**муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Новосельская основная общеобразовательная школа»**

**Классный руководитель Киверов Евгений Александрович**

****

**Пояснительная записка**

“Забота о здоровье детей – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В.А.Сухомлинский

В соответствии с Законом “Об образовании” здоровье детей и подростков относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования.

Здоровье ребёнка характеризуется не только наличием или отсутствием заболеваний, но и гармоничным, соответствующим возрасту развитием. На современном этапе развития общества по новому ставится задача воспитания здоровых, гармонично развитых детей, обладающих высокой умственной и физической работоспособностью, тем более, что в настоящее время заболеваемость остаётся важнейшей официально регистрируемой реакцией населения на вредные воздействия окружающей среды. Для успешного решения этой задачи важно беречь здоровье смолоду, а также укреплять его с первых дней жизни. Только здоровый ребенок спосо­бен успешно и в полной мере овладеть школьной программой.

***Каково же состояние здоровья детей моего класса?***

В 2011-2012 учебном году в классе-комплекте обучалось **11**учащихся, в 2012-2013 учебном году – **14** человек.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| группа здоровья | 2011-2012 учебный год | 2012-2013 учебный год |
| 1 группа здоровья | 82% | 78,5% |
| 2 группа здоровья | 18% | 21,4% |

Наиболее распространенными заболеваниями являются:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Заболевания**  **глаз** | **Лор**  **заболевания** | **Заболевания**  **ЖКТ** | **Ортопедическая патология** |
| 38% | 48% | 38% | 21% |

На основании полученных данных выявлено:

* 1. Среди учащихся класса выявлено 32,7% детей, у которых показатели роста, массы тела, окружности грудной клетки находятся на уровне низких величин.
  2. Дисгармоничное развитие выявлено у 24,3% детей, а резко дисгармоничное - у 11,1%. Диспропорция определялась избыточной (или недостаточной) массой тела по отношению к росту.
  3. Уровень физической подготовленности детей можно считать хорошим по всем показателям и достаточным для детей данного возраста.
  4. Среди выявленной ортопедической патологии имеют место:
  + нарушение осанки - 30%,
  + плоскостопие - 32%,

По результатам проведенного анализа, очевидно, что состояние здоровья детей желает быть лучшим.

***А результаты обучения?***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| класс | кол-во обучающихся | 2010-2011 учебный год | | 2011-2012 учебный год | | 2012-2013 учебный год | |
| усп. | кач.зн. | усп. | кач.зн. | усп. | кач.зн. |
| 5 | 7 чел. | 100% | **28,5%** | 100% |  | 100% |  |
| 5-6 | 11 чел. | 100% |  | 100% | **36,4%** | 100% |  |
| 5-6-7 | 14 чел. | 100% |  | 100% |  | 100% | **42,8%** |

# **Мой девиз:  «От охраны здоровья - к успеху в учебе»**

Следовательно, необходима системная профилактическая работа по формированию здоровой среды, здорового образа жизни. Убеждение детей и родителей в том, что легче предотвратить болезнь, чем потом долго её лечить.

**Цель программы:** создание условий для реализации здоровьесберегающих технологий, направленных на формирование у детей готовности к самостоятельному выбору в пользу здорового образа жизни; гармонизацию взаимоотношений ребенка с окружающим социумом, природой, самим собой; формирование гражданской ответственности, духовности и культуры, толерантности.

**Задачи программы:**

* формирование правильное отношение к своему здоровью, восприятие здоровья как жизненной ценности;
* включение учащихся в спортивно-оздоровительную деятельность школы, обеспечивающую высокую работоспособность и минимизацию пропусков занятий по болезни;
* организация взаимодействия с семьями школьников в формировании культуры здоровья;
* создание нового уклада жизни детей, способствующего воспитанию свободной, физически здоровой, духовно богатой, нравственной личности;
* удовлетворение потребности ребят в общении, в совместной деятельности для реализации возрастных интересов;
* формирование у учащихся культуры общения;
* формирование адекватного нравственного отношения к окружающим людям;
* развитие классного самоуправления;
* пропаганда среди родителей, педагогов и детей основ здорового образа жизни.

