***Творческая работа в рамках Всероссийской акции «Спорт – альтернатива пагубным привычкам» в номинации «Здоровьесберегающие технологии»***

***ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА***

Современные условия выдвигают перед образованием задачи воспитания здорового подрастающего поколения, способного к достижению высоких результатов в различных сферах деятельности. Они определяют стратегию образовательной политики страны, в разработке целей и содержания которой решающая роль отводится гуманистической идеологии, признающей ценность человека, его прав на развитие и реализацию способностей и интересов.

По мнению ученых и представителей педагогической общественности, в системе общественных ценностей здоровье является «естественной, абсолютной и непреходящей» жизненной ценностью, благом, к которому нужно стремиться всю жизнь и которое предоставляет человеку возможность освоения других жизненных ценностей.

Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» в качестве одного из основных направлений инновационной деятельности образовательного учреждения определяет построение такого образовательного процесса, при котором будет сохраниться и укрепляться здоровье школьника. В этой связи результатом деятельности образовательного учреждения является формирование здоровой личности, способной к успешному освоению новых образовательных стандартов, владеющей социальными, коммуникативными, интеллектуальными компетенциями, способной к активной профессиональной деятельности в условиях информационного общества.

Основными нормативно-правовыми документами, регулирующими деятельность образовательного учреждения в этом направлении , являются:

* Конституция РФ
* Федеральный закон «Об образовании» от 10 июля 1992 № 3266 -1 в редакции от 17 декабря 2009 г. №313 ФЗ
* Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» от 04.02.2010 г.
* Национальная доктрина образования в РФ до 2025 года
* «Федеральная целевая программа развития образования на 2011-2015 годы» от 15января 2010 г.
* Приказ Минобрнауки №10
* Типовое положение об общеобразовательном учреждении , 2005 г.
* Конвенция о правах ребенка, 1989 г.
* Президентская программа «Дети России». Указ Президента от 18 августа 1994 г. № 1696
* Закон об образовании в Смоленской области от 28 декабря 2004 г.№ 118-3
* Концепция модернизации образования в России до 2015 года.

По мнению ученых, здоровье является условием для достижения школьниками высоких конечных результатов: предметных, метапредметных и личностных. Однако реальное состояние здоровья детей свидетельствует о его отрицательной динамике в процессе обучения. По данным Департамента государственной политики в сфере воспитания, дополнительного образования и социальной защиты детей Минобрнауки России, две трети детей в возрасте 14 лет имеют хронические заболевания и лишь 10 % выпускников общеобразовательных учреждений можно назвать здоровыми. Общая заболеваемость в России детей в возрасте до 14 лет за последние 5 лет возросла на 16%, юношей и девушек в возрасте 15-18 лет- на 18%, а число детей 6-7лет , не готовых к систематическому обучению в школе, превышает 32%. Из 13, 4 миллиона детей школьного возраста более половины (53%) имеют ослабленное здоровье.

Общая тенденция свидетельствует о неблагополучии здоровья школьников. В связи с этим возникает проблема совершенствования системы мер, направленных на сохранение и укрепление здоровья (физического, соматического, психического, духовно-нравственного) школьников.

В одном ряду с нарушениями физического здоровья стоят «болезни» здоровья нравственного. Современное поколение формирует свою «рыночную» психологию здоровья, новую потребительскую субкультуру, в которой главным понятием является престиж, а итогом – различного рода зависимости. Вот только малый список наиболее популярных зависимостей: наркотическая, алкогольная, популярная сейчас компьютерная или игровая, зависимость от сигарет, от еды, от азартных игр. Среди молодежи частыми являются проявления насилия, оскорблений, увеличивается количество детей, рано вступающих в половые связи. Это положение объясняется тем, что учащиеся относятся к здоровью безответственно. Они не осознают последствий безответственного отношения, считают, что здоровье является их личным достоянием, что оно вечно и не требует особенной заботы о сохранении и укреплении. Поэтому важно создавать не только внешние условия для сохранения и укрепления здоровья школьников в виде здоровьесберегающей среды ОУ, но и запускать внутренние механизмы, побуждающие школьников относиться к здоровью ответственно.

Именно поэтому разработанная нами программа «Здоровье» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование учащихся. В реализации программы «Здоровье» задействованы все службы школы: администрация, педагоги, психолог, медицинский работник и технический персонал.

**Цель программы** - поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьника отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Исходя из конкретной ситуации в школе и в соответствии с поставленной целью можно определить следующие задачи деятельности педагогического коллектива.

**Задачи**

1. Совершенствовать модель здоровьесберегающей образовательной среды, адекватной государственному образовательному заказу и образовательным запросам учащихся, их родителей и социального окружения школы.

2. Создать систему работы по формированию ответственного отношения школьников к здоровью:

- сохранять и укреплять здоровье (физическое, психическое, социальное, соматическое, духовно-нравственное) школьников;

- обеспечивать рациональную организацию учебного процесса, позволяющую установить паритет физической и интеллектуальной нагрузки школьников и снятие перегрузок учащихся;

- совершенствовать содержание образования на основе использования современных информационных и коммуникационных технологий, способствующих достижению высоких конечных результатов;

-формировать представления учащихся о ценности здоровья и здорового образа жизни, навыки ответственного поведения в отношении него;

- обеспечить в единстве комплекс мероприятий по безопасному функционированию образовательного учреждения;

- создать матричную модель управления школой, обеспечивающую участие ученического, родительского, профессионального сообщества и социальных партнеров в процессе формирования ответственного отношения школьников к здоровью.

3.Систематизировать работу с кадрами по повышению уровня профессиональной компетентности педагогов в формировании ответственного отношения школьников к здоровью.

Ожидаемые результаты:

1. Формирование ответственного отношения школьников к здоровью:
   * высокая степень осознания личной и общественной ценности здоровья, ориентация на приоритет здорового образа жизни;
   * полные системные знания о ценности здоровья, о способах его сохранения и укрепления;
   * положительное (бережное, заинтересованное) отношение к здоровью, основанное на осознанном собственном выборе здорового образа жизни;
   * высокая степень сформированности умений ответственно относиться к здоровью, наличие опыта по овладению социально значимыми приемами здорового образа жизни.

2. Участие ученического, родительского, профессионального сообщества и социальных партнеров в процессе формирования ответственного отношения школьников к здоровью.

3. Повышение уровня профессиональной компетентности педагогов в формировании ответственного отношения школьников к здоровью.

**Участники программы**

* учащиеся;
* классные руководители;
* учителя- предметники;
* школьная медицинская сестра;
* врачи- специалисты;
* школьные специалисты (психолог, логопед);
* социальные партнёры;
* родители.

**ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Выбор педагогическим коллективом данного направления по обеспечению охраны здоровья обучающихся, формированию здорового образа жизни обусловлен сложившимся неблагополучным состоянием здоровья школьников. В частности, в нашем Демидовском районе Смоленской области в 8-9-летнем возрасте ведущими заболеваниями являются: поражения желудочно-кишечного тракта (42,2%), органов зрения (31,1%), в 10-11 лет – нарушения органов пищеварения занимают второе место (36%), на первом месте размещаются сердечно -сосудистые и неврологические нарушения (52,0% и 46,6%). В 12-14-летнем возрасте у 37,0% учащихся наблюдается сочетание трех и более патологий. В 15-17 лет нарушения сердечно - сосудистой системы достигают 87,5%.

По муниципальному образованию «Демидовский район» и МБОУ СОШ № 2 ситуация с состоянием здоровья школьников выглядит следующим образом:

Таблица 1.

***Распределение учащихся Демидовского района и МБОУ СОШ №2***

***по группам здоровья***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Группа**  **здоровья** | **2011** | | **2012** | |
| **Район** | **Школа** | **Район** | **Школа** |
| **1** | **7%** | **7%** | **9%** | **12%** |
| **2** | **57.5%** | **55%** | **59.9%** | **60%** |
| **3** | **34%** | **35%** | **30.4%** | **27%** |
| **4** | **1.5%** | **3%** | **0.7%** | **1%** |

Анализ данных свидетельствует о положительной динамике в распределении учащихся Демидовского района и МБОУ СОШ №2 по группам здоровья: уменьшается количество учащихся с третьей и четвертой группами здоровья за счет увеличения количества учащихся с первой и второй группами здоровья.

По данным районной педиатрической службы, состояние заболеваемости школьников, структура заболеваемости представлены в таблицах 2 и 3.

Таблица 2.

***Состояние заболеваемости школьников (в %о на 1 тыс. детей).***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Заболеваемость** | **2011** | | **2012** | |
| **Район** | **Школа** | **Район** | **Школа** |
| **Общая (острые и хронические заболевания)** | **3066.4** | **3024.6** | **2363** | **2956** |
| **Первичная**  **(острые)** | **1345.7** | **1346.7** | **1258.6** | **854.4** |

Таблица 3.

***Структура заболеваемости (%о на 1 тыс. чел.)***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Заболева-**  **ние** | **2011** | | | | **2012** | | | | |
| **Район** | **Место**  **среди забол.** | **Школа** | **Место среди забол.** | **Район** | **Место** | | **Школа** | **Место** |
| **Грипп ОРВИ** | 811.4 | **1** | 954.6 | **1** | 509.7 | **1** | 588.8 | | **1** |
| **Костно-мышечн**  **забол.** | 197.6 | **2** | 395.8 | **2** | 129.6 | **3** | 398.2 | | **3** |
| **Болезни эндокр.**  **системы** | 127.3 | **4** | 160.8 | **5** | 107.3 | **4** | 154.2 | | **3** |
| **Болезни органов чувств.** | 143 | **3** | 185.6 | **4** | 201.2 | **2** | 139.2 | | **4** |

Анализ данных показателей свидетельствует о том, что отмечается снижение общей заболеваемости в школе с 3024.6 %о в 2011 г. до 2956.4 %о в 2012 г., а также первичной заболеваемости с 1346%0 в 2011 г. до 854.4%о в 2012 г., заболеваемость гриппом и ОРВИ уменьшилась с 954.6 %о в 2011 г. до 588.8 %о в 2012 г.

