**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**Средняя общеобразовательная Школа № 26**

**Утверждаю**

**Директор МОУ СОШ № 26**

**Беренцева Е.А.**

**Программа**

**«Пропаганда здорового образа жизни**

**среди участников образовательного процесса**

**через обучение основам математики»**

**на 2010-2012 учебные годы**

**Разработала: Черных Г.В.,**

**учитель математики**

**Воскресенск**

**Московская область**

**Обоснование актуальности программы**

Неудовлетворительные показатели состояния здоровья подростков, обучающихся в учебных заведениях, является актуальной проблемой современности. Неуклонное снижение числа практически здоровых детей, возрастающий поток подростков, страдающих хронической патологией и детей инвалидов, рассматривается как национальная трагедия. Не случайно в Национальной образовательной инициативе «Наша новая школа», утвержденной Президентом Российской Федерации, уделяется большое внимание сохранению и укреплению здоровья школьников. … «Дети проводят в школе значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья – дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье человека – важный показатель его личного успеха. Если у молодёжи появится привычка к занятиям спортом, будут решены и такие острые проблемы, как наркомания, алкоголизм, детская безнадзорность.  
Сбалансированное горячее питание, медицинское обслуживание, включающее своевременную диспансеризацию, спортивные занятия, в том числе внеурочные, реализация профилактических программ, обсуждение с детьми вопросов здорового образа жизни – всё это будет влиять на улучшение их здоровья. Кроме того, должен быть осуществлён переход от обязательных для всех мероприятий к индивидуальным программам развития здоровья школьников».  
Подростки индивидуальны и поэтому именно индивидуальный подход с учетом возрастных особенностей позитивно повлияет на сохранение и укрепление здоровья каждого.

И актуальностью программы является прежде всего, ее направленность на решение значимых проблем, устранение которых может дать максимально возможный положительный эффект сохранения и укрепления физического и психического здоровья учащихся.  
***Проблемы, обусловившие необходимость разработки программы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся:***

1. Ухудшение экологической обстановки, убыстряющийся темп жизни – основные факторы, влияющие на здоровье подростков и сотрудников школы.
2. Возрастающие учебные нагрузки, стрессовые ситуации, сказывающиеся на здоровье учащихся.
3. Наличие заболеваний с наследственной предрасположенностью учащихся.
4. Рост употребления алкоголя в среде окружающей подростков.
5. Недостаточность знаний основ гигиены, правильного питания.

Важно пробудить в детях желание заботиться о своём здоровье, основанное на их заинтересованности в учёбе, выборе курсов, адекватных индивидуальным интересам и склонностям. Насыщенная, интересная и увлекательная школьная жизнь станет важнейшим условием сохранения и укрепления их здоровья.

**Цель программы:** Определение и оптимизация путей и условий для улучшения здоровья участников образовательного процесса, развитие и внедрение здоровье сберегающих технологий в деятельность образовательного учреждения через предмет «математика»

**Задачи:**

* создать оптимальные благоприятные условия во время учебных занятий для сохранения и укрепления здоровья учащихся;
* формировать на занятиях математики у подростков отношения к здоровому образу жизни как самому главному пути в достижении успеха;
* разработать и проводить мероприятия по здоровье сберегающей деятельности образовательного учреждения с использованием современных информационных технологий;
* разработать и проводить профилактические и пропагандистские мероприятия, способствующие отказу от вредных привычек среди подростков;
* внедрить в образовательную деятельность комплекса мероприятий, направленных на поддержку школьных инициатив по формированию и пропаганде здорового образа жизни среди учащихся.