В целях осуществления задач по обеспечению охраны, укрепления здоровья и физического развития учащихся определились следующие **направления в качестве приоритетных:**

1. Здоровье учащихся и основные виды деятельности школьников;

2. Психологический комфорт воспитанников школы

**Основные принципы программы**:

1. *Сознательность и активность* – чёткая постановка целей, задач, их осознание учащимися, побуждение к самоанализу, самооценке, самоконтролю.
2. *Индивидуальная доступность* – дозировка нагрузок в соответствии с возможностями занимающихся, учёт их индивидуальных и психофизических особенностей.
3. *Систематичность и последовательность* – непрерывность и этапность физкультурно-оздоровительных занятий.
4. *Психологическая комфортность* – получение положительных эмоций и ощущений в процессе физкультурно-оздоровительной работы.
5. *Творческое, динамичное совершенствование системы оздоровления учащихся средствами физической культуры* – постоянное обновление содержания физкультурно-оздоровительного воспитания, формирование мировоззрения, системы ценностей, интересов и мотиваций, имеющих глубоко нравственную, гуманистическую направленность у всех участников образовательного процесса оздоровления средствами физической культуры и спорта.

**Участники программы:** классный руководитель, обучающиеся, родители

*Классный руководитель*

1. Создает мотивацию и соответствующие условия для реализации программы воспитания здорового человека в содружестве с учащимися, их родителями и специалистами.

2. Создает здоровый психологический климат в классе, способствует его поддержанию.

3. Ведет информационно-просветительскую работу в рамках проблем, касающихся здоровья и его культуры, как с учащимися, так и с их родителями.

4. Способствует поддержанию физических, психических сил воспитанников:

* ходить вместе с ними на туристические слеты;
* проводит беседы, встречи с интересными людьми;
* играетв различные игры и проводит спортивные соревнования;

5. Вовлекать учащихся в занятия физической культурой и спортом.

6. Защищать права воспитанников, их честь и человеческое достоинство.

*Обучающиеся*

1. Ведут здоровый образ жизни: соблюдают режим дня, правила гигиены; гуляют на свежем воздухе; закаляются; занимаются спортом, туризмом.

2. Участвуют в разработке и реализации программ, посвященных проблемам здоровья.

4. Являются инициаторами различных дел, как в семье, так и в школе:

* Ярмарки игр, забав и развлечений;
* Веселые старты;
* Малые Олимпийские игры;
* Конкурс «Мы – спортивная семья»;
* Игры-суды над вредными привычками человека.

*Родители*

1.Сотрудничество с семьей в интересах ребенка;

2.Формирование общих подходов к воспитанию;

3.Выработка близких по сути требований;

4.Организация помощи в обучении, физическом и духовном развитии;

5.Создание благоприятного климата в семье;

6.Совместные мероприятия;

**Сроки реализации программы: 5 лет**

Реализуется программа в 5 этапов: от простого к сложному, от близкого к далёкому:

1 этап (5-6 класс-комплект) – 2011-2012 учебный год

*«В здоровом теле - здоровый дух»*

2 этап (5-6-7 класс-комплект) – 2012-2013 учебный год

*«Я - ученик! Я - гражданин!»*

3 этап (6-7-8 класс-комплект) – 2013-2014 учебный год

*«Я и окружающий меня мир»*

4 этап (7-8-9 класс-комплект) – 2014-2015 учебный год

*«Я выбираю здоровый образ жизни»*

5 этап (8-9 класс-комплект) – 2015-2016 учебный год

# 

***Здоровье - это искусство, а искусству надо учиться…***

**Формы и методы, позволяющие научиться искусству сохранения и укрепления здоровья:**

1. *Методы формирования сознания* включают следующие формы деятельности:

* *классные часы, и*х проведение и тематику я заранее предусматриваю при составлении плана воспитательной работы;
* *беседы* провожу с классом или индивидуально, предполагая интеллектуальную и эмоциональную активность школьников;
* ч*итательские конференции* помогают не только расширить кругозор обучающихся, но и усвоить нормы и принципы нравственности;
* *мини-лекции* использую как самостоятельную форму работы школьников, продолжительность которых не более 10-15 минут; для проведения некоторых лекций приглашаю фельдшера, сотрудников ГИБДД и пожарной службы.

*2. Методы организации деятельности и формирования опыта поведения* включают в себя ряд форм:

* *педагогическое требование* к выполнению норм поведения, правил по организации здорового образа жизни в виде просьб, совета, намека;
* *приучение и упражнение* содействуютформированию устойчивых способов поведения, привычек здорового образа жизни и отражают сознательные установки личности; регулярное участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях формируют качества здоровой личности;

*3. Методы стимулирования поведения и деятельности* помогают мне формировать у обучающихся умения правильно оценивать свое поведение, что способствует осознанию ими своих потребностей, пониманию смысла жизнедеятельности. *Поощрение* применяю в различных вариантах: одобрение, похвала, благодарность, награждение. *Наказание* - в выражении морального порицания, осуждения.

