

ПРИНЯТА  
на заседании.  
Педагогического совета  
Протокол № 1  
от «13 » января 2012.



## **ПРОГРАММА «ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ» для учащихся 1-11 классов на 2012 - 2017 годы**

Составитель: Костина Е.А.- организатор внешкольной и внеклассной работы с детьми  
ГБОУ СОШ с.Шигоны

с. Шигоны  
2012

Здоровье – это не всё, но без здоровья всё ничто.  
Сократ.

## **ВВЕДЕНИЕ.**

Программа деятельности , но воспитанию здорового образа жизни учащихся ГБОУ СОШ с.Шигоны «Школа здоровья» на 2012-2017 годы (далее Программа) разработана в соответствии с Программой развития школы на 2007-2012 годы «Школа здоровья», предложениями педагогического коллектива школы, учащихся школы и их родителей. Программа нацелена на сохранение и укрепление здоровья субъекта образовательного процесса (учащихся), как залога его будущего благополучия и успешности в жизни.

Программа определяет основные направления по формированию здорового образа жизни учащихся ГБОУ СОШ с.Шигоны и является продолжением программы «Школа здоровья» на 2007-2012 годы. Программа рассчитана на учащихся 1-11 классов.

Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным,

сделайте его крепким и здоровым.  
Жан Жак Руссо.

## **Содержание проблемы и необходимость продолжения воспитания здорового образа жизни среди учащихся.**

В современном, постоянно меняющемся мире, где на человека обрушивается огромный поток информации, стремителен темп и череда нескончаемых дел, неправильное питание, несоблюдение режима дня, злоупотребление компьютером, телевидением, всё это на фоне неблагоприятной окружающей среды понимаешь, что самой большой ценностью может быть только здоровье человека.

Здоровье является состоянием полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней. Здоровье – это не просто комплекс правил и упражнений, это скорее образ жизни, который вырабатывает привычку жить согласно законам природы. Мы сами ответственны за свое здоровье и об этом надо помнить.

В последнее десятилетие в современном обществе центральной идеей является сохранение здоровья подрастающего поколения, как основополагающего фактора будущего благополучия государства. И сегодня очень важно не только подготовить ребёнка к самостоятельной жизни, воспитать его нравственно и физически здоровым, но и научить его быть здоровым, способствовать формированию у него осознанной потребности в здоровье. При этом формирование здорового образа жизни у учащихся возможно при условии широкой интеграции образовательного учреждения, дополнительного образования, других учреждений и организаций, опирающихся на профессиональные знания, опыт по укреплению здоровья, адаптации к воспитательно-образовательному процессу.

Фундамент здоровья закладывается в детстве. Как сохранить? Как убедить в необходимости беречь его с ранних лет? Как сделать так, чтобы бережное отношение к себе и другим людям стало привычкой, а позже – особенностью характера?

Анализ состояния здоровья учащихся школы, свидетельствует, что по данным 2010-11учебного года :

- практически здоровы – 66% учащихся
- имеют отклонения в здоровье - 34%

Характеристика заболеваемости детей

- органов зрения – 6%
- сердечно-сосудистых – 5%
- опорно-двигательного аппарата – 14.7%
- органов дыхания – 2%
- органов пищеварения – 1.8%
- нарушение осанки – 9%
- дефицит массы – 1%

Количество часто болеющих детей – 112 чел

Количество курящих детей – 27 человек

Данные по группам здоровья

- основная – 681 человек
- подготовительная – 41 человек
- специальная - 4 человека

Задачи по воспитанию здорового образа жизни в школе, решались в последние годы в ходе реализации программы «Здоровье» на 2003-07 годы, основной целью которой было,

создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни, как к одному из главных путей достижения успеха.

