

«Программа принята»  
– решением педагогического совета  
школы протокол № 4 от « 11 » июня  
2014 г.  
Секретарь: \_\_\_\_\_ С.Н.Залесова

«Утверждаю»  
Директор МКОУ «Клевакинская средняя  
общеобразовательная школа»  
\_\_\_\_\_ В.В.Ячменёва  
Приказ № 85 от « 18» июня 2014 г

## **ПРОГРАММА**

**«Сохраним своё здоровье»**

**МКОУ «Клевакинская средняя общеобразовательная школа»**

**на период 2014-2018 гг.**

2014г.

с. Клевакинское

## Сохранение и укрепление здоровья школьников

### Паспорт здоровья учащихся

Учебный год	Общее кол-во детей	осн.	подг.	спец.	4гр.
		гр.	гр..	гр.	
2010-2011	3-11класс (97уч-ся)	41-44%	53-56%	3-3%	1
2011-2012	125 (2-11класс)	62-49%	59-47%	4-4%	1
2012-2013	128	60-48%	61-48%	7-6%	
2013-2014	6-11класс (58 уч-ся)	46-79%	11-19%	1-2%	

В школе сложилась система работы с неблагополучными семьями и детьми группы риска, ведётся их социально-психологическое сопровождение. Работает школьный консилиум, Совет профилактики, налажено сотрудничество с ОДН, социальной защитой, центром занятости населения.

Ежегодно осуществляется организация летней занятости. Воспитательный процесс не прерывается и в летний период. За смену в лагере отдыхает до 70% учащихся 1-4 классов. Для детей ежедневно организованы интересные развлекательно-познавательные и оздоровительные мероприятия, спортивные игры, выезды на экскурсии, питание. В целом лагерь уже не первый год пользуется популярностью среди учащихся.

#### Актуальность

Самое ценное у человека – это жизнь, а самое ценное в его жизни – здоровье, за которое бороться всеми силами становится не только актуально, но и экономически, практически, жизненно необходимо. Условия, когда болеть было выгоднее, чем работать, ушли в прошлое. Невежество в вопросах здорового образа жизни будет дорого обходиться тем, кто своевременно не позаботится о своем здоровье, здоровье своих детей и близких.

Занятия физическими упражнениями, многостороннее воздействие которых по своей силе превышает эффективность других средств оздоровления, - это наиболее рациональный способ подготовить себя к работе разного характера ( к освоению будущей профессии, к учебе в школе, к занятиям любимым делом). В 2014 году введен новый Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс (ВФСК) ГТО , который является программной и нормативной основой системы физического воспитания различных групп населения РФ. Комплекс ГТО устанавливает государственные требования к физической

подготовленности учащихся, включающие виды испытаний (тесты) и нормы. Перечень знаний, двигательных умений и навыков.

**Цель программы:** снижение роста заболеваемости школьников посредством укрепления и сохранения здоровья в процессе учебной и внеурочной деятельности, формирование у детей потребности быть здоровыми, а также устойчивого интереса к физической культуре и спорту; установки на здоровый образ жизни: оптимальный двигательный режим, рациональное питание, личную гигиену, отказ от вредных пристрастий, обеспечение преимущества в осуществлении физического воспитания учащихся в соответствии с нормами комплекса ГТО. Воспитание патриотизма.

### **Задачи программы:**

- сформировать представление о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье, в том числе о влиянии на здоровье позитивных и негативных эмоций, получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
  - дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
  - сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни:
  - научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе их использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
  - сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
  - сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
  - обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
  - сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
  - научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
  - сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.
- увеличение число учащихся, систематически занимающихся физической культурой и спортом.

-модернизация системы физического воспитания и системы развития массового. детско-юношеского,. школьного спорта в образовательных организациях.