*4. Метод игровых ситуаций* я применяю, так как он позволяет легко, увлекательно усваивать обучающимся на практике правила здорового образа жизни. Очень часто использую и*гровые ситуации проблемно-поискового характера,* при этом методы убеждения и упражнения максимально сближаются.

*5. Методы воздействия на эмоциональную сферу* предполагают формирование необходимых навыков в управлении своими эмоциями, что благоприятно сказывается на здоровье обучающихся. Таким методом является *внушение.* Внушать - это, значит, воздействовать на чувства, а через них на ум и волю человека. Использование этого метода способствует переживанию детьми своих поступков и связанных с ними эмоциональных состояний**.**

*6. Метод проектов.* *Исследовательские проекты (*организация опроса среди своих сверстников для изучения вредных привычек в школе); *творческие проекты*.

**Ожидаемые результаты**

* Сохранение и по возможности укрепление здоровья школьниками через овладение ЗОЖ.
* Позитивная динамика результатов обученности за счет сохранения количества уроков, пропущенных по болезни
* Снижение уровня заболеваний позвоночника и глаз.
* Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.
* Участие в спартакиадах, командных соревнованиях, личных первенствах по различным видам спорта.
* Проявление потребности в творческой и интеллектуальной самореализации, через участия в конкурсах, смотрах, викторинах.
* Улучшение взаимоотношений семьи и школы, повышение ответственности родителей за здоровье ребенка
* Появление цели – сохранить своё здоровье, самосовершенствоваться, развиваться не только физически, но и культурно.

**Основные мероприятия по реализации программы**

**5 - 6 класс**

**2011 – 2012 учебный год**

**Тема: «В здоровом теле - здоровый дух»**

****

Цель: формирование положительной мотивации к ведению здорового образа жизни.

Задачи:

*в области обучения:*

* учить составлять режим дня для правильного распределения времени и сил на учёбу и досуг;
* прививать основные навыки гигиены;
* формирование здорового образа жизни.

*в области воспитания:*

* воспитывать ответственное отношение к своему здоровью;
* учить противостоять вредным привычкам;
* воспитывать интерес к занятиям спортом и физической культурой;
* повышать информированность школьников по вопросам здорового образа жизни.

*в области психического развития:*

* создание комфортной обстановки в классе для сплочения классного коллектива;
* формирование традиций класса;
* изучение коллектива в целом и каждого учащегося в частности;
* анализ эмоциональной сферы в коллективе.

*в области социализации:*

* формировать сплочённый классный коллектив;
* создание условий для дальнейшего развития органов детского самоуправления;
* формирование и укрепление традиций классного коллектива;
* сплочение семьи в рамках пропаганды здорового образа жизни.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Тема** | **Форма** |
| Сентябрь | Режим дня. *Классное собрание:* *Задачи на новый учебный год.*  *«В здоровом теле – здоровый дух!»* | Практическое занятие *Обсуждение* |
| Октябрь | Гигиена школьников. *«Здоровый образ жизни».* | Обсуждение *Выпуск бюллетеня* |
| Ноябрь | Мифы о наркомании. | Диспут *Сбор информации* |
| Декабрь | Режим питания. *Классное собрание:* *«В здоровом теле – здоровый дух!»: подведение итогов работы.* | Круглый стол |
| Декабрь | В гостях у Айболита. | Утренник для начальной школы |
| Февраль | Вредные привычки и их преодоление. | Обсуждение |
| Март | Я здоровье берегу - сам себе я помогу. | День здоровья |
| Апрель | Спортивные традиции в семье. Быстрее, выше, сильнее. | Обмен опытом  Минисоревнования |

Ожидаемые результаты:

- коллектив переходит к самоуправлению;

- ответственное отношение к своему здоровью;

- соблюдение режима дня;

- навык соблюдения гигиенических требований;

- умение бороться с вредными привычками;

- ведение здорового образа жизни.

*Должен знать:* - положение о правах и обязанностях учащихся;- правила внутреннего распорядка школы;- как правильно распределять время;- почему привычки называются вредными;- традиции класса и семьи;- историю своей страны.