* + - 1. **Санитарно- гигиеническое состояние школы**

Одним из направлений решения проблемы сохранения и укрепления здоровья учащихся является обеспечение оптимальных гигиенических условий в школе как важного элемента функционирования здоровьесберегающей среды.

***Здание школы*** находится в благоприятной экологической зоне. Вокруг территории школы посажены хвойный деревья, много цветов, зеленых насаждений, протекает река Каспля, отсутствуют промышленные предприятия в радиусе 2 км. Поэтому экологический фактор положительно влияет на физическое, соматическое, психическое, духовно-нравственное здоровье школьников.

Система работы по поддержанию санитарно - гигиенического состояния школы построена в соответствии с требованиями СанПиНа (таблицы 1, 2).

Таблица 1.

**Оценка интерьера классных помещений**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Элемент интерьера** | **Санитарно-гигиеническая норма** | **Уровень соответствия требованиям СаНПиНа** |
| ***Отделка стен*** | Шероховатые, матовые, допускающие уборку влажным способом | ***Полное соответствие*** |
| ***Цвет стен*** | При южной ориентации помещений рекомендуются более холодные тона окраски стен (светло-серый, светло-голубой), светло-зеленый), при северной – более теплые(желтовато-охристый, бежевый). Используются материалы с отражающей способностью 50-60% | ***Полное соответствие*** |
| ***Чистота цвет*** | Чисто вымытые | ***Полное соответствие*** |
| ***Покрытие пола*** | Без щелей дощатое, паркетное или линолеум на утепленной основе. Используются материалы с отражающей способностью 30-50% | ***Полное соответствие*** |
| ***Потолок*** | Белого цвета(коэффициент отражения 70-80%) | ***Полное соответствие*** |
| ***Двери и оконные рамы*** | Белого цвета | ***Полное соответствие*** |
| ***Парты, столы, шкафы*** | Цвета натурального дерева или светло-зеленые) | ***Частичное соответствие*** |
| ***Облицовочные материалы*** | Запрещена отделка внутри помещения полимерными материалами или синтетическими ковровыми покрытиями | ***Полное соответствие*** |

Таблица 2.

**Характеристика основных параметров рабочей зоны**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные размеры**  (при трехрядной расстановке) | **Санитарно-гигиеническая норма** | **Уровень соответствия требованиям СаНПиНа** |
| ***Расстояние между рядами*** | Не менее 0,6 м | ***Полное соответствие*** |
| ***Расстояние от наружной стены до ряда столов*** | Не менее 0,5-0,7 м | ***Полное соответствие*** |
| ***Расстояние от внутренней стены до ряда столов*** | Не менее 0,5-0,7 м | ***Полное соответствие*** |
| ***Расстояние от задней стены до последних столов*** | Не менее 1,0 м | ***Полное соответствие*** |
| ***Расстояние от демонстрационного стола до классной доски*** | Не менее 1,0 м | ***Полное соответствие*** |
| ***Расстояние от первого учебного стола до классной доски*** | 2,4 – 2,7 м | ***Полное соответствие*** |
| ***Удаленность последнего рабочего места от классной доски*** | Не более 8,6 м | ***Полное соответствие*** |
| ***Высота нижнего края классной доски над полом*** | 0,8-0,9 м | ***Полное соответствие*** |
| ***Угол видимости доски*** | Не менее 350 - 450 | ***Полное соответствие*** |
| ***Освещенность*** *(естественная)* | Световой коэффициент  О.25-0,17 | ***Полное соответствие*** |
| ***Смешанное освещение*** | Не менее 300 лк | ***Полное соответствие*** |
| *А) поверхность рабочего стола* |
| *Б) поверхность классной доски* | Не менее 500 лк | ***Полное соответствие*** |
| ***Температурный режим*** | 150-200 | ***Допустимый уровень*** |
| *А)Классная комната* |
| *Б) Школьный коридор* | 160-180 | ***Допустимый уровень*** |
| ***Коэффициент аэрации*** | 1/50 | ***Полное соответствие*** |
| *Учебное помещение* |
| *Рекреация* | 1/55 | ***Полное соответствие*** |

1. **Организация питания в школе**

Интенсивная учебная деятельность связана с умственными и физическими нагрузками, затратами энергии, восполнить которую можно с получением пищи.

В школе уделяется внимание ***организации горячего питания*** всех учащихся. Еженедельное меню составляется исходя из сбалансированности и разнообразия рациона питания, которое обеспечивает восстановление энергетических трат организма. Школьная столовая обеспечена современным оборудованием, которое позволяет проведение технологической обработки, сохраняющей пищевую ценность всех продуктов.

В 2008 году школой приобретен пароконвектомат, позволяющий готовить пищу на пару. Регулярно учащиеся получают салаты из свежих овощей. Третье блюдо витаминизируется, особенно с ноября по май. Постоянно в пище используется только йодированная соль. Важную роль в сохранении и укреплении здоровья играет качество употребляемой питьевой воды. Пить воду из-под кранов в школе не рекомендуется, в качестве питьевой воды используется охлажденная кипяченая вода.

В школьном пищеблоке установлен фильтр для очистки воды.

Однако существует целый ряд причин, вызывающих тревогу от сегодняшней ситуации с питанием школьников. Во-первых, часть детей страдает от неполноценности рациона питания (в том числе домашнего), причем в наиболее острых случаях это приводит к замедлению физического и функционального развития. Во- вторых, дети и, видимо, их родители не демонстрируют грамотного пищевого поведения. Между тем нарушение принципа рационального питания – верный путь к развитию многих форм желудочно-кишечных заболеваний. Поэтому считаем важным формировать представления об организации рационального питания, формировать привычки рационального пищевого поведения.

В-третьих, организация питания в школе требует совершенствования, т.к. учащиеся, получая в школе только завтрак, не имеют возможности обедать (обедают только учащиеся, посещающие ГПД), хотя многие, особенно старшеклассники, проводят в школе по 7-9 часов.

Конечно, из-за ограниченности ресурсов организовать полноценное и разнообразное питание в школе нелегко. Однако администрация и родители учащихся стремятся создать условия для успешной реализации знаний об организации рационального питания и применения умений и навыков правильного пищевого поведения в условиях не только школы, но и семьи.

1. **Учебный процесс**

Организационно-педагогические условия осуществления образовательного процесса, как и технологии работы учителя на уроке, – сердцевина здоровьесберегающей педагогики.

Согласно СанПиН показателями рациональной организации учебного процесса являются:

* объем учебной нагрузки – количество уроков и их продолжительность, включая затраты времени на выполнение домашних заданий;
* нагрузка от дополнительных занятий в школе: факультативов, индивидуальных занятий, занятий по выбору и т.д. – их частота, продолжительность, виды и формы работы;
* нагрузка от занятий активно-двигательного характера: динамические паузы, уроки физической культуры, спортивные занятия и т.д. – их частота, продолжительность, виды и формы занятий.

В школе главное внимание уделяется рациональному составлению расписания учебных занятий. В основе составления расписания уроков в школе лежат физиолого - гигиенические требования, которые определяются динамикой изменения физиологических функций и работоспособностью учащихся на протяжении учебного дня и недели. В составлении школьного расписания мы учитываем сложность предметов и преобладание динамического или статического положения ребенка во время занятий. Как показывает практика, ослабление внимания учителя за позой учащихся во время урока приводит к неправильной посадке, что в будущем может способствует развитию заболеваний. Поэтому важно оказывать не только внешнее воздействие на положение учащихся во время урока, но и формировать привычки самоконтроля осанки. В процессе составления расписания мы используем рамовую шкалу трудности предметов по В.И.Агаркову и И.Г.Сивкову (таблица 3).

Таблица 3.

***Гигиеническая оценка расписания***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Параметры расписания** | **Гигиенически рациональные характеристики параметров** |
| 1 | Начало занятий и их сменность | Учебные занятия начинаются в 9.00 , проводятся в одну смену |
| 2 | Продолжительность урока | Для учащихся 1 классов занятия по 35 минут,  в остальных классах 45 минут |
| 3 | Малые и большие перемены | Длительность малых перемен 10 минут, а больших-30 минут. В начальной школе большая перемена после 2 урока, в остальных классах после 3 урока. В 1 классе динамическая пауза в середине учебного дня не менее 40 минут. Большая перемена во вторых – одиннадцатых классах и динамическая пауза в первом классе проходят на свежем воздухе. |
| 4 | Дневная и недельная нагрузка школьников в учебных часах | В начальной школе - пятидневная учебная неделя, в основной и средней школе - шестидневная учебная неделя.  Число часов в неделю:  1 класс-20 ч., 2-4 класс-22ч;  5 класс- 31ч., 6 класс -32ч., 7 класс-34ч.  8 класс-35ч., 9 класс-35ч.,  10-11 классы-36ч. |
| 5 | Распределение по урокам учебных предметов в зависимости от их трудностей | Учебные предметы по трудности распределены в течение дня в соответствии с поурочной динамикой работоспособности школьников. Более трудные предметы ставятся на 2-3 уроке, когда работоспособность детей максимальная. |
| 6 | Распределение учебных предметов различной трудности по дням недели | Учебные предметы по трудности распределены в соответствии с недельной динамикой работоспособности школьников. Более трудные предметы приходятся на дни наиболее высокой работоспособности. Загруженность учебного дня определяем количеством уроков и трудностью предметов по баллам, используя шкалу трудности предметов для младших классов (по В.И.Агаркову), для старших классов (по И.Г. Сивкову) |
| 8 | Сдвоенные уроки по изучению одного учебного предмета | В младших классах не ставим сдвоенные уроки в расписание по изучению одного предмета, т.к. это приводит к быстрому утомлению школьников. Для 5-9 классов сдвоенные уроки ставятся при проведении уроков технологии, физкультуры целевого назначения (лыжи), в 10- 11 классах ставятся сдвоенные уроки по основным и профильным предметам |
| 9 | Место уроков физической культуры и технологии в расписании дня и недели | Физкультура и физический труд на уроках технологии снимают умственное утомление школьников и поддерживают их работоспособность на стабильном уровне. Поэтому эти предметы ставим 3-4 уроком в четверг - пятницу, с которых начинается падение работоспособности у детей и подростков. |
| 10 | Облегченный учебный день в течение недели | Для поддержания недельной динамики работоспособности школьников предусмотрен в расписании занятий облегченный день – среда. Облегченный день создается путем планирования на этот день 2-3 уроков по изучению легких предметов (физкультура, технология, музыка, рисование) |
| 11 | Ступенчатый режим обучения первоклассников | Для облегчения адаптации первоклассников в течение первого полугодия используется ступенчатый режим обучения: первая четверть-3 урока по 35 минут; со 2 четверти –4 урока по 35 минут. |

Гигиеническая экспертиза расписания (таблица 3) показывает, что оно соответствует требованиям СаНПиНа, однако очевидно, что при составлении расписания недостаточно учитываются индивидуальные особенности учащихся. Поэтому считаем необходимым составлять и корректировать индивидуальные маршруты (предполагаемая последовательность изучения учеником определенных тем курса в некоторый временной период) учащихся по освоению учебных программ по различным дисциплинам на основе принципа индивидуализации обучения. При определении маршрута важно учитывать индивидуальные особенности ученика: состояние различных физических, психических и духовно-нравственных свойств. Анализ представленных данных и практики деятельности ОУ выявил проблему, суть которой заключается в трудности рациональной организации УВП, позволяющей установить паритет физической и интеллектуальной нагрузки школьников, снять перегрузки учащихся.