**Участники программы:** учащиеся 5-11 классов

**Срок реализации программы** – три года

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | **Основные направления деятельности в рамках данной программы и перечень мероприятий по их реализации:**   1. Сохранение психического здоровья подростков; 2. Сохранение физического здоровья подростков; 3. Создание условий для мотивации в обучении   **Основные этапы программы:**  У школьников наиболее часто выявляются болезни костно-мышечной системы, органа зрения, мочеполовой системы, нервной системы. Причинами заболеваний являются не только наследственная предрасположенность, но и отсутствие увлеченности физкультурой и спортом, специфика условий и характера деятельности (большая нагрузка на органы зрения), несоблюдение режима питания, активного отдыха и другие.  Все проблемы укрепления здоровья на уроках математики решить не представляется возможным, но привитие привычки у подростка правильной осанки, бережного отношения к своему зрению, выполнения правил дорожного движения, правильного питания, сохранения психического здоровья не только возможно, но и обязательно для каждого педагога.  Наиболее актуальными являются меры по коррекции факторов риска, связанных с образом жизни и внешних причин (травмы, несчастные случаи, отравления).  С этой целью необходимо:   * обеспечение безопасных условий труда, снижение травматизма на рабочих местах; * улучшение структуры и качества питания; * снижение дорожно-транспортного травматизма; * повышение доступности оказания медицинской помощи; * улучшение качества окружающей среды (атмосферного воздуха, питьевой воды); * контроль над сменяемостью видов деятельности на уроках; * снижение перегрузки при выполнении домашних заданий  1. Разработка, подбор учебного материала для устного счета, для конкретных тем уроков по программе. 2. Включить в программу учебных курсов серию уроков с использованием практических знаний при изучении тем. 3. Подобрать и использовать материал при проведении устного счета по организации здорового питания, движения транспорта, и т. д .. 4. Познакомиться с личными проблемами здоровья учащихся, что непременно учитывать при работе в классе. 5. Проводить незаметные «скользящие» беседы способствующие развитию толерантности к детям с различными физическими недостатками. 6. Создать и постоянно поддерживать доброжелательную обстановку при ответе учащихся, обратив внимание на детей с повышенной нервной чувствительностью. Постоянно напоминать, что при обучении возможны ошибки, необходимо находить пути решения учебных проблем.   **1. Комплексные оздоровительные мероприятия перед началом учебного года**   * аттестация рабочих мест учащихся по условиям труда, разработка и выполнение комплекса мероприятий по устранению (уменьшению неблагоприятного воздействия) вредных производственных факторов по результатам проводимой аттестации, * создание условий для выполнения индивидуальных программ оздоровления и реабилитации, составленных в результате профилактических осмотров учащихся * разработка инновационных профилактических и оздоровительных методов, направленных на предупреждение сколиоза у детей в течение учебных занятий   **2. Мероприятия по формированию здорового образа жизни и отказу от вредных привычек**   * Постоянно следить за осанкой учащихся; * Учить располагать учебники на рабочем месте, * следить за посадкой ученика при чтении * Контролировать освещенность в помещении при работе с ИКТ * Проводить физминутки для отдыха зрения * Научить в ходе решения задач оценивать дорожную обстановку * Повторять меры обеспечения безопасного движения * В ходе урока добиться приобретения навыков выполнения действий по безопасному движению * Разработать информационных, практических мероприятий, позволяющих пропагандировать здоровый образ жизни * Формировать положительную мотивацию к учебным занятиям через игровую технологию, ИКТ, проблемное обучение. * Построить учебную деятельность на основе позитивного личного примера учителя (поддержание традиций ведения здорового образа жизни); * Создать банк уроков разработанных по тематике здоровье сбережения; * Вовлекать шире учащихся во внеаудиторную работу с учётом их индивидуальных интересов и способностей, * Создать серию проектов по решению задач, связанных с организацией правильного питания * Подобрать и проводить физминутки на уроках согласно возрастным особенностям подростков, * Участвовать в мероприятиях школы по гражданско-нравственному воспитанию учащихся, * Участвовать в проведении «День здоровья», участие в игре по правилам дорожного движения, * Участие в проведении мероприятий по биологии по охране здоровья (проблемы и пути решения), * Помещение материала по формированию здорового образа жизни на сайте школы, * Соблюдение норм САНПИНа по освещенности