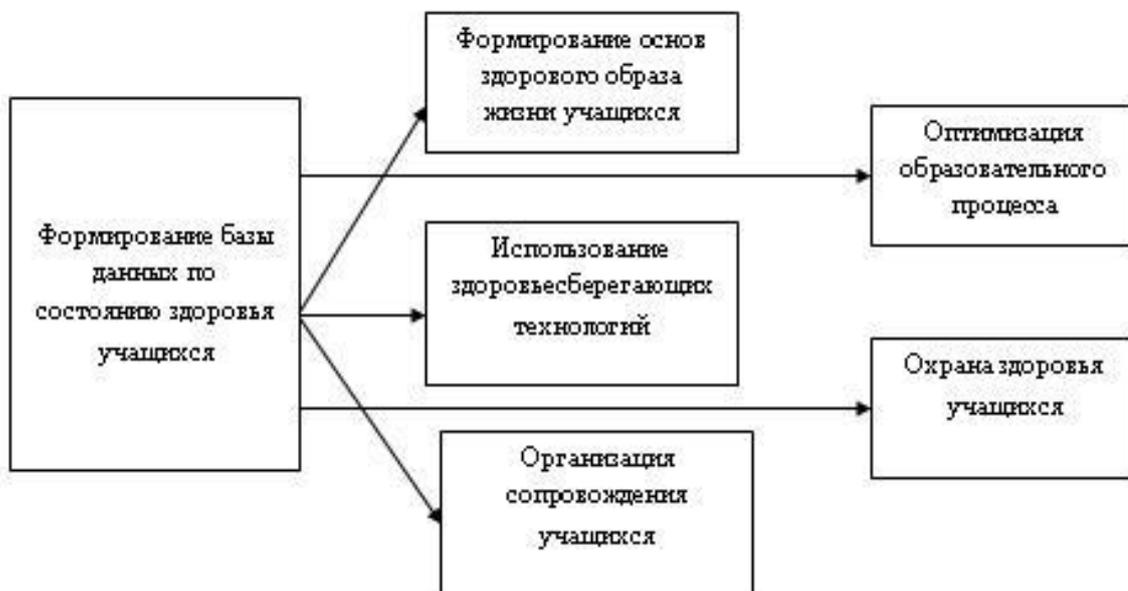
### План реализации направления «Сохраним своё здоровье»

№ п/п	Основные направления деятельности/мероприятия	Сроки	Ответственность	Ожидаемые результаты
	<i>«Разработка и реализация мероприятий по улучшению здоровья школьников с учетом применения к каждому ученику индивидуального подхода, минимизирующего риски для здоровья в процессе обучения»</i>			
1.	Разработка комплексной программы «Сохраним своё здоровье», «Совершенствование работы школы по формированию культуры здорового питания» (по ступеням обучения)  внедрение комплекса ГТО в программу.	2014	директор, заместитель  учитель	Формирование ступеней обучения, обеспечивающих специфику организации образовательного процесса для младших школьников, подростков и старших школьников; сохранение показателей состояния здоровья школьников и педагогов
2.	Организация индивидуального мониторинга состояния здоровья обучающихся (в т.ч. и психологического)  Организация работы по реализации ВФСК ГТО	в течение всего периода	зам. директора по УВР, инспектор по охране прав детства, медработник  учителя	Обновление образовательных программ, предполагающих практику индивидуального обучения, изучения предметов по выбору, общего снижения аудиторной нагрузки в форме классических учебных занятий
3.	Внедрение технологий и методик здоровьесберегающего обучения  Методические рекомендации по выполнению видов испытаний (тестов), входящих	2013-2015	зам. директора по УВР, руководители ШМО  учителя физической культуры. ОБЖ	Обеспечение формирования заинтересованного отношения к собственному здоровью, здорового образа жизни всех

	во ВФСК ГТО		классные руководители	участников образовательного процесса, организация просветительно- воспитательной работы, в том числе по вопросам профилактики наркомании, алкоголизма, табакокурения.
4	Организация постоянно действующего лектория "За здоровый образ жизни" в т.ч. в дистанционной форме (школьные газета, сайт)  стенд сдачи норм ГТО	в течение всего периода	зам. директора по УВР, инспектор по охране прав детства, медработник  учитель	
5	Организация систематических медосмотров обучающихся	в течение всего периода	директор, медработник	Проведение профилактического обслуживания обучающихся и сотрудников
6	Обеспечение обучающихся сбалансированным горячим питанием. Витаминизация питания.	в течение всего периода	директор, повар	
7	Реконструкция, оснащение и эстетическое оформление помещений школьной столовой	2014-2018	директор	
8.	Организация социально-педагогической помощи	2014	инспектор по охране прав детства	
9..	Работа спортивных секций по направлениям, соревнования, массовые мероприятия, акции, дни здоровья и др.)  Сдача норм ГТО	в течение всего периода	Учитель физкультуры, ОБЖ зам. директора по УВР, классные руководители.	Увеличение количества обучающихся, занимающихся в спортивных секциях, участвующих в акциях, соревнованиях, спартакиадах. Вовлечение семей обучающихся в совместные мероприятия. Развитие ученического самоуправления.