Результаты деятельности следующие:

год	задача	ответ-й	отметка о выполнении
2007	<ul style="list-style-type: none"><li>• Разработать программу «Здоровье» на 2003-07 годы, для 1-11 классов</li><li>• Установить сотрудничество с учреждениями села, занимающимися пропагандой ЗОЖ и профилактикой заболеваний</li></ul>	Гришина Л.В Гришина Л.В Лапшова Е.Л	+
2007-2012	<ul style="list-style-type: none"><li>• Создать методическую базу (сценарии, викторины, положения и др.)</li><li>• Активно участвовать в спортивных соревнованиях</li></ul>	Гришина Л.В Лапшова Е.Л Захаров А.С	+
2010	<ul style="list-style-type: none"><li>• Оформить стенд «Спортивные успехи»</li></ul>	Захаров А.С	+
2011	<ul style="list-style-type: none"><li>• Разработать сценарий «Малые олимпийские игры»</li></ul>	ВР	+
2011	<ul style="list-style-type: none"><li>• Оформлен стенд «Знай и уважай ПДД»</li></ul>	Лапшова Е.Л	+
2012	<ul style="list-style-type: none"><li>• Разработать положение о Спартакиаде</li></ul>	Гришина Л.В	+

Для реализации Программы в школе имеется необходимая материально-техническая база : спортивный зал, спортивный инвентарь, туристическое снаряжение.

Исходя из анализа можно сделать вывод, что данное направление воспитания актуально.

Для создания системы, направленной на формирование здорового образа жизни и эффективного её функционирования сделано не всё возможное, поэтому необходимо продолжить работу по этому направлению.

## **Основные принципы Программы**

- Здоровый ребенок – норма детского развития
- Аксиологический подход к организации программы, в центре которой человек, находящийся в процессе постоянного освоения и развития общечеловеческих ценностей, где здоровый образ жизни выступает как основная категория
- Оздоровление в условиях школы – это не только совокупность лечебно-профилактических мер, но и система оптимальных условий для сохранения, укрепления и развития психофизических возможностей обучающихся
- Индивидуально-дифференцированный подход к организации оздоровительно – развивающей работы с обучающимися, учитывающий индивидуальные психо- физические и гендерные особенности основных участников программы
- Принцип соучастия, обеспечивающий активную позицию всех участников образовательно-воспитательного процесса в школе
- Принцип научности, направленный на строгий и продуманный отбор содержания и форм оздоровительной работы из всего многообразия современных достижений российской и зарубежной педагогики.
- Принцип гарантированности здоровьесбережений в школе, обеспечивающий соблюдение и реализацию в полном объёме конституционных прав каждого ребенка на получение образования и медицинского обслуживания, выполнение государственных гарантий, направленных на сохранение, укрепление и развитие здоровья подрастающего поколения.

## **Цель и задачи Программы**

**Цель:** Формирование у ребенка сознательного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих

**Задачи:**

- воспитание у детей культуры здоровья, предполагающей не только грамотность , достигаемую в результате обучения, но и практическое воплощение потребности вести здоровый образ жизни, заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих
- популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта
- формирование представлений о самопознании, гигиене, правильном питании, личной безопасности
- развитие способностей, склонностей и интересов учащихся
- профилактика заболеваний
- профилактика детского дорожно-транспортного травматизма
- просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей
- подготовка педагогов по вопросам охраны здоровья детей

## **Основные направления работы**

1. Решение оздоровительных задач средствами системы дополнительного образования, системы воспитывающей деятельности.
2. Профилактическая работа по предупреждению заболеваний среди учащихся.
3. Профилактическая работа по предупреждению детского дорожно-транспортного травматизма.
4. Систематическая просветительская, профилактическая работа с родителями по вопросам оздоровления детей и профилактике заболеваний.
5. Активное привлечение родителей обучающихся к решению вопросов оздоровления детей в школе.

## **Механизм реализации Программы**

Координацию деятельности по реализации Программы осуществляет Совет по реализации Программы (далее именуется Совет). В состав входят участники образовательно-воспитательного процесса и иные лица, заинтересованные в организации и совершенствовании деятельности по формированию здорового образа жизни среди детей и молодежи.

Совет определяет содержание, сроки конкретных мероприятий по реализации Программы, организует их выполнение, обсуждает предложения, направленные на повышение эффективности в работе, развивает активные формы общественно-воспитательного воздействия на формирование здорового образа жизни среди учащихся.

Основными исполнителями мероприятий Программы являются педагоги школы, учащиеся и их родители.