Важным аспектом деятельности школы является такая организация образовательного процесса, в ходе которого формируются компетентности учащихся и сохраняется, а по возможности и укрепляется их здоровье. Существенную роль в осуществлении здоровьесберегающей деятельности играет учитель. В течение урока он оценивает и удерживает внимание на гигиенических условиях, воздушно-тепловом режиме в классе. Психофизическое состояние учащихся также важно для учителя, который оценивает эмоционально – психологическую атмосферу в классе по следующим параметрам: возбуждение, утомление, тревожность, настороженность, напряженность, враждебность, заторможенность, расслабленность. Оценка производится учителем на основании поведения нескольких школьников – индикаторов состояния классного коллектива (склонных к нарушению дисциплины, отличающихся повышенной двигательной активностью, не включающихся в учебный процесс). После оценки должна следовать адекватная реакция учителя на эмоционально-психологическое состояние класса.

Во время урока учитель корректирует позы учащихся, осуществляет смену видов деятельности. При работе в рамках здоровьесберегающей педагогики учителя - предметники используют:

- включение в цели, содержание урока элементов оздоровительной направленности;

* стимуляцию, мотивацию учащихся на обучение;
* обеспечение интереса к предмету и уроку (занимательные часы, развивающие игры, КВН, уроки-сказки, предметные недели и т.д.);
* обеспечение на уроке оптимального для здоровья темпо - ритма;

- осуществление индивидуально-личностного подхода к оценке знаний, выбору заданий адекватной сложности;

- совместную с учащимися деятельность с демократическим стилем взаимоотношений на основе сотрудничества, обеспечивающих ученику эмоциональный комфорт, психологическую безопасность, ситуацию успеха;

* обеспечение дифференцированного подхода к учащимся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, состояния здоровья.

Учителя используют в работе свои личностные качества: сочувствие, сопереживание, чуткость, которые способствуют созданию на уроке благоприятного климата, снижают стрессогенную ситуацию, а учителю позволяет с большей эффективностью реализовывать индивидуальный подход к учащимся.



Анализ организации и осуществления УВП показал необходимость совершенствования принципов, содержания и технологии образования. Для достижения школьниками высоких конечных результатов необходима интеграция знаний, умений, навыков гуманитарных и естественных наук со знаниями, умениями и навыками, которые приобретают школьники на внеклассных мероприятиях.

В школе создана здоровьесберегающая среда, которая оказывает внешнее воздействие на сохранение и укрепление здоровья учащихся. Однако у школьников недостаточно сформировано ответственное отношение к здоровью, что должно являться внутренним мотивом, побуждающим к деятельности по сохранению и укреплению собственного здоровья, в образовательном учреждении отсутствует технология воспитания ответственного отношения к здоровью. Ответственное отношение к здоровью является социальным по природе, сложным по структуре, личностным образованием. Поэтому при организации учебно-воспитательного процесса важно формировать не только представление школьников о здоровье, но и формировать социальные мотивы, готовность прилагать волевые усилия, связанные с деятельностью по сохранению и укреплению здоровья.

1. **Организация сотрудничества с родителями**

**учащихся по вопросам сохранения и укрепления**

**здоровья их детей**

Мир семьи всегда являлся сильнейшим фактором формирования личности ребенка, что нельзя исключить и не учитывать в процессе работы с детьми в школе. Анализ социального и профессионального статуса родителей учащихся выявил увеличение на 4% количества неполных семей, уменьшение на 1,6% неблагополучных семей, увеличение на 1,3% количества многодетных семей. При оптимально стабильной ситуации в семьях указанные показатели могут выступить в качестве факторов риска, снизить положительный эффект, оказываемый школой на здоровье учащихся.

Педагогический коллектив учитывает, что дети растут в семьях, имеющих весьма различное представление о воспитании и роли образовательного учреждения в этом процессе.

Поэтому с целью выявления включенности родителей в процесс сохранения и укрепления здоровья школьников было проведено анкетирование 215 родителей. Анализ анкет показал, что большинство (60%) опрошенных указали, что в их семьях в процесс воспитания включен только один из родителей (в основном матери), 38% указали, что в их семьях в этой работе принимают участие оба родителя, только 2% опрошенных отметило, что в их семьях осуществляется целенаправленная работа по сохранению и укреплению здоровья детей. Эти данные свидетельствуют о том, что родители не всегда сознают свою роль в сохранении и укреплении здоровья детей и подчас перекладывают многие проблемы воспитания на педагогов.

Для выявления действия родителей по сохранению и укреплению здоровья детей им было предложено ответить на вопросы: «Каковы занятия семьи во время досуга? Какую работу Вы осуществляете для укрепления здоровья своих детей?». Родители отдают предпочтение пешим прогулкам, так как это является самым доступным видом проведения досуга. Однако для сохранения и укрепления здоровья детей этого недостаточно.

Активным видам деятельности отдают предпочтение только 34% родителей.

В ходе анкетирования родителей нас интересовало степень включенности их в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.

На вопрос: «На какие соревнования Вы ходили вместе с детьми?» 50 % родителей ответили, что они посещали вместе с детьми школьные спортивные праздники, столько же родителей (50%) ответили, что не посещали с детьми спортивных мероприятий.

Такие цифры показывают недостаточную включенность родителей в воспитательную работу, так как ее составляющей является не только активный отдых, но и непосредственное участие или посещение спортивных мероприятий. Причем такие посещения должны быть не разовыми, от случая к случаю, а систематическими.

Важное место в работе по сохранению и укреплению здоровья детей имеет осведомленность родителей о наличии у детей вредных привычек.

Более половины (58%) респондентов считают, что у их детей нет вредных привычек, 31% - полагает, что есть, а 11% опрошенных вообще не осведомлены о наличии или отсутствии у их детей вредных привычек.

Однако это не означает, что у школьников действительно нет вредных привычек. Просто взрослые, возможно, невнимательны к своим детям, не пользуются их доверием, или же они не знают, какие привычки являются вредными. В ходе анализа результатов диагностики было выявлено, что родители в целом осознают свою собственную значимость в процессе сохранения и укрепления здоровья детей. Однако излишняя переоценка собственных сил и недостаточное привлечение к делу воспитания специалистов могут способствовать одностороннему, не совсем грамотному воздействию на ребенка.

Это происходит потому, что родители недостаточно осведомлены об образе жизни собственных детей, не имеют теоретических знаний и не владеют практическими навыками по сохранению и укреплению здоровья ребенка. Кроме того, родители зачастую только декларируют ценность здоровья, необходимость занятий физической культурой, спортом, трудом, а на деле недостаточно времени уделяют совместному с ними активному отдыху и труду, не посещают спортивные мероприятия. При этом нарушается связь между семьей и образовательным учреждением, что проявляется в отсутствии тесного сотрудничества семьи и школы, единой линии в воспитании ответственного отношения школьников к здоровью.

Поэтому перед школой остается актуальной задача организации сотрудничества с родителями учащихся по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей, формирования у школьников ответственного отношения к собственному здоровью, разъяснения родителям значимости здоровья для достижения детьми высоких результатов образования.

**Отношение школьников к здоровью и здоровому образу жизни.**

Активными участниками учебно-воспитательного процесса являются не только квалифицированные педагоги, теоретически, педагогически и практически подготовленные родители, но и сами школьники. Поэтому в ходе диагностики изучалась область знаний учащихся о здоровье, их информированность о состоянии собственного здоровья и отношение к нему, определялось включенность школьников в процесс воспитания ответственного отношения к здоровью средствами трудовой деятельности, использования спортивного инвентаря, деятельности во время досуга, занятий физической культурой и спортом; выявлялась сформированность умений, характеризующих ответственное отношение к здоровью. Для достижения поставленной цели были использованы индивидуальные беседы, наблюдение, анкетирование, опрос.

Составной частью диагностики явилось изучение ценностных ориентаций учащихся на основе адаптированного варианта методики М. Рокича. 69% респондентов поставили здоровье на ведущие позиции. Анализ ответов показал, что здоровье является принимаемой детьми ценностью. Процент выбора этой ценности преобладает над другими, но далеко не все учащиеся отвели здоровью ведущие позиции в рейтинге ценностей. Такие результаты свидетельствуют о том, что у школьников не сформировано или недостаточно сформировано представление о здоровье как ценности.

Проведенное анкетирование выявило 17% детей, у которых проявляются качества волевой личности. Обладают потенциалом указанных качеств, которые необходимо развивать 35% респондентов. Готовы или могут быть готовы принимать волевые решения в различных видах деятельности, в том числе направленной на преобразование собственного здоровья 52% детей. Они способны давать себе установку на преодоление трудностей. Не проявили качества волевой личности 48% школьников, тем самым показав отсутствие готовности к совершению волевого усилия и воплощения в жизнь принятого решения. Таким образом, можно заключить, что у большинства школьников не проявляется или может проявляться при определенных условиях готовность принимать волевые решения в деятельности, направленной на укрепление здоровья.

