**Муниципальное образовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа №2»**

 Утверждаю

Директор МОУ СОШ №2

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/И.В.Власова/

« 10 » сентября 2011 года

**Программа**

**«Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни**

 **на уроках информатики»**

 **Автор программы:**

**Мальцева Н.В., заместитель директора**

 **по ИТ, учитель информатики и ИКТ**

**г.Вилючинск**

**2011г.**

 **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В ситуации стремительных и непредсказуемых новаций, которые сегодня происходят во всех сферах жизни, несовершенство системы обучения неблагоприятно отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Мы стоим перед фактом не только физического, но и психологического здоровья детей. Резерв сохранения здоровья человека заложен в организации образа его жизни, который во многом зависит от культуры здоровья индивидуума. Последнее включает в себя знание психологических возможностей своего организма; знание способов укрепления здоровья; умение распространять знания о здоровье на свое окружение и в целом на окружающую среду. Здоровье зависит от жизненных позиций и усилий человека, его способности активно регулировать собственное состояние с учетом индивидуальных особенностей своего организма, реализовать программы самосохранения, самоорганизации и саморазвития.

В настоящее время существуют различные проекты профилактической работы среди подростков по предупреждения и снижению уровня наркомании, алкоголизма, асоциального и других форм отклоняющегося поведения. Однако вопросам обучения здоровьесберегающему поведению уделяется недостаточно внимания.

Особенностями данной программы являются доступность получения практических знаний в области сохранения и преумножения здоровья, формирование мотивации здорового образа жизни у детей и подростков.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:**

1.    Информационная карта.

 2.    Актуальность программы.

 3.    Концептуальные основы.

 4.    Цель и задачи.

5.    Основные этапы реализации программы.

 6.    Содержание деятельности.

 7.    Ожидаемые результаты.

8. Список литературы.

**1. Информационная карта.**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Полное название программы*** | «Формирование здорового образа жизни» |
| ***Автор программы*** | Заместитель директора по ИТМальцева Н.В. |
| ***Территория, представившая программу*** | МОУ "Средняя общеобразовательная школа №2" |
| ***Адрес организации*** | 684093, Камчатский край, г.Вилючинск, ул.Гусарова, д.49 |
| ***Телефон/факс***  | 8(41535)2-32-10 |
| ***Цель:*** | сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов и формирование у школьников навыков организации здорового образа жизни посредством развития здоровьесберегающей и здоровьеформирующей среды в школе. |
| ***Сроки реализации программы*** | 2012-2015 г |
| ***Количество участников программы***  | Все учащиеся школы |
| ***Возраст участников программы*** | 7 – 17 лет |
| ***Краткое содержание программы*** | В основе идеи программы лежит комплексный подход, сочетающий в себе организацию условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся, обеспечения совместной деятельности педагогов, медработников и родителей по профилактике заболеваний, а также продолжения системы просветительской работы о здоровом образе жизни с учащимися, педагогами, родителями. |

**2. Актуальность программы.**

Одним из приоритетных направлений работы педагогического коллектива МОУ СОШ №2 является сохранение и улучшение здоровья школьников в рамках школьной программы «Формирование здорового образа жизни». Мероприятия по реализации данной программы предусматривают тесную связь и совместную работу администрации школы, педагогического коллектива, медработников, родителей и других заинтересованных организаций.

  Здоровье – это главная ценность жизни. Каждое поколение в той или иной степени адаптируется к меняющимся условиям в современном мире. Сегодня только 30% детей рождается без нарушений здоровья, а в школу они  приходят ещё более ослабленными. Система школьного воспитания в свою очередь продолжает дело разрушения их здоровья. Молодой организм должен формироваться в оптимальных для учёбы, труда и быта условиях. Отклонение в здоровье в зрелом и пожилом возрасте формируется в детстве и молодости, и часто является  нарушением гигиенических норм поведения. Здоровье – мера реализации генетических потенциалов. Это резервы жизни, жизнеспособность человека как целостного творения в единстве его телесных, психических и духовно – нравственных характеристик. Причём эти резервы, эта жизнеспособность не даны изначально в готовом виде. Они, словно ростки, формируются, развиваются и укрепляются в процессе развития и воспитания. Только сообразное человеческой  природе воспитание  раскрывает и приумножает эти видовые резервы  жизнеспособности. Воспитание же, несообразное природе,  разрушает их от поколения к поколению.

  По определению Всемирной организации здравоохранения, «здоровье - это состояние полного физического, психического и социального   благополучия, а не просто отсутствие болезни и физических дефектов».

Можно сказать, что критериями здоровья являются:

·         Соматическое  и физическое здоровье «я могу».

·         Критерий, характеризующий потенциальные возможности человека его антропологическим показателям в соответствии  с возрастом и полом.

·         Группа критериев, характеризующих индивидуальные особенности личности и его жизненные позиции.

·         Психическое здоровье - «я хочу».

·         Нравственное здоровье – «я должен».

