

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя
общеобразовательная школа с. Русская Борковка
имени Героя Советского Союза Д.Н. Голосова
муниципального района Ставропольский Самарской области**

РАССМОТРЕНО

на заседании
методического совета
Протокол № 1
от 26.08.2022г.
Руководитель МС

Л.Н.Лигостаева

ПРИНЯТО

на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от 26.08.2022г.
Председатель ПС

А.В. Миронова

УТВЕРЖДАЮ

к использованию в ГБОУ
СОШ с. Русская Борковка
Приказ № 152
от 26.08.2022г.
Директор

А.В.Миронова

**Учебно-воспитательная программа
«Здоровье»**

1-11 классы

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, подготовиться 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		
VI .Оздоровительная работа		
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. Диагностика		
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.
II. Режим учебного процесса		
Проверка режима проветривания школьных помещений		
Отслеживание чистоты и безопасности пешеходных дорожек в зимний период		
Смотр экологичности школьных помещений		
III .Уроки и здоровье		
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.		
IV. Методическая работа с педагогическим коллективом		
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.		
V. Работа с родителями		
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		
VI. Оздоровительная работа		
Спортивный праздник, посвященный Масленице		
Ледовая эстафета 1-4кл.	Ледовая эстафета 5-8кл.	
	Соревнования по н/теннису 5-11 кл.	
<u>Четвертая четверть</u>		
I. Диагностика		
Уровень удовлетворенностью школьной жизнью		
Состояние здоровья на конец учебного года		
II. Режим учебного процесса		
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. Русская Борковка, СП «Спектр», СП ДЮСШ, отделом опеки и попечительства м.р.Ставропольский, КЦСОН, ОМВД ПДН Ставропольского района .

