культуры
6.	Дни здоровья.	Сентябрь, февраль, май	Классные руководители
7.	Приём зачётов по физкультуре.	Май	Учителя физической культуры
8.	Весенний кросс	Май	Преподаватель физкультуры,

## Список литературы

1. Агаджанян Н.А., Катков А.Ю. Резервы нашего организма. М., 1991.
2. Адамович Г.Г. За чистоту воды, воздуха, почвы: Метод.материалы в помощь лектору. М., 1977.
3. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. М., 1987.
4. Буянов М.И. Размышления о наркомании: Кн. для учителя. М., 1990.
5. Коростелев Н.Е. От А до Я. М., 1987.
6. Лисицин Ю.Н., Радбиль О.С., Комаров Ю.М. Когда привычка приводит к болезни. М., 1986.
7. Татарникова Л.Г., Поздеева М.В. Валеология подростка (5-7 класс). СПб., 1997.
8. Шевердин С.Н. У опасной черты: Как уберечь детей от алкоголизма. М., 1987.