  Анализ ситуации, сложившейся в подростковой среде в нашей стране и регионе  в последнее время свидетельствует о том, что отсутствие должного внимания  общества к организации свободного времени школьников ведёт  к самым негативным последствиям.

Исходя из результатов мониторинга здоровья, число детей, имеющих отклонения в здоровье, растет, поэтому наличие и реализация программы «Формирование здорового образа жизни» актуально для нашей школы.

  Рост детской преступности, наркомании, алкоголизма и других вопиющих проявлений   нравственной  болезни общества захлестнул города и посёлки.

 Особенно подвержены этому влиянию дети   13-14 летнего возраста из  неблагополучных  по каким-то критериям семей. Исходя из вышеизложенного, педагогический коллектив нашей школы считает, что только практические действия могут принести положительный результат.

Здоровый образ жизни должен стать основой в профилактике болезней современности.

**3. Концептуальные основы программы.**

Концептуальными основами программы «Формирование здорового образа жизни» стали следующие идеи: получение детьми практических знаний, умений и навыков формирования здорового образа жизни, повышение мотивации сохранения своего здоровья и здоровья окружающих людей, организации системы просветительской работы о здоровом образе жизни не только с учащимися, но и с родителями.

Методической основой программы послужили концепция здорового образа жизни и различные активные формы работы с детьми по формированию здорового образа жизни.

Для обеспечения успешной работы программы педагогический коллектив придерживается следующих основных **принципов:**

* Педагогический профессионализм;
* Уважение к личности ребенка (ведущая идея гуманистической педагогики: ребенок – центр, цель и результат педагогической деятельности);
* Сотрудничество, сотворчество, содружество (педагог – педагог, педагог – ребенок);
* Поддержка детских инициатив, творчества;
* Сочетание общечеловеческих и российских национальных культурных ценностей в организации жизнедеятельности детей;
* Индивидуальный подход и коллективное творчество;
* Позитивное разрешение конфликтных ситуаций;
* Педагогическая целесообразность (планирование, анализ, диагностика)

 Программа разработана с учетом следующих законодательных нормативно – правовых документов:

Конвенция ООН о правах ребенка;

Конституция РФ;

Закон РФ «Об образовании»;

Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.2004 № 124-ФЗ.

**4. Цели и задачи программы.**

**Цель:**

-сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов и формирование у школьников навыков организации здорового образа жизни посредством развития здоровьесберегающей и здоровьеформирующей среды в школе.

**Задачи:**

* Привести в соответствие образовательную и воспитательную деятельность с особенностями состояния физического и духовного здоровья детей;
* Обеспечить совместную деятельность педагогов, медработников и родителей по профилактике заболеваний и оздоровления детей;
* Формировать у детей через цикл учебных дисциплин и внеучебных форм деятельности системы знаний о здоровье человека и здоровом образе жизни, мотивации на сохранение своего здоровья и здоровья окружающих людей;
* На основе нравственного и физического совершенствования научить детей основам здорового образа жизни;
* Содействовать объединению детей и взрослых, родителей общими делами и интересами через   воспитательные мероприятия;
* Продолжить систему просветительской работы о здоровом образе жизни с детьми, педагогами, родителями.

**5. Основные этапы реализации программы.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Этап*** | ***Наименование мероприятий*** | ***Сроки реализации*** | ***Исполнитель*** |
| ***1. Анализ и создание условий, необходимых для сохранения и укрепления здоровья школьников.*** |
| 1.1. | Осуществление контроля за соблюдением норм СаНПиН | 2011-2016 г. | Администрация школы, медицинская сестра  |
| 1.2. | Разработка и издание методических рекомендаций по применению здоровьесберегающих технологий на уроках информатики | 2011-2013 г. | Администрация, учителя-предметники |
| 1.3 | Нормативное обеспечение школы медицинскими препаратами, формирование аптечек. | 2011-2016 г. | Медицинские работники  |
| ***2. Организация и проведение диагностических мероприятий*** |
| 2.1. | Организация и осуществление комплексного мониторинга состояния здоровья обучающихся  | 2011 - 2016 г. | Администрация школы, медицинские работники |
| 2.2. | Создание базы данных о состоянии здоровья обучающихся и учителей на основе комплексной оценки медицинских осмотров | 2011 - 2016 г. | Администрация школы, медицинские работники  |
| ***3. Организация профилактических, оздоровительных и коррекционных мероприятий для обучающихся*** |
| 3.1. | Осуществление дифференцированного подхода на учебных занятиях к детям, имеющим слабое физическое развитие и отклонение в состоянии здоровья | 2011-2016 г. | Учителя-предметники |
| 3.2. | Участие в конкурсах, семинарах и других мероприятиях по формированию здорового образа жизни | 2011-2016 г. | Учителя-предметники |
| ***4. Формирование системы знаний о здоровьесбережении*** |
| 4.1. | Различные формы урочной и внеурочной деятельности | 2011-2016 г. | Учителя - предметники, социальный педагог, психологи  |
|  |  |  |  |  |  |