Причем считают себя абсолютно здоровыми 58% детей, 36% школьников не всегда удовлетворены состоянием своего здоровья, 6% учащихся отметили наличие у них какой-либо болезни в настоящее время или в прошлом и считают себя нездоровыми. Эти результаты не подтвердились сведениями, полученными в ходе ежегодного профилактического осмотра школьников, который дает характеристику состояния детей. Полученные данные отражены в таблице.

**Состояние здоровья школьников по результатам медицинского обследования в 2012 году**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Медицинские группы** | **Показатели** | **Количество учащихся (%)** |
| **1** | Здоровые дети | **12** |
| **2** | Относительно здоровые дети | **60** |
| **3** | Дети, страдающие хроническими заболеваниями | **27** |
| **4** | Дети, страдающие тяжелыми хроническими заболеваниями, инвалиды | **2** |

Сопоставление данных самооценки состояния здоровья с результатами медицинского осмотра выявило завышенную оценку школьниками собственного здоровья. Это обусловлено их возрастными особенностями, недостаточной информированностью о критериях оценки и основных характеристиках состояния организма.

Несмотря на то, что учащиеся обладают некоторыми представлениями о том, как нужно заботиться о здоровье, они переоценивают собственные силы и не понимают необходимости применения комплексных мер, направленных на сохранение и укрепление здоровья. Отсюда следует вывод о недостаточной сформированности у школьников навыков ответственного отношения к здоровью.

Исходя из сложившейся ситуации определены следующие направления деятельности ОУ по обеспечению охраны здоровья обучающихся и формирования здорового образа жизни:

* модификация содержания общего и дополнительного образования, ориентированного на формирование ответственного отношения школьников к здоровью;
* вариативность технологии формирования ответственного отношения школьников к здоровью с учетом индивидуальных, возрастных особенностей школьников, состояние их здоровья;
* квалифицированное социально-медико-психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса;
* модернизация управленческой деятельности по совершенствованию здоровьесберегающей среды образовательного учреждения;
* совершенствование методической службы по формированию профессиональной компетентности педагогов;
* укрепление связей учащихся, родителей, профессионального сообщества и социальных партнеров в вопросах совершенствования учебно-воспитательного процесса.

**ПРИНЦИПЫ И ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ**

Основными ***принципами организации обучения*** по программе являются следующие:

* Системный подход
* Компетентностный подход
* Личностно ориентированный подход
* Программно-целевой подход
* Гуманистический подход

С учетом особенностей учебно-воспитательного процесса определяются наиболее востребованные технологии, которые ориентированы на достижение школьниками высоких образовательных результатов и создание условий, обеспечивающих охрану здоровья учащихся.

***Образовательные технологии, используемые педагогическим коллективом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название технологии** | **Характеристика технологии** |
| **Здоровьесберегающие технологии**  в центр образовательной системы ставят личность ребенка, обеспечение безопасных, комфортных условий её развития и реализации природных возможностей. Личность ребенка превращается в приоритетный субъект, становится целью образовательной системы. | | |
| 1 | Технологии развивающего обучения | Ориентация на «зону ближайшего развития» ученика при построении его индивидуальной образовательной программы позволяет в максимальной степени учесть его способности, возможности, темпы развития, влияние окружающей среды и условий жизни. |
| 2 | Обучение в сотрудничестве | Создает все условия для реализации задач сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов. Цель – разбудить, вызвать к жизни внутренние силы и возможности ребенка, использовать их для более полного развития личности. |
| 3 | Технология уровневой дифференциации на основе обязательных результатов | Осуществляется индивидуальный подход, обеспечивается развитие самостоятельности, индивидуальности учащегося. |
| 4 | Исследовательские методы | Формируют творческие способности ребенка (Я – творю, Я – выдумываю, Я – пробую). |
| 5 | Проектные методы | Основные принципы проектирования:  добровольность; учет возрастных, психологических, творческих особенностей учащихся; учет региональной специфики; интеграция учебной и внеклассной деятельности. |
| 6 | Информационно-коммуникационные технологии | Обеспечивают осмысление и рефлексию процесса учения, перенесение центра тяжести с преподавания на учение, самообразование с помощью имитационных программ. |
| 7 | Технология «раскрепощенного развития детей» | Позволяет проводить занятия в режиме смены динамических поз с использованием специальной мебели – пар-конторок, разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию. |
| 8 | Технология игрового обучения | При использовании данной технологии реализуется задача гуманизации образования, реализуются большие возможности в развитии личности. Игра - необходимый вид деятельности, в процессе которого отражается накопленный учащимися жизненный опыт, углубляются и закрепляются представления об окружающем мире. |
| 9 | Технология перспективно-опережающего обучения | Предусматривает формирование способов умственных действий, общеучебных умений и навыков. |

**ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ**

***Виды деятельности:***

- Системно-распределённая учебная деятельность в личностно- ориентированных формах.

- Системно - распределенная проектная деятельность

- Исследовательская деятельность

- Творческая деятельность

- Спортивно - оздоровительная деятельность

Предполагаемые ***формы занятий:***

урок, конференция, дискуссия, ролевые игры, защита проектов, лекции, беседы.

***Методы*** ***обучения***: словесные, наглядные, практические.

**ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

**ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ СОДЕРЖАНИЯ ПРОГРАММЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Учащийся школы –**  **это физически, психически и нравственно здоровая личность, обладающая стремлением к ведению здорового образа жизни, уверенная в своих силах, компетентная, целеустремленная, социально активная, знающая свои возможности для самоопределения и самореализации** | |
| Уровень ключевых компетенций, связанных с физическим развитием и укреплением здоровья | - овладел знаниями и умениями здоровьесбережения, знает и соблюдает нормы здорового образа жизни, обладает физическим, социальным, психическим, духовно-нравственным здоровьем, ответственно относится к собственному здоровью как условию достижения высоких жизненных результатов |

**ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Содержание образовательной программы реализуется по следующим блокам:

1. «Обеспечение здоровьесберегающей деятельности школы»
2. «Эколого-валеологическое воспитание школьников»
3. «Организация спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы»

Блок ***«Обеспечение здоровьесберегающей деятельности школы»*** предусматривает оптимизацию образовательного процесса, создание наиболее благоприятных условий для формирования ответственного отношения школьников к здоровью как к одному из главных условий достижения высоких образовательных результатов.

Блок ***«Эколого-валеологическое воспитание школьников»*** способствует воспитанию у учащихся любви к природе, потребности заботиться о ней, приобщению их к исследовательской деятельности в сфере экологии, развивает качества личности, готовой к творческой преобразующей деятельности на благо общества.

Блок ***«Организация спортивно - массовой и физкультурно - оздоровительной работы»*** является сохранение и укрепление физического, психического и нравственного здоровья подрастающего поколения. Использование активных форм работы с детьми, укрепление связи между семьей и школой через привлечение к активным формам деятельности всех участников образовательного процесса способствует формированию представлений о необходимости использования комплексных мер по сохранению собственного здоровья и воспитания ответственного отношения к нему.

**1. «Обеспечение здоровьесберегающей деятельности школы»**

**Цель:**

оптимизация образовательного процесса, создание наиболее благоприятных условий для формирования ответственного отношения школьников к здоровью как к одному из главных условий достижения высоких образовательных результатов.

**Задачи:**

1. Создание оптимальных гигиенических и экологических условий для образовательного процесса.
2. Организация образовательного процесса, позволяющего установить паритет физической и интеллектуальной нагрузки школьников, предотвращающего формирование у учащихся дезадаптационных состояний: переутомления, гиподинамии, дистресса и т.д.
3. Обеспечение школьников в период их пребывания в школе рациональным питанием, способствующим нормальной работе пищеварительной системы и обмену веществ в соответствии с современными медико-гигиеническими требованиями.
4. Включение в рабочие программы для всех классов элементов занятий, позволяющих целенаправленно подготовить учащихся к деятельности по сохранению и укреплению своего здоровья, сформировать у них культуру здоровья, воспитать стремление к ведению здорового образа жизни.
5. Организация работы школы по здоровьесберегающим образовательным технологиям.
6. Проведение диагностики и мониторинга динамики состояния здоровья учащихся.
7. Обеспечение охраны здоровья педагогов и создание условий, позволяющих им грамотно укрепить свое здоровье.
8. Проведение работы с родителями учащихся, направленной на формирование в семьях здоровьесберегающих условий, здорового образа жизни, профилактику вредных привычек, разъяснение родителям значимости здоровья для достижения детьми высоких образовательных результатов.

**Основные направления деятельности**

* Учебно-воспитательная работа – рациональная организация образовательного процесса, отбор содержания, форм и методов, адекватных воспитанию ответственного отношения школьников к своему здоровью.
* Диагностическая работа – мониторинг здоровья учащихся и учителей.
* Профилактическая и коррекционная работа – предупреждение и своевременное выявление проблем в развитии и состоянии здоровья воспитанников, а при наличии каких-либо отклонений – профилактика обострений и прогрессирования болезненного процесса.
* Научно-методическая и опытно-экспериментальная работа – внедрение результатов научных достижений по сохранению и укреплению здоровья, формированию ответственного отношения к собственному здоровью в практику образования, разработка инновационных программ, их внедрение в педагогическую практику.
* Информационно - просветительская работа – пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по валеологическим вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.