*Должен уметь:*

- принимать участие в оказании помощи в учёбе своим товарищам;

- пропагандировать здоровый образ жизни;

- создавать традиции в семье;

- противостоять вредным привычкам;

- вести здоровый образ жизни.

**6-7 класс**

**2012 – 2013 учебный год**

**Тема: «Я – ученик! Я – гражданин!»**

****

Цели: формирование у школьников гражданской ответственности и правового самосознания через пропаганду здорового образа жизни.

Задачи:

*в области обучения:*

* воспитывать гражданина и патриота;
* прививать интерес к истории своей страны;
* формировать интерес к истории спорта.

*в области воспитания:*

* способствование формированию уважительного отношения к старшим, пожилым людям, ветеранам Великой Отечественной войны, воинам-интернационалистам;
* использование воспитательных возможностей народных праздников для приобщения учащихся к ценностям русской национальной культуры;
* формирование здорового образа жизни;
* пропаганда негативного отношения к вредным привычкам;
* объединять усилия семьи и школы по воспитанию здорового образа жизни.

*в области психического развития:*

* воспитывать терпимость к культурам разных народов;
* повышать уровень воспитанности;
* формировать адекватную самооценку школьников;
* подключение актива класса к созданию комфортной обстановке в коллективе.

*в области социализации:*

* создание условий для дальнейшего развития органов детского самоуправления;
* организация системы отношений через разнообразные формы воспитывающей деятельности коллектива класса;
* повышение активного взаимодействия в социуме.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Тема** | **Форма** |
| Сентябрь | Драгоценное время. *Классное собрание:* *Задачи на новый учебный год.*  *Символы России.* | Практическое занятие *Обсуждение* |
| Октябрь | Кто наши враги? *Заседание актива класса:*  *«Портрет патриота».* | Диспут о вредных привычках *Выпуск бюллетеня*  *Исследовательская работа* |
| Октябрь | О спорт, ты – мир! | День здоровья |
| Ноябрь | Скажи нет наркотикам! *Встречи с ветеранами.* | Круглый стол *Сбор материала* |
| Декабрь | Россия – родина моя. *«Портрет патриота».* | Литературная гостиная *Отчёт об исследовательской работе* |
| Декабрь | Зимние забавы (для учащихся начальной школы). | Игры на свежем воздухе |
| Январь | Никотин: друг или враг? *Классный час, посвященный дню снятия блокады* *«Если скажут слово Родина…»* | Обсуждение |
| Февраль | Мы – защитники отечества! *Ими гордится России.* | Смотр воинской доблести  *Экскурсия в школьном музее* |
| Март | Память: как её тренировать. *Конкурс «Лидер».* | Практическое занятие |
| Апрель | За здоровье всей семьёй!  Психологический комфорт. | Соревнования  Анкетирование |
| Май | Ах, война!.. | Утренник |

Ожидаемые результаты:

- совместная деятельность актива и классного руководителя в организации

социально значимых дел;

- самостоятельная деятельность в решении вопросов коллективной жизни;

- создание атмосферы сотрудничества, взаимного доверия и уважения;

- знание и понимание своих прав и обязанностей как гражданина и патриота своей страны;

- активное участие семьи в спортивных мероприятиях и классных часах;

- толерантное отношение школьников друг к другу;

- комфортная обстановка в классном коллективе;

- повышение интереса к истории своей страны в целом и станице в частности.

*Должен знать:*

- положение о правах и обязанностях учащихся;

- правила внутреннего распорядка школы;

- памятные военные даты в истории страны;

- ситуации, подталкивающие к вредным привычкам и способы противостояния им.

*Должен уметь:*

- противостоять вредным привычкам;

- оказать помощь одноклассникам;

- тренировать свою память;

- справляться со стрессами.

**7-8 класс**

**2013 – 2014 учебный год**

**Тема: «Я и окружающий меня мир»**

****

Цели: формирование бережного отношения к окружающему миру в связи с пониманием его влияния на здоровье человека.

Задачи:

*в области обучения:*

* формирование потребности в знаниях;
* формирование культуры информационного взаимодействия с миром;
* учить учитывать влияние окружающей среды на здоровье школьников.

*в области воспитания:*

* формирование здорового образа жизни;
* воспитание бережного отношения к окружающей среде;
* расширение кругозора учащихся, повышение интереса к истории своего края.

*в области психического развития:*

* формирование умения самоконтроля;
* создание условий к профориентации;
* воспитание умения противостоять стрессам.