### **Координационный совет.**

- Костина Е.А. – Председатель совета, организатор внешкольной и внеклассной работы с детьми.
- Гришина Л.В.– заместитель директора по УВР
- Черняева Н.А.– старшая вожатая
- Захаров АС – учитель физкультуры
- Храмушев С.В. – учитель физкультуры
- Железников АЕ – учитель ОБЖ

## **Оценка эффективности реализации Программы**

Оценка эффективности реализации Программы осуществляется на основе:

- системности деятельности
- анкетирования
- степени охвата учащихся мероприятиями
- широты охвата учащихся мероприятиями
- «выхода» за пределы школы

## **Прогнозируемые результаты**

- У учащихся школы сформировано сознательное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.
- Создать банк методических материалов (сценариев, положений и др.)
- Положительная динамика показателей уровня всех видов здоровья детей

В результате осуществления Программы ожидается, что выпускник школы будет:

- физически, нравственно и психологически здоров
- будет сформирована потребность вести здоровый образ жизни

## **МЕРОПРИЯТИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятие</b>	<b>Период исполнения</b>	<b>Ответственные</b>
<b><u>1. Раздел «Организационный»</u></b>			
1	Заседания координационного Совета по вопросам анализа, планирования работы и организации мероприятий Программы	сентябрь , май ежегодно	Председатель Совета
2	Привлечение родителей учащихся к организации и проведению мероприятий по воспитанию здорового образа жизни .	ежегодно	ВР, классные руководители
3	Заседания м/о классных руководителей по вопросам реализации Программы с повесткой « Здоровье учащихся -проблемы, пути решения»	декабрь 2012 2014 2016	организатор внекл. и внешк. работы с детьми
4	Расширение методической базы (сценарии, викторины, анкеты, инструкции)	ежегодно	ВР, КР
5	Организация работы Совета физоргов	сентябрь ежегодно	УФ
6	Составление договоров и совместных планов работы с учреждениями и организациями села	сентябрь ежегодно	ВР
7	Оформление наглядной агитации для родителей и учащихся.	сентябрь ежегодно	КР, ВР
8	Организация работы лагеря дневного пребывания.	июнь	Начальник ЛДП
9	Оформление фотоархива .	ежегодно	Совет старшеклассников

### **2. Раздел «Профилактика заболеваний».**

1	Закаливание.	1кл.	ноябрь ежегодно	КР, ЦРБ
2	Здоровые зубы. Профилактика кариеса.	2кл	ноябрь ежегодно	КР, ЦРБ
3	Как не заболеть, когда другие болеют.	3кл.	ноябрь ежегодно	КР, центр «Семья»
4	Правильная осанка-путь к здоровью.	4кл.	ноябрь ежегодно	КР, ЦРБ
5	Профилактика гриппа.	5кл.	ноябрь ежегодно	КР, ЦРБ
6	Все ли вы знаете о себе?	6кл.	ноябрь ежегодно	КР, центр «Семья»
7	Изменения, которые происходят в организме подростка в период полового созревания. Гигиена подростка.	7кл.	ноябрь ежегодно	КР, центр «Семья»

8	Курение и развивающийся организм.	8кл.	ноябрь ежегодно	КР, ЦРБ
9	Правила рационального питания.	9кл.	ноябрь ежегодно	КР, ЦРБ, центр «Семья»
10	Занятия по программе «СПИД. Профилактика СПИДА. Наркомания»	10кл.	ноябрь ежегодно	КР, центр «Семья»
11	Венерические заболевания.	11кл.	ноябрь ежегодно	КР, ЦРБ
12	Планирование семьи.	11кл.	ноябрь ежегодно	КР, центр «Семья»
13	Выпуск школьной газеты	2-11кл.	2013,2015,2017 ежемесячно	КР

### 3. Раздел «Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма»

1	Акция «Напиши письмо водителю»	1-11кл.	сентябрь ежегодно	КР
2	Акция «ЮИД на дороге»	5-11кл.	сентябрь ежегодно	ВР, КР
3	Участие в окружном конкурсе театрализованных представлений, пропагандирующих безопасность дорожного движения.		ноябрь ежегодно	ВР
4	Просмотр тематических д/ф, м/ф.	1-4кл.	сентябрь ежегодно	КР, ВР
5	Участие в тематических конкурсах областного, окружного, районного уровня.		ежегодно	ВР, КР учителя предметники
6	Игра-соревнование «Пятое колесо»	2-4кл.	сентябрь 2012 2014, 2016	ВР
7.	Конкурс рисунков «Безопасная дорога»	1-7кл.	сентябрь 2013 2015 2017	ВР
8	Конкурс газет «Уважай ПДД!»		сентябрь 2012 2014, 2016	ВР, КР
9	Соревнования юных велосипедистов		апрель 2012, 2016	ВР, КР