**План реализации**

***Организационная работа***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Проводимая работа** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1 | Составление расписания, позволяющего распределить нагрузку в течение дня, недели . учебного года в соответствии с гигиеническими нормами СанПиНов | Ежегодно | Зам.директора по УВР |
| 2 | Выбор учебных программ, учебных технологий, оптимальных с точки зрения влияния на здоровье учащихся. Включение в рабочие программы элементов, позволяющих целенаправленно подготовить учащихся к деятельности по сохранению и укреплению своего здоровья, сформировать у них культуру здоровья, воспитать стремление к ведению здорового образа жизни | В течение года | Зам.директора по УВР, учителя-предметники |
| 3 | Поддержание благоприятного психологического климата в школе в целом | В течение года | Администрация школы, педагоги |
| 4 | Проведение социально-психологических тренингов с учащимися | По плану | Психолог |
| 5 | Индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития учащихся), создание индивидуальных образовательных траекторий | В течение года | Зам.директора по УВР, учителя-предметники |
| 6 | Обеспечение благоприятного (педагогического и психологического) влияния каждого учителя на своих учеников во время проведения уроков, с максимальной индивидуализацией этого воздействия | В течение года | Учителя-предметники |
| 7 | Обеспечение необходимого уровня грамотности школьников по вопросам здоровья через воспитание у них культуры здоровья (направление воспитательной работы «Здоровье») | В течение года | Замдиректора по ВР, классные руководители |
| 8 | Оборудование учебных кабинетов плакатами и стендами для гимнастики зрения | 2012 год | Администрация школы |
| 9 | Проведение физкультпауз, физминуток, динамических перемен. | В течение года | Зам.директора по УВР, учителя-предметники |
| 10 | Организация работы «Университета педагогических знаний для родителей» по вопросам детского здоровья | В течение года | Зам.директора по ВР |
| 11 | Организация работы психолого-педагогического семинара для педагогов | В течение года | Администрация школы |
| 12 | Организация лектория для учащихся «Человек и здоровье» | В течение года,  по плану | Зам.директора по ВР, руководитель клуба «Экос» |
| 13 | Проведение мониторинга состояния здоровья школьников и работы школы по сохранению и укреплению здоровья и формированию ответственного отношения школьников к своему здоровью | Ежегодно, по плану | Администрация школы, медработник |
| 14 | Разработка программы повышения квалификации педагогов до 2015 года | 2011 год | Администрация школы |
| 15 | Организация работы специальной медицинской группы учащихся | В течение года | Администрация школы, учитель физкультуры, инструктор ЛФК |
| 16 | Организация рационального питания в течение учебного дня | В течение года | Администрация школы |

**План мониторинга**

**состояния здоровья учащихся, учителей,**

**работы школы по сохранению и укреплению здоровья,**

**формированию ответственного отношения школьников к своему здоровью**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Сроки проведения** | **Направление диагностики и мониторинга** | **Ответственные** |
| Сентябрь (ежегодно) | Плановый медосмотр учащихся, учителей | Медработник, администрация школы |
| Сентябрь (ежегодно) | Учет особенностей физического состояния и развития учащихся, проектирование учебного процесса с учетом данных о состоянии здоровья учащихся | Медработник, учителя-предметники, классный руководитель |
| Сентябрь (ежегодно) | Психологический мониторинг здоровья учащихся (тест на адаптацию в начальной школе) | Психолог |
| Октябрь (ежегодно) | Мониторинг психологического здоровья учащихся и психологического климата в коллективе | Психолог |
| Ежегодно | Осуществление плановой диспансеризации учащихся декретированных возрастов (2, 5, 9, 11 классов) | Медработник, специалисты ЦРБ,  администрация |
| Октябрь, февраль (ежегодно) | Ознакомление педагогического коллектива с конечными результатами медосмотра и диспансеризации с целью коррекции состояния здоровья учащихся | Медработник |
| В течение года (ежегодно) | Осуществление контроля за дозированием учебной нагрузки (дневной, недельной, годовой, домашних заданий) | Зам.директора по УВР |
| Май, июнь  (ежегодно) | Оценка работы школы и учителя в сфере охраны здоровья учащихся | Администрация школы |
| В течение года  по плану  (ежегодно) | Анкетирование учащихся по проблеме формирования ответственного отношения школьников к своему здоровью | Зам.директора по ВР |
| В течение  по плану  (ежегодно) | Определение уровня сформированности ответственного отношения школьников к своему здоровью | Зам.директора по ВР |

**План занятий**

**«Университета педагогических знаний для родителей»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тематика занятий** | | |
| **Начальная школа** | **Средняя школа** | **Старшая школа** |
| Здоровый образ жизни – счастливое будущее детей | | |
| Режим дня – основа успешной учебы и крепкого здоровья школьника | Профилактика и предупреждение «школьных болезней» | Психологические особенности внутрисемейных отношений |
| Что такое здоровье и здоровый образ жизни? | | Воспитание неприязни к алкоголю, табакокурению, наркотикам |
| Режим питания в школе и в семье | Психогигиена учебы и психогигиена отдыха | Основы психогигиены старшеклассника |
| «В здоровом теле - здоровый дух»  (О правилах закаливания) | Безопасность – одно из слагаемых здоровья ребенка | Экономика и здоровье |
| Здоровые традиции моей семьи | Ответственное отношение школьников к своему здоровью – залог достижения высоких конечных результатов | |
| Возрастные особенности школьников на разных этапах обучения | | |

**План занятий с педагогами**

**«Учитель: здоровье, предупреждение профессиональных деформаций, пути самосовершенствования и повышения профессиональной компетентности»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Психологическое здоровье учителя** | **Здоровье и самосовершенствование учителя** | **Профессиональная компетентность учителя** |
| Проблема профессиональной деформации | Учитель и стрессы | Программно-информационные продукты по вопросам здоровьесбережения |
| Советы учителю, помогающие избежать личностной деформации и получать больше радости от жизни | Питание для мозга | Новые педагогические технологии как средство достижения новых качественных результатов |
| Создание благоприятного психологического климата в школьном коллективе | Отпуск – время больших возможностей | Проектирование и разработка сценария обучения с учетом состояния здоровья учащихся |

**План воспитательной работы по направлению «Здоровье»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Сроки** | **2011/12** | **2012/13** | **2013/14** |
| **Сентябрь** | Организация дежурства по школе с учетом санитарно-гигиенических требований | | |
| Общешкольный кросс «Золотая осень» | | |
| Конкурс классных комнат | | |
| **Октябрь** | 1-4 класс | 1-4 класс | 1-4 класс |
| Классный час «Познай себя» (Эмоциональная сфера личности: чувства, настроение, переживания, ощущения) | Классный час «Я и другие» (Взаимоотношения людей. Поведение на улице и в общественных местах) | Классный час «Гигиена труда и отдыха» (Режим дня. Признаки утомления. Активный и пассивный отдых) |
| 5-8 класс | 5-8 класс | 5-8 класс |
| Классный час «Самопознание через ощущения, чувство и образ» | Классный час  «Я и другие» (Биологические и социальные взаимоотношения людей» | Классный час «Гигиена труда и отдыха» (Биологические ритмы организма. Оптимальные условия труда, микроклимат в классе и дома) |
| 9-11 класс | 9-11 класс | 9-11 класс |
| Классный час «Объективные и субъективные признаки здоровья» | Классный час «Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения» | Классный час «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний» (Группы риска по заражению инфекционными заболеваниями) |
| Конкурс рисунков, плакатов, презентаций «Если хочешь быть здоров» | | |
| Неделя физической культуры и ОБЖ | | |
| **Ноябрь** | Международный день отказа от курения | | |
| 1-4 класс | 1-4 класс | 1-4 класс |
| Живая газета «Как медведь бросил курить» | Беседа «Вредные привычки – мерзкие сестрички» | Беседа «Вредные привычки, или подражание старшим» |
| 5-8 класс | 5-8 класс | 5-8 класс |
| Устный журнал  «В объятиях табачного дыма» | Суд над табаком | Конкурс «Портрет курильщика» |
| 9-11 класс | 9-11 класс | 9-11 класс |
| Реклама  «Жизнь без табака» | «Письмо курящему сверстнику» | Тренинг «Умей сказать нет» |
| Спортивные соревнования по плану школы | | |
| **Декабрь** | 1-4 класс | 1-4 класс | 1-4 класс |
| Классный час «Питание и здоровье» (Питание – основа жизни) | Классный час «Основы личной безопасности и профилактика травматизма» | Классный час «Поведение в экстремальной ситуации» |
| 5-8 класс | 5-8 класс | 5-8 класс |
| Классный час «Питание и здоровье» (Питание – основа жизни. Основные группы пищевых продуктов. Пищевые риски, опасные для здоровья) | Классный час «Основы личной безопасности и профилактика травматизма» (Бытовой и уличный травматизм) | Классный час «Поведение в экстремальной ситуации» (Экстремальная ситуация в населенном пункте. Экстремальная ситуация, связанная с незнакомым человеком) |
| 9-11 класс | 9-11 класс | 9-11 класс |
| Классный час «Питание и здоровье» (Питание – основа жизни. Основные правила рационального питания. Болезни питания, анорексия, ожирение) | Классный час «Основы личной безопасности и профилактика травматизма» (Бытовой и уличный травматизм. Травматизм при конфликтах. Жестокое отношение с детьми и подростками) | Классный час «Поведение в экстремальной ситуации» (Модели поведения людей в экстремальных ситуациях) |
| Всемирный день борьбы со СПИДом | | |
| 9-11 класс | 9-11 класс | 9-11 класс |
| Беседа «Факторы риска развития наркомании» | Встреча с лекторами некоммерческого партнерства «Родители против наркотиков» | Встреча с сотрудниками ФСКН, областного наркологического диспансера. |
| Спортивные соревнования по плану школы | | |
| **Январь** | 1-4 класс | 1-4 класс | 1-4 класс |
| Классный час «Культура потребления медицинских услуг» (Обращение с лекарственными препаратами. Польза и вред медикаментов) | Классный час «Предупреждение употребления психоактивных веществ» (Что такое ПАВ. Почему люди их употребляют. Вред табачного дыма) | Классный час  «Злой волшебник табак» |
| 5-8 класс | 5-8 класс | 5-8 класс |
| Классный час «Культура потребления медицинских услуг» (Обращение с лекарственными препаратами. Употребление лекарственных препаратов при самолечении) | Классный час «Предупреждение употребления психоактивных веществ» («Легальные» (алкоголь, табак) и «нелегальные» (наркотики) ПАВ) | Классный час  «Курить или не курить: сделай правильный выбор» |
| **Январь** | 9-11 класс | 9-11 класс | 9-11 класс |
| Классный час «Культура потребления медицинских услуг» (Обращение с лекарственными препаратами. Передозировка лекарственных препаратов. Первая помощь) | Классный час «Предупреждение употребления психоактивных веществ» (Основные виды ПАВ. Социальные, психологические, физиологические последствия употребления ПАВ) | Классный час  «Употребление ПАВ: личная или общественная позиция» |
| Спортивные соревнования по плану школы | | |
| **Февраль** | Месячник, посвященный Дню защитника Отечества | | |
| Общешкольный спортивный праздник | | |
| Соревнования по военно-прикладным видам спорта | | |
| Беседа  «Здоровье – дело личное или государственное?» | Беседа  «Здоровье каждого – здоровье нации» | Беседа  «Здоровое поколение – здоровое государство» |
| **Март** | 1-4 класс | 1-4 класс | 1-4 класс |
| Классный час  «Я и другие»  (Правила общения) | Классный час «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний». Встреча с врачом-педиатром | Конкурс агитбригад «Если хочешь быть здоров…» |
| 5-8 класс | 5-8 класс | 5-8 класс |
| Классный час  «Я и другие»  (Положение личности в группе) | Классный час  «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний». Встреча с врачом-инфекционистом | Конкурс агитбригад «Если хочешь быть здоров…» |
| 9-11 класс | 9-11 класс | 9-11 класс |
| Классный час  «Я и другие»  (Формальные и неформальные группы, их социально-психологическая специфика) | Классный час  «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний». Встреча с врачом дермато-венерологом | Конкурс агитбригад «Если хочешь быть здоров…» |
| Спортивные соревнования по плану школы | | |
| **Апрель** | Общешкольный день науки.  Подготовка рефератов по проблеме здоровьесбережения | | |
| Неделя экологии. Экологические десанты | | |
| Фестиваль-конкурс «Безопасное колесо». | | |
| Спортивные соревнования по плану школы. | | |
| 1-4 класс | 1-4 класс | 1-4 класс |
| Встречи с сотрудниками ОГИБДД  «Безопасное поведение на дороге» | Встречи с сотрудниками ОГИБДД  «Безопасное поведение на дороге» | Встречи с сотрудниками ОГИБДД «Безопасное поведение на дороге» |
| 5-8 класс | 5-8 класс | 5-8 класс |
| Встречи с сотрудниками ОГИБДД  «Подросток на дороге» | Встречи с сотрудниками ОГИБДД  «Ответственность участников дорожного движения» | Встречи с сотрудниками ОГИБДД  «Я и закон: безопасность на дороге» |
| 9-11 класс | 9-11 класс | 9-11 класс |
| Беседа «Права личности и уважение прав других» | Психологический тренинг «Учимся общаться» | Психологический тренинг  Как выстроить поведение в группе» |
| **Май** | Школьный спортивно-туристический праздник | | |
| Беседы о безопасном поведении во время летних каникул | | |