*в области социализации:*

* создание условий для дальнейшего развития органов детского самоуправления;
* способствование повышению роли ученического самоуправления в планировании, организации и анализе жизнедеятельности в классе;
* организация системы отношений через разнообразные формы воспитывающей деятельности коллектива класса;
* формирования умения ориентироваться в жизни.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Тема** | **Форма** |
| Сентябрь | Здоровье и окружающий мир. *Классное собрание:* *Задачи на новый учебный год.*  *«Слёзы планеты».* | Обсуждение *Обсуждение*  *Творческая работа* |
| Октябрь | Кушайте на здоровье. | Ситуативная игра *Выпуск бюллетеня* |
| Октябрь | В здоровом теле – здоровый дух. | День здоровья |
| Ноябрь | *Наша станица.* | *Сбор экологической информации* |
| Декабрь | Целебная сила природы.  *«Слёзы планеты».* | Круглый стол *Отчёт о творческой работе* |
| Январь | *Влияние окружающей среды на здоровье.* | защита презентаций |
| Февраль | Курс молодого бойца. | Соревнования |
| Март | Я знаю всё о моём здоровье? *Конкурс «Лидер».* | Обмен опытом |
| Апрель | *Помоги планете. Сбор отряда: «Это в наших силах»* | *Акция*  *Операция* |
| Май | По дорогам родного края | Туристический слет |

Ожидаемые результаты:

- появления отношения творческого сотрудничества;

- укрепление традиций, законов;

- бурное развитие самоуправления;

**-** повышение интереса к состоянию окружающей среды;

- бережное отношение к природе;

- внимательное отношение к своему здоровью;

- пропаганда защиты природы;

- яркое проявление положительных привычек и неприятие вредных.

*Должен знать:*

- положение о правах и обязанностях учащихся;

- правила внутреннего распорядка школы;

- целебные свойства растений;

- опасность наркотиков.

*Должен уметь:*

- правильно питаться;

- соблюдать правила гигиены;

- бережно относиться к достопримечательностям родного края;

- сохранять самообладание в любой ситуации.

**8 - 9 класс**

**2014 – 2015 учебный год**

**Тема: «Я выбираю здоровый образ жизни»**

****

Цели: формирование способности к проектированию жизненных сценариев и оздоровительных программ.

Задачи: *в области обучения:*

* учить осознано планировать своё будущее;
* формировать умение проектировать своё время с учётом здоровьесбережения;
* подготовка учащихся к выбору будущей профессии.

*в области воспитания:*

* способствование формированию уважительного отношения к человечеству, к культуре своего народа, традициям;
* воспитание у детей позитивного восприятия окружающего мира;
* формирование здорового образа жизни;
* развитие навыка правильного обустройства своего рабочего места;
* воспитание патриотизма.

*в области психического развития:*

* психологическая подготовка учащихся к самостоятельной жизни;
* адаптация учащихся к учёбе в новом коллективе;
* повышение стрессоустойчивости во время экзаменов.

*в области социализации:*

* развитие умения поступать в интересах коллектива, согласовывать свои желания с желаниями других, мириться с чужим мнением;
* расширение круга общения детей;
* выявление и раскрытие духовных, творческих и организаторских потенциалов личности;
* поиск наиболее эффективных путей совершенствования, способствующих социально-творческому развитию личности;
* удовлетворение потребности ребят в общении, в совместной деятельности для реализации возрастных интересов;
* создание условий для дальнейшего развития органов детского самоуправления.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Тема** | **Форма** |
| Сентябрь | Моё будущее в моих руках. *Классное собрание* *Задачи на новый учебный год. «Я выбираю здоровый образ жизни!»* | Проект  *Обсуждение*  *Презентация* |
| Октябрь | Гигиена умственного труда. *«У каждой профессии запах особый.»* | Обсуждение  *Выпуск бюллетеня* |
| Октябрь | Великие спортсмены! | День здоровья |
| Ноябрь | *Моя профессия.* | *Встречи с интересными людьми, представителями разных профессий* |
| Декабрь | Здоровье человека XXI века. *«Если хочешь быть здоров…»(для начальной школы)* | Круглый стол  *Пропаганда ЗОЖ* |
| Январь | Моя будущая профессия.  *Здоровье – залог моего профессионального успеха.* | Проект  Практическое занятие |
| Февраль | Наши защитники. *За здоровье всей семьёй! (семейные традиции).* | Соревнования *Устный журнал* |
| Март | Компьютер – за и против. *Конкурс «Лидер».* | Обсуждение |
| Апрель | Зависимость здоровья человека от окружающей среды. | Круглый стол |
| Май | Экзамены без стрессов. | Практикум |