10.	Организация летних оздоровительных площадок на базе школы	ежегодно в летний период	Администрация школы	Оздоровление и организация активного организованного отдыха обучающихся
11.	Комплектование кабинетов спортивным и игровым оборудованием для проведения динамических пауз	2014-2017	директор	Организация мест активного отдыха между учебными занятиями
12.	Проведение вакцинации школьников и педагогов	ежегодно	директор, медработник	Комфортные и безопасные условия обучения
13.	Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических и эпидемиологических норм в образовательном процессе	в течение всего периода	директор	

**Основные подходы к организации здоровьесбережения учащихся:**



Основные мероприятия Программы «Сохраним своё здоровье»	Сроки
1. Формирование единой информационной базы данных о состоянии здоровья детей и подростков.	2014-2018
2. Определение «поля проблем» и создание системы повышения квалификации педагогического коллектива по проблемам здоровьесбережения учащихся.	2014-2015
3. Внедрение в практику образовательного процесса инновационных здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания школьников.	2014-2018
4. Разработка и внедрение системы взаимодействия и повышения валеологической	2014-

грамотности родителей.	2018
5. Формирование основ здорового образа жизни у учащихся и ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья через организацию урочной и внеурочной деятельности.	2014-2018
6. Создание системы спортивно-оздоровительной работы. Структура и содержание ВФСК ГТО.	2014-2018
7. Формирование единых требований для реализации здорового образа жизни.	2014-2018
8. Реализация сюжетно-ролевой игры «Радуга Здоровья» для учащихся 1-8 классов	2014-2017
9. Организация и проведение школьного конкурса: «Самый спортивный класс».	2014-2017
10. Организация и проведение школьного конкурса: «Спортсмен года»	2013-2017
11. Участие в школьном и районном конкурсе агитбригад «За здоровый образ жизни».	2014-2016
12. Создание папок с методическими рекомендациями для проведения классных часов по направлению «Здоровье»	2013-2016
13. Мониторинг состояния здоровья учащихся.	2013-2017
14. Проведение Дней здоровья в школе	2013-2017
15. Организация летнего оздоровительного лагеря на принципах социального подхода и с учётом состояния здоровья детей.	2014-2018
16. Участие в школьной и районной Спартакиаде среди образовательных учреждений Каменского района Свердловской области.	2014-2018

### **Организация и контроль за выполнением программы**

Координация и контроль за выполнением Программы администрация школы оставляет за собой:

- анализирует ход выполнения плана, действий по реализации Программы и вносит предложения на педагогический совет по его коррекции,
- осуществляет информационное и методическое обеспечение реализации Программы;
- осуществляет тематический, текущий, персональный и предупредительный контроль за деятельностью учителей и обучающихся в рамках своих компетенций.

### **Оценка результатов реализации направления «Сохраним своё здоровье»**

<b>Показатели</b>	<b>2013</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>	<b>2016</b>	<b>2017</b>
Рост числа учащихся, вовлеченных в физкультурно-оздоровительную деятельность	65%	70%	75%	80%	85%
Уменьшение количества	12 %	10 %	7%	5 %	2%

дней, пропущенных учащимися по болезни					
Увеличение количества кружков спортивно-оздоровительной направленности, в том числе туристических	5%	8%	10%	12%	15%
Выполнение норм ВФСК ГТО					

**Конечный продукт:** выпускник МКОУ «Клевакинская СОШ» должен владеть знаниями, умениями и навыками ЗОЖ, должен иметь внутреннюю потребность применять их в повседневной жизни и конечно сдать нормы ГТО.