1. **«Эколого-валеологическое воспитание школьников»**

***Цели:***

* создание условий для социального становления и развития личности через организацию совместной познавательной и природоохранной деятельности детей; формирование ответственной гражданской позиции по отношению к природе;
* осуществление действенной заботы о себе через заботу об окружающей среде в целях сохранения психического, физического и духовно-нравственного здоровья, формирования ответственного отношения к здоровью как условию достижения высоких жизненных результатов.

***Задачи:***

* реализация познавательных интересов и потребностей учащихся через изменение природы своей Родины средствами экологии, туризма, краеведения;
* развитие у детей личного экологически ориентированного опыта по взаимодействию с окружающей средой;
* организация и претворение в жизнь посильных значимых дел, проектов, исследований по изучению и сохранению окружающей среды;
* включение детей и подростков в экологическое движение, экологически ориентированную деятельность;
* осуществление валеологического воспитания как средства сохранения физического, психического и нравственного здоровья подрастающего поколения.

Работа построена на теоретическом изучении природы и экологии как науки, исследовательской и проектной деятельности, а также практической деятельности по сохранению и преобразованию окружающей среды.

Знание экологических закономерностей лежит в основе рационального природопользования и охраны природы. Внимание учащихся концентрируется на современных проблемах во взаимоотношениях человека, общества и природы и путях их успешного разрешения и преодоления.

Одной из таких проблем является проблема сохранения и укрепления физического, психического и нравственного здоровья подрастающего поколения. Здоровье в настоящее время зависит от группы факторов, а именно:

* + биологических (наследственных);
  + образа жизни человека и ребенка в том числе;
  + экологических факторов;
  + организации здравоохранения.

Но при этом в первую очередь следует обратить внимание на здоровый образ жизни, элементы которого (питание, физические упражнения и т.д.) помогут решить ряд проблем, направленных на укрепление и сохранение здоровья. Выбор образа жизни в большей степени определяется воспитанием, образованием и самовоспитанием личности (сотвори себя сам). Приобщение к здоровому образу жизни осуществляется через работу лектория клуба «Экос», спортивные занятия, активные виды отдыха (экологические игры на местности, туристические слеты и походы).

В практической части программы дети знакомятся с видами деятельности человека, которые не приносят вреда природе, и активно включаются в выполнение конкретных заданий по сохранению и преобразованию окружающей среды (трудовые десанты).

***План исследовательской работы***

***Цели работы:***

* овладение учащимися знаниями о живой и неживой природе;
* формирование на базе знаний и умений научной картины мира как компонента общечеловеческой культуры;
* валеологическое воспитание и формирование здорового образа жизни в целях сохранения психического, физического и нравственного здоровья человека;
* подготовка школьников к практической деятельности в обществе.

***Задачи:***

* выявить закономерности экологических явлений;
* исследовать «ближайшую» среду обитания;
* приобрести знания о функциях нашего организма;
* проверить соответствие нашей школы экологическим требованиям;
* выработать экологически грамотные правила поведения в природе, городе, поселке и т.д.

**Тематика исследований**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **2011/2012** | **2012/2013** | **2013/2014** |
|  | Влияние органоминерального удобрения «Дрот гусиный» на урожайность капусты | Влияние органоминерального удобрения «Дрот гусиный» на урожайность растений семейства «Пасленовые» (картофель, томаты). Расчет доз внесения данного вида удобрения под различные культуры | «Выяснение условий, возможностей и целесообразности выращивания картофеля из семян в условиях средней полосы» |

***План просветительской работы***

***Цели:***

* научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить свое здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы;
* сформировать ответственное отношение к собственному здоровью.

***Задачи:***

- формирование у детей мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни, физического развития;

- обеспечение физического и психического саморазвития.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Месяц*** | ***Учебный год*** | | |
| ***2011/2012*** | ***2012/2013*** | ***2013/2014*** |
| ***Сентябрь*** | Беседа  «Проблемы правильного питания»  (9 классы) | Беседа «Дети у экрана: за и против» (5 классы) | Лекция для учащихся и родителей «Сезонные осложнения в состоянии здоровья и пути их предотвращения» (с приглашением врача –педиатра) (9-11 классы) |
| ***Октябрь*** | Бинарный урок «Правильное питание – залог здоровья»  (10 класс) | Беседа «Необходимость закаливания для укрепления здоровья»  (1-4, 5-7 классы) | Урок здоровья «Все в твоих руках» (3 класс) |
| Урок здоровья  «Все в твоих руках» (3 классы) | Урок здоровья «Правильная осанка – залог здоровья и красоты» (8-9 классы) | Конференция «Метеорологические и фенологические наблюдения. Народные приметы и погода» (6-7 классы) |
| ***Ноябрь*** | Урок здоровья  « Формула здоровья»  (8 классы) | Интерактивная лекция «Одурение  от курения !!!»  (10-11 классы) | Беседа «Современные средства коммуникации и здоровье» (9-10кл.) |
| Беседа  «Осторожно: ледостав»(1-4 классы) | «Красиво! Вкусно! Полезно?»(Основы рационального питания)  (9 классы) | Урок здоровья  « Формула здоровья»  (8 классы) |
| ***Декабрь*** | Интерактивная лекция «Гигиена одежды и обуви» (6-7 классы) | Беседа «Безопасность при любой погоде»  (7-8 классы) | Беседа «Правила застольного этикета и здоровье» (5 классы) |
| Беседа «Дети у экрана: за и против» (5 классы) | Научно-практическая конференция  « Алкоголь: за и против!»(10-11 классы) | Урок здоровья «Личная гигиена – выдумки или реальность» (7 классы) |
| ***Январь*** | Беседа «Современные средства коммуникации и здоровье» (11 класс) | Презентация  «Зубная дисциплина»  (4 классы) | Урок - презентация «Гармония души и тела» (9-11 классы) |
| ***Февраль*** | Презентация  «Зубная дисциплина»  (4-5 классы) | Интерактивная лекция «Гигиена одежды и обуви» (5-6 классы) | Научно-практическая конференция «Три сокровища земли Смоленской»  (8-9 классы) |
| ***Март*** | Устный журнал  «Солнце в твоей жизни»  (8-9 классы) | Учебно-познавательная игра «Ускользающие жемчужины» ( о водных ресурсах) (8 класс) | Учебно-познавательная игра «Путешествие в царство Водяного»  (1-2 классы) |
| ***Апрель*** | Беседа  «Осторожно! Ледоход!»  (1-4 классы) | Беседа «Путешествие бутерброда»  (9-10 классы) | Учебно-познавательная игра «Химические вещества в твоем доме» (8 классы) |
| ***Май*** | Беседа  «Ядовитые растения»  (1-4, 5-7 классы) | Беседа «Правила поведения в природе»  (1-4, 5-7 классы) | Устный журнал «Солнце в твоей жизни»  (7 классы) |

***План проектной работы***

***Цель:***

создание условий для социализации, адаптации, самовыражения обучающихся и педагогов в образовательном пространстве школы.

**Задачи:**

- развитие конструктивного взаимодействия между обучающимися и педагогами для решения познавательных, исследовательских, творческих проблем (обучения и воспитания);

- формирования навыков проектирования у учащихся;

- воспитание у обучающихся активной гражданской позиции, участие в решении актуальных вопросов социума.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **2011/2012** | **2012/2013** | **2013/2014** |
| **Социальные проекты** | | |
| « Благоустройство территории собора Успения Пресвятой Богородицы» | Обустройство детской площадки в городском парке  «Цирковой аттракцион»  (в ансамбле с памятником Ю.В. Никулину) | «Зеленый сквер – родному городу»  (создание социального ландшафта прибрежной полосы в микрорайоне Карцево) |
| **Валеологические проекты** | | |
| «Соли и их влияние на организм» | «Гармония души и тела» | «Растения полезные и вредные» |
| « Основы рационального питания» | «Химические вещества в твоем доме» | «Солнце в твоей жизни» |
| **Медиапроекты**  **(разработка пособий для лекторской группы клуба «Экос»)** | | |
| « Белки – основа жизни» | « В здоровом теле – здоровый дух!» | «Личная гигиена: выдумки или реальность» |
| «Глобальная экологическая проблема мира» | «Путешествие бутерброда» | «Безопасность при любой погоде» |

**План природоохранной работы**

**Цель:**

* формирование опыта сохранения и преобразования окружающей среды;
* развитие активной нравственной позиции детей как патриотов, «хозяев своей земли».

**Задачи:**

- формирование технологий взаимодействия школьников с окружающим миром;

- формирование гуманистических отношений в ученической среде, развитие межвозрастного взаимодействия;

- создание условий для самореализации и социализации учащихся;

- приобщение учащихся к практической природоохранной деятельности.

- развитие эмоциональной сферы учащихся;

**Циклограмма природоохранных мероприятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Сроки** |
| 1 | Экологические десанты:  «Чистота малым рекам»;  «Городу чистым быть!»;  «Чистые дворы и скверы»;  «Школа – мой второй дом»; «Ветеран живет рядом»;  «Наша помощь малышам» (благоустройство территории детского сада «Одуванчик». | Сентябрь, октябрь |
| 2 | Уход за территорией Центрального братского кладбища | Сентябрь, октябрь |
| 3 | Озеленение школьной территории (посадка деревьев) | Октябрь |
| 4 | Изготовление и размещение кормушек для птиц | Ноябрь |
| 5 | Изготовление и размещение в школьном дендрарии, городском парке и скверах города искусственных гнездовий | Март-апрель |
| 6 | Экологические десанты:  «Чистота малым рекам»;  «Городу чистым быть!»;  «Чистые дворы и скверы»;  «Школа – мой второй дом»; «Ветеран живет рядом»;  «Наша помощь малышам»(благоустройство территории детского сада «Одуванчик»). | Апрель |
| 7 | Участие в слете Друзей Национального парка «Смоленское Поозерье». Волонтерская работа в парке | Апрель |
| 8 | Озеленение школьной территории (посадка деревьев, оформление клумб) | Май |
| 9 | Уход за территорией Центрального братского кладбища (оформление клумб, посадка цветов) | Май |
| 10 | Общешкольный спортивно - туристический праздник. Конкурс «Экология и туристический быт» | Май |

**3. «Организация спортивно-массовой и**

**физкультурно-оздоровительной работы»**

Спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа является одной из составляющих физического воспитания. Физическое воспитание тесно связано с нравственным, умственным, эстетическим воспитанием школьника и активно содействует всестороннему развитию детей, учит четкому подчинению дисциплине, выполнению правил и норм спортивной этики, уважению соперника, судей, развивается умение бороться до победы, искренне радоваться победам других, учит ответственно относиться к собственному здоровью.

Программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания школьников на протяжении всех лет обучения в школе, формируя у учащихся целостное представление о физической культуре, ее возможностях, воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

**Цели:**

* сохранение и укрепление здоровья учащихся;
* дополнительное образование детей в области физической культуры и спорта;
* формирование навыков здорового образа жизни.

**Задачи:**

***воспитательная*** - воспитание у детей нравственных качеств личности, бережного отношения к своему здоровью;

***обучающая*** - обучение детей нормам здорового образа жизни, развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирование и совершенствование двигательных навыков;

***оздоровительная*** – укрепление здоровья учащихся, закаливание организма, содействие физическому развитию школьников, а также профилактика наиболее распространенных заболеваний.

**Направления работы**

* Организация физкультурно – оздоровительной работы в режиме учебного и продленного дня
* Внеклассная спортивно-массовая работа
* Работа физкультурно-спортивного актива школы

**Организация физкультурно – оздоровительной работы в режиме учебного и продленного дня**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1 | Обсуждение на совещании при директоре вопроса организации оздоровительных мероприятий в течение учебного дня. | До 1 сентября | Администрация школы |
| 2. | Назначение инструкторов – общественников по проведению физкультминуток , динамических пауз, подвижных игр на переменах | К 5 сентября | Учителя физической культуры |
| 3 | Проведение бесед в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения физкультминуток , динамических пауз, подвижных игр на переменах | До 5 сентября | Классные руководители |
| 4 | Определение каждому классу места для проведения динамических пауз на свежем воздухе, подготовка мелкого спортивного инвентаря для их проведения | До 1 сентября | Учителя физической культуры |
| 5 | Проведение физкультминуток на уроках, динамических пауз на свежем воздухе и подвижных игр на переменах в 1-11 классах | Ежедневно в течение года | Классные руководители, инструктора-общественники |
| 6 | Введение занятий ритмикой для учащихся  5-6 классов на первой перемене | Ежедневно в течение года | Инструктора-общественники |
| 7 | Прогулки на свежем воздухе, подвижные игры в ГПД | Ежедневно в течение года | Воспитатели ГПД |
| 8 | Проведение физкультминуток во время самоподготовки домашнего задания в ГПД | Ежедневно в течение года | Воспитатели ГПД |
| 9 | Физические упражнения и игры в часы отдыха (подвижные, спортивные игры, упражнения с мячами и т.д.) в ГПД | По плану работы | Воспитатели ГПД |
| 10 | Занятия в спортивных секциях учащихся школы, в том числе ГПД | По плану работы | Руководители секций |

**Внеклассная спортивно-массовая работа**

**(ежегодная циклограмма)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Участники** | **Ответственные** |
| **Сентябрь** | | | |
| 1 | Общешкольный кросс «Золотая осень» | 5-11 класс | Учителя физической  культуры |
| 2 | Участие в районном кроссе, посвященном дню освобождения Смоленщины | Сборная команда школы | Учителя физической  культуры |
| 3 | Участие в районных соревнованиях по легкой атлетике | Сборная команда школы | Учителя физической  культуры |
| 4 | Участие в районных соревнованиях по спортивному ориентированию | Сборная команда школы | Учителя физической  культуры |
| **Октябрь** | | | |
| 1 | Районные соревнования по волейболу | 8-11 класс | Учителя физической  культуры |
| 2 | ***Неделя физической культуры и ОБЖ:*** | 1-11 класс | Учителя физической  культуры и ОБЖ |
| Личное первенство школы по теннису | 5-11 классы | Учителя физической культуры |
| Школьный турнир по игре в лапту | 5-11 классы | Учителя физической культуры |
| Беседа «Если хочешь быть здоров…» с выполнением практических упражнений | 1-4 классы | Учителя физической  культуры и инструктор СМГ |
| Личное первенство города по теннису | 9-11 класс | Учителя физической  культуры |
| Соревнования «Папа, мама, я - спортивная семья» | 1-4 классы | Учителя физической культуры, классные руководители |
| Участие в районных соревнованиях по теннису | Сборная команда | Учителя физической  культуры |
| **Ноябрь** | | | |
| 1 | Личное первенство школы по шахматам | 2-9 класс | Руководитель шахматного клуба, классные руководители |
| 2 | Участие в районных соревнованиях по шахматам | Сборная команда школы | Руководитель шахматного клуба |
| 3 | Школьный тур олимпиады по физической культуре | 8-11 класс | Учителя физической  культуры |
| 4 | Участие в городских соревнованиях по баскетболу | Сборная команда школы | Учителя физической  культуры |
| 5 | Спортивные мероприятия по плану работы школьного оздоровительного лагеря | Учащиеся, посещающие лагерь | Учителя физической  культуры и воспитатели |
| **Декабрь** | | | |
| 1 | Районный тур олимпиады по физической культуре | Победители школьного тура | Учителя физической  культуры |
| 2 | Первенство школы по баскетболу | 5-6, 9-11 классы | Учителя физической  культуры |
| 3 | Мини-футбол в зале | 7-8 классы | Учителя физической  культуры |
| **Январь** | | | |
| 1 | Участие в районных соревнованиях по баскетболу | Сборная команда школы | Учителя физической  культуры |
| 2 | Лыжные прогулки | 1-4 класс | Классные руководители |
| **Февраль** | | | |
| 1 | ***Месячник спортивно-массовой работы:*** | 1-11 класс | Зам. директора по ВР, учителя физической культуры, классные руководители |
| Участие в открытом первенстве ДЮСШ г. Демидова по баскетболу среди девушек, посвященном памяти Героя Советского Союза Н.Д. Киселева | Сборная команда школы |
| Участие в районных соревнованиях по биатлону | Сборная команда школы |
| Участие во Всероссийских соревнованиях «Лыжня России» | Сборная команда школы |
| Общешкольный спортивный праздник с участием учащихся и родителей. Соревнования по следующим видам спорта:   * лыжные гонки, * баскетбол, * пионербол, * теннис, * шахматы, * стрельба, * хоккей | 1-11 класс,  родители |
| «Веселые старты» | 1-4 класс | Классные руководители |
| **Март** | | | |
| 1 | Участие в областных соревнованиях по баскетболу | Сборная команда школы | Учителя физической  культуры |
| 2 | Спортивные мероприятия по плану работы школьного оздоровительного лагеря (спортивный час, «Веселые старты», шахматно-шашечный турнир) | Учащиеся, посещающие лагерь | Учителя физической  Культуры и воспитатели |
| 3 | Соревнования по школьному четырехборью | 5-7 классы | Учителя физической  культуры |
| **Апрель** | | | |
| 1 | Спортивно-интеллектуальная игра «Через тернии к звездам», посвященная Дню космонавтики | 5-8 классы | Зам. директора по ВР, учителя физической культуры |
| 2 | Фестиваль-конкурс юных инспекторов дорожного движения «Безопасное колесо» | 4-7 классы | Зам. директора по ВР, учителя физической культуры |
| 3 | Первенство школы по футболу | 8-9 классы | Учителя физической культуры |
| 4 | Участие в районных соревнованиях по футболу | Сборная команда школы | Учителя физической культуры |
| 6 | Подведение итогов конкурса «Лучший спортсмен школы» |  | Комиссия |
| **Май** | | | |
| 1 | Участие в районных соревнованиях по легкоатлетическому четырехборью | Сборная команда 6–х классов | Учителя физической культуры |
| 2 | Участие в районных соревнованиях по легкой атлетике и памяти Е.Я.Селезнева | Сборная команда | Учителя физической культуры |
| 3 | Общешкольный спортивно-туристический праздник | 5-8 , 10 классы | Зам . директора по ВР, учителя физической культуры, классные руководители |
| 4 | Подведение итогов конкурса «Класс года» в ногминации «Самый спортивный класс» |  | Комиссия |
| **Июнь** | | | |
| 1 | Однодневные туристические походы | 1-4, 5-8 классы | Классные руководители |
| 2 | Участие в районном туристическом слете | Сборная команда школы | Учителя физической культуры, учителя географии, ОБЖ |
| 3 | Спортивные мероприятия по плану работы школьного оздоровительного лагеря (спортивный час, «Веселые старты», шахматно-шашечный турнир) | Учащиеся, посещающие лагерь | Учителя физической культуры, воспитатели |