### 4. Раздел «Спорт нам поможет силы умножить».

1.	Спартакиада		2012-13 2014-15 2016-17	ВР, УФ
	- Легкоатлетический кросс	2-11кл	сентябрь	
	- Кубок по футболу	3-11кл	сентябрь	
	- Кубок по баскетболу	10-11кл	октябрь	
	- Кубок по волейболу	10-11кл	ноябрь	
	- Первенство по баскетболу	7-9кл	октябрь	
	- Первенство по хоккею	5-11кл	январь	
	- Первенство по настольному теннису	5-11кл	ноябрь	
	- Первенство по шашкам и шахматам	1-11кл	апрель	

	- Подвижные игры	1-4кл	ноябрь	
	- Первенство по лыжным гонкам	1-11кл	февраль	
	- Первенство по лыжам (военно-спортивная лыжная эстафета)	10-11кл	февраль	
	- Стритбол	7-11кл	апрель	
	- Дартс	1-11кл	апрель	
2.	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня		ежегодно	УФ
3	Малые Олимпийские игры.		2013-14 2015-16	ВР, УФ
4	Школьный слет юных туристов	8-11кл	2013-14 2015-16	УФ, ВР
5	Товарищеские встречи		ежегодно	УФ
	с родителями			
	с учителями			
	сборной ДЮСШ			

#### 5. Раздел «Массовые оздоровительные мероприятия, Конкурсы»

1.	Туристические походы	1-11кл	ежегодно	КР
2	Военно-спортивная игра «Зарница»	5-11кл.	сентябрь 2012 2014, 2016	ВР, учитель ОБЖ, УФ
3.	Месячник «Здоровый образ жизни»:		апрель ежегодно	ВР, УФ
-	Декада по профилактике курения «Школа без табака»	5-11кл.	апрель 2013, 2015, 2017	
-	День Здоровья	1-11кл.	ежегодно	
-	День футболиста	5-7кл.	апрель 2014, 2016	УФ
-	Ток-шоу «Три ступени ведущие вниз»	10кл.	апрель 2013, 2016	ВР
4.	Деятельность спортивных секций и кружков		ежегодно	рук-ль кружка
5	Соревнование классов на лучшее оформление класса «Класс! Уют! Чистота!»	5-11кл.	ноябрь ежегодно	ВР
6.	Защита проектов «Кто, если не я?»	1-11кл.	2012 2015	ВР
7.	Легкоатлетическая эстафета (совместно с другими учреждениями села)	1-11кл	май, ежегодно	ВР
8	Общешкольная научная конференция «Будь здоров!»	8-11кл	декабрь ежегодно	УВР, ВР, КР
9	День борьбы с наркоманией «Мы, против!!!»	5-11кл	ноябрь 2012, 2014, 2017	ВР
10	Конкурс рисунков «Олимпийские виды спорта», посвященный Дню борьбы со СПИДом.	1-11кл	декабрь 2012, 2014, 2015	ВР

#### 6. Раздел «Семья»

1	Игра « Ура! Веселые старты» .	1,5,11кл	ноябрь ежегодно	ВР, КР
2.	Конференция для родителей «Роль семьи в		апрель	ВР

	формировании ЗОЖ»	2013, 2015, 2017	
3	Оформление сменных информационных стендов «Здоровье наших детей» 1-11кл	ежегодно	КР
4	Просветительская работа: встречи с врачами, круглые столы. 1-11кл.	ежегодно	КР
5	Совместные классные мероприятия. 1-11кл	ежегодно	КР
6	Практикумы для учащихся и родителей (совместные) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Гимнастика для глаз 2 кл</li> <li>- Кто я ? Кто ты? 3кл</li> <li>- Право на здоровье 4кл</li> <li>- Хочу, могу, буду 5кл</li> <li>- Хочешь быть здоровым – будь им 6кл</li> <li>- Твоя формула здоровья 7кл</li> <li>- Привычка – вторая натура 8кл</li> <li>- Учитесь властвовать собой 9кл</li> <li>- Если оглянуться вокруг 10кл</li> <li>- Если заглянуть в будущее 11кл</li> </ul>	ежегодно	КР