**6. Содержание деятельности.**

1. **Материалы по здоровьесбережению на уроках информатики**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Компонент здоровья | Темы | Содержание материала по здоровьесбережению |
| 8 класс |
| 1 | ФизическоездоровьеДуховно-нравственное здоровьеЭкологическое здоровье | Вводный урок. | Техника безопасности поведения в кабинете |
| Практическая работа «Операционная система Windows». | Соблюдение правила техники безопасности и гигиенические рекомендации при использовании средств ИКТ |
| Системы счисления | Влияние состояния информационных ресурсов на организм человека |
| Алгоритмы. Исполнители. | Исполнение подвижных игр, имитирующих задачи. |
| Текстовый процессор. | Составление практических заданий по теме «Здоровье и компьютер» |
| 9 класс |
| 2. | ФизическоездоровьеДуховно-нравственное здоровьеЭкологическое здоровье | Информационное взаимодействие | Влияние информации на здоровье человека |
| Компьютер как средство автоматизации информационных процессов | Влияние компьютера на здоровье человека |
| Информационные технологии | Разработка тестов, анкет, их обработка |
| Информационные системы | Системное мышление, позволяющее выделять в окружающем мире системы, адекватные поставленной задаче |
| Реляционные базы данных | Разработка информационной системы для хранения данных о состоянии здоровья класса |
| Проектирование баз данных | Построение моделей различных объектов: систем экологического состояния нашего края, параметров физического состояния школьников. |
| Информационная технология работы с объектами в виде презентаций | Создание учебного комплекса «Компьютер и здоровье человека» |
| Информационная технология работы с объектами текстового документа | Сферы использования текстовых документов, их роль в жизни людей |
| Информационная технология разработки проекта | Социальные проекты «Здоровый образ жизни» |
| 10 класс |
| 3. | ФизическоездоровьеДуховно-нравственное здоровьеЭкологическое здоровье | Информационная технология работы с объектами в виде презентаций | Создание учебного комплекса «Вредные привычки» |
|  | Основы программирования | Составление задач, связанных с выбором действий в зависимости от условий поставленных задач (здоровье, экологические, интегрированные). |
|  | Системы счисления | Влияние состояния информационных ресурсов на организм человека |
| 11 класс |
| 4. | ФизическоездоровьеДуховно-нравственное здоровьеЭкологическое здоровье | Основы программирования | Составление задач, связанных с выбором действий в зависимости от условий поставленных задач (здоровье, экологические, интегрированные). |
| Основы социальной информатики | Нравственные аспекты применения информационных технологий |
| Сетевые технологии | Влияние Интернета на развитие человека |

1. **Гигиенические критерии рациональной организации урока**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Факторы урока | Уровни гигиенической рациональности урока |
| Рациональный3 балла | Недостаточно рациональный2 балла | Нерациональный1 балл |
|  | Количество видов учебной деятельности | 4-7 | 2-3 | 1-2 |
|  | Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности | Не более 10 минут | 11-15 минут | Более 15 минут |
|  | Частота чередования различных видов учебной деятельности | Не позже чем через 7-10 минут | через 11-15минут | через 15-20 минут |
|  | Количество методов преподавания | Не менее 3 | 2 | 1 |
|  | Чередование методов преподавания | Не позже чем через 10-15 минут | Через 15-20 минут | Не чередуются |
|  | Наличие эмоциональных разрядок (количество) | 2-3 | 1 | Нет |
|  | Место и длительность применения ТСО | В соответствии с гигиеническими требованиями | С частичным соблюдением гигиенических требований | В произвольной форме |
|  | Чередование позы сидения | Поза чередуется в соответствии с видом работы. Учитель наблюдает за посадкой учащихся | Имеются случаи несоответствия позы виду деятельности. Учитель иногда контролирует посадку учащихся. | Частые несоответствия позы виду деятельности. Учитель не контролирует посадку учащихся. |
|  | Наличие, место и содержание физкультминуток | На 20-35 минуте урока по 1 мин из 3-х легких упражнений с 3-4 повторениями каждого | 1 физкультминутка с неправильным содержанием и продолжительностью | Отсутствует |
|  | Психологический климат | Преобладают положительные эмоции | Имеются случаи отрицательных эмоций | Преобладают отрицательные эмоции |
|  | Момент наступления утомления учащихся | Не ранее 40 мин. | Не ранее 35-37 мин. | До 30 мин. |

**7. Ожидаемые результаты реализации**

 **программы**

1.     Изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательным воздействиям окружающей среды, желания и умения вести здоровый образ жизни.

2.     Повышение социально-психологической комфортности в детском и педагогическом коллективе.

3.     Повышение уровня знаний школьников по вопросам здорового образа жизни;

5.     Повышение информированности обучающихся по вопросам здоровьесбережения.

**8. Список литературы**

1. Аносов М.В. Анализ урока с позиции здоровьесбережения. // Педагогика и психология здоровья. – М., 2003
2. Никифоров Г.С. Психология здоровья. Учебное пособие. – СПб.: Речь, 2002.
3. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – 2-е изд., испр. и доп. М.: АРКТИ, 2006.
4. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. – М., 2003.