**Работа физкультурно-спортивного актива школы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1 | Подготовка инструкторов-общественников из числа учащихся 8-10 классов  для проведения физкультминуток, динамических пауз, подвижных игр на переменах | Сентябрь | Учителя физической культуры |
| 2 | Проведение семинаров судей из числа учащихся 8-10 классов накануне соревнований по видам спорта | По плану | Учителя физической культуры |
| 3 | Сборы актива по проведению спортивных мероприятий | По плану | Учителя физической культуры |
| 4 | Работа лекторской группы, проведение бесед на тему: «Режим дня школьника», «Утренняя гимнастика», «Гигиена школьника», «Олимпийские игры», «Распорядок дня», «Двигательный режим школьника», «Правильная осанка – залог здоровья» и др. | По плану | Учителя физической культуры, руководитель клуба «Экос», физкультурно-спортивный актив школы |
| 5 | Оформление уголка физической культуры, стенда «Лучшие спортсмены школы» | Сентябрь | Учителя физической культуры, физкультурно-спортивный актив школы |
| 6 | Выпуск спортивных номеров школьной газеты «Ровесник» | 1 раз в четверть | Зам.директора по ВР, физкультурно-спортивный актив школы |
| 7 | Выпуск информационных листков о спортивных событиях в школе | По окончании мероприятий | Учителя физической культуры, физкультурно-спортивный актив школы |
| 8 | Выступления агитбригады физкультурников на спортивных мероприятиях | По плану | Зам.директора по ВР, физкультурно-спортивный актив школы |
| 9 | Информация о спортивно-массовой работе в школе в СМИ | В течение года | Учителя физической культуры |

Результативность реализации программы

Обучать без вреда для здоровья – это не только задача школы, но и обязательное условие ее работы, которая ведётся в следующих направлениях:

а) первичная профилактика;

б) вторичная профилактика (коррекция уже имеющихся отклонений в состоянии здоровья);

в) валеологизация образовательного процесса;

г) осмотр педиатром всех детей в течение года;

д) диспансеризация детей декретированных возрастов квалифицированным медицинским персоналом Демидовской ЦРБ и областной КБ (педиатр, окулист, хирург, отоларинголог, эндокринолог, невропатолог, гинеколог).

Таблица 1

***Диспансеризация учащихся***

***и проведение профилактических мероприятий***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Учебный год** | **2011-2012** | **2012-2013** | **2013-2014** |
| Всего учащихся | 351 | 331 | 318 |
| Осмотрено специалистами, в том числе повторно |  |  |  |
| Посетило тематические мероприятия по охране жизни и здоровья | 351 | 331 | 318 |

Диаграмма №1.

***Распределение учащихся по группам здоровья***

***( в % от общего количества)***

Вывод: в течение последних трех лет прослеживается увеличение количества учащихся с 1 и 2 группой здоровья (на 5% и 10% соответственно) за счёт уменьшения количества учащихся с 3 и 4 группой здоровья

Диаграмма № 2 .

***Данные по видам заболеваний среди учащихся школы***

***(в % от общего количества)***

Вывод: сохраняется стабильная ситуация по заболеваемости сердечно-сосудистой системы, наблюдается снижение показателей по заболеваниям органов дыхательной системы (на 2%), костно-мышечной системы (на 6%) и ряда других заболеваний.

Для профилактики и лечения бронхолегочных и сердечно-сосудистых заболеваний, а также для оздоровления детей с пониженным иммунитетом и с дефицитом массы тела (второй степени) успешно применяются кислородные коктейли, изготовленные с использованием кислородного концентратора и коктейлера. По результатам медицинского мониторинга определяется группа детей, которым рекомендовано пройти курс энтеральной оксигенотерапии. Кислородный коктейль улучшает состояние сердечно-сосудистой системы, снижает риск простудных заболеваний, усиливает иммунитет, увеличивает работоспособность.



Диаграмма № 3.

Данные по обострению хронических заболеваний

Вывод: наблюдается тенденция к снижению хронических заболеваний учащихся (болезней органов пищеварения на 3%), остаётся стабильным уровень заболеваний нервной системы и органов кровообращения.

(Приложение № 6.1)

Результаты исследования

состояния здоровья учащихся, их отношения к занятию

спортом и ведению здорового образа жизни.

Диаграмма №4.

Результаты анкетирования учащихся.

Ответ на вопрос: «Считаете ли вы себя здоровыми?»

Диаграмма №5

***Вывод***: ***растет количество учащихся, положительно оценивающих собственное здоровье***

***( как хорошее с 54% до 58%, как низкое с 16% до 6%).***

Р**езультаты анкетирования учащихся.**

***Ответ на вопрос: «Считаете ли вы свой образ жизни здоровым?»***

***Вывод: отмечается положительная динамика в отношении учащихся к своему здоровью: увеличение (на 6%) количества учащихся, ведущих здоровый образ жизни.***

Эти данные можно подтвердить сведениями о занятости учащихся в спортивных секциях (более 65% учащихся постоянно занимаются в спортивных секциях).

Для учащихся с ослабленным здоровьем организованы занятия в специальной медицинской группе (СМГ). В СМГ зачисляются учащиеся, которые на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья относятся к спецмедгруппе и не могут заниматься физической культурой по программе для основной группы. При комплектовании СМГ кроме диагноза и данных о функциональном состоянии обучающихся учитывается уровень физической подготовленности, который определяется при помощи двигательных тестов. Инструктор СМГ, исходя из медицинского заключения, разрабатывает индивидуальную программу коррекции здоровья для каждого учащегося и проводит два раза в год диагностику функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной системы, а также осуществляет динамометрию кистей рук и спирометрию.

МБОУ СОШ № 2 г. Демидова является ***опорной площадкой муниципального уровня*** по здоровьеориентированной деятельности.

Опыт школы обобщался на муниципальном, межрайонном и международном уровне, что свидетельствует о результативности здоровьеориентированной деятельности школы.

В октябре 2010 года на базе школы прошел ***межрайонный семинар***

«Здоровьесберегающая образовательная среда в условиях личностно ориентированного обучения».

Школа принимала участие в ***международной научно-практической конференции*** «Здоровье детей и подростков: актуальные проблемы и пути их решения» (27-28 октября 2010г.). Материалы из опыта работы школы по внедрению здоровьесберегающих технологий и формированию здорового образа жизни представлены в сборнике «Здоровье детей и подростков: актуальные проблемы и пути их решения», Смоленск, 2010.

На высоком уровне поставлена в школе спортивная работа.

***Участие команды школы в районной спартакиаде школьников***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Баскет**  **бол**  **(юн.)** | | **Баскет**  **бол**  **(дев.)** | | **Волейбол**  **(юн.)** | | **Волейбол**  **(дев.)** | | **Кросс** | | **Легкая**  **атле**  **тика** | | **Футбол** | | **Спорт.ориентир.** | | **Шах**  **маты** | | **Теннис** | | **Итого**  **вый результат** |
| Место | Очки | Место | Очки | Место | Очки | Место | Очки | Место | Очки | Место | Очки | Место | Очки | Место | Очки | Место | Очки | Место | Очки | Место |
| **2001** | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 |  |  |  |  | **1** |
| **2002** | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 |  |  |  |  | **1** |
| **2003** | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 |  |  |  |  | **1** |
| **2004** | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 |  |  |  |  | **1** |
| **2005** | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 |  |  |  |  | **1** |
| **2006** | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | **1** |
| **2007** | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | **1** |
| **2008** | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | **2** |
| **2009** | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | **1** |
| **2010** | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | **1** |
| **2011** | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | **1** |
| **2012** | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | **2** |
| **2013** | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | **1** |

Учащиеся школы успешно выступали во Всероссийской олимпиаде школьников по физическому воспитанию (региональный уровень) в 2008 (победитель), 2009 (призер), в 2010 (победитель) году. В 2010 г. Ерофеева Кристина приняла участие во Всероссийской олимпиаде школьников по физическому воспитанию в г. Ульяновске.

Более 15 лет в школе работает **шахматный клуб**. Его участники неоднократно становились победителями областных и районных соревнований по шахматам.

***Савельев Дмитрий*** – I место в первенстве города по шахматам среди взрослых (2010 г.)

Учащиеся Савченков П., Зацаренко П., Стрельникова И., Герасимова М., Моргунов С. неоднократно становились призерами школьных, районных и областных соревнований по шахматам.

В 2010 годы команда школы заняла 4 место на областных соревнованиях по шахматам.

В 2011 году команда школы заняла 2 место в соревнованиях по ОБЖ на областном фестивале-конкурсе «Безопасное колесо».

В 2012 году учащийся школы Васильев Алексей занял 1 место в личном зачете в соревнованиях по ОБЖ на областном фестивале-конкурсе «Безопасное колесо».

В 2013 году сборная команда школы заняла 1 место на областных соревнованиях по баскетболу.

Учащиеся школы принимают активное участие во всех районных и городских спортивных состязаниях:

«Планета баскетбол»,

Мини - футбол среди взрослых команд,

стритбол,

волейбол среди взрослых команд,

баскетбол среди взрослых команд.