Ожидаемые результаты:

- исчезает замкнутость коллектива, его деятельность распространяется в масштабах школы;

- появилось чувство защищенности личности в коллективе;

- преобладает дружелюбный тон, внимание друг к другу, готовность откликнуться на нужды других;

- созданы условия для успешной самореализации личности;

- самостоятельная деятельность классного коллектива;

- создание здорового микроклимата в коллективе;

- самостоятельная деятельность органов ученического самоуправления;

- выполнение поручений каждым учеником;

- организация внеклассных мероприятий;

- привитие санитарно - гигиенических навыков и навыков бережного отношения к собственному здоровью;

- определение с выбором будущей профессии;

- гордость за страну, в которой живут.

*Должен знать:*

- Конвенцию о правах ребенка;

- положение о правах и обязанностях учащихся;

- правила внутреннего распорядка школы;

- историю своей страны и малой родины;

- отличительные черты каждой профессии.

*Должен уметь:*

- быть руководителем отдельного дела;

- подчиняться членам коллектива в общей команде;

- организовывать помощь в учебе часто болеющим учащимся;

- отвечать перед коллективом за порученное дело, помогать в выполнении дела;

- организовать просвещение одноклассников о вреде вредных привычек.

- принимать активное участие в проведении часов общения, информацион­ных часов и

тематических классных часов (с самостоятельным подбором необходимых

материалов);

- быть членом команды в подготовке общешкольных коллективных творческих дел.

**Работа с родителями**

****

1. Помощь в ремонте классной комнаты.
2. Помощь в подготовке утренников и открытых мероприятий.
3. Помощь в организации досуга детей.
4. Активное участие в спортивных мероприятиях совместно с детьми.
5. Участие в родительских собраниях по совместному обсуждению проблем здоровья в семье и школе.

Темы для обсуждения на родительских собраниях

|  |  |
| --- | --- |
| **5-6 класс.**  1. «Роль домашнего задания в самообразовании школьника»  2. "Здоровье ребенка в руках взрослых"  **5-6-7 класс.**  1. "Здоровая семья: нравственные аспекты".  2. "Эти трудные подростки".  **6-7-8 класс**  1. "На контроле здоровье детей".  2. "Режим труда и учебы".  3. "Наркотики в зеркале статистики".    **7-8-9 класс**  1. "Вредные привычки у детей".  2. "Вопросы, которые нас волнуют".  3. "Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу". |  |

**8-9 класс**

"Взрослые проблемы наших детей".

"Режим труда и учебы".

"Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу".

**Критерии эффективности и результаты программы**

|  |  |
| --- | --- |
| Критерии | Результаты |
| Количество заболеваний, в том числе и хронических, степень сопротивляемости организма | Уменьшение пропусков по болезни.  Перераспределение учащихся по группам здоровья. |
| Способность к самоуправлению поведением, согласно социальным нормам и правилам | Снижение количества правонарушений, совершаемых учащимися |
| Овладение ведущими и другими видами деятельности | Сформированность умений, навыков по сохранению и улучшению здоровья, включенность оздоровительные, спортивные мероприятия. |

**Диагностическая деятельность по программе проводится с учетом следующих условий**

* исследования направлены на выявление особенностей развития каждого ребенка;
* результаты диагностики сравниваются только с предыдущими результатами того же ученика, чтобы выявить степень его продвижения в развитии;
* изучение личности учащегося и ученического коллектива осуществляется на протяжении всех лет обучения в школе;
* определяются перспективы развития ученика и коллектива;
* исследования носят комплексный системный характер;
* диагностика проводится в естественных условиях учебно-воспитательного процесса.

Изучение детей и коллектива проводится не только с помощью специальных психологических методик, но и путем индивидуальных бесед, наблюдений, бесед с родителями, учителями.

Используются методики:

**Анкета № 1 «Моё здоровье»**. **Цель:** выявить отношение школьников к своему здоровью, понимание ими важности физического совершенствования (приложение 1).

**Анкета № 2. Для родителей.** **Цель:** изучить мнение родителей о влиянии школьного режима на здоровье ребёнка (приложение 2).

**Анкета для определения уровня тревожности** (приложение 3).

Диагностика развития личности.

Диагностика уровня воспитанности (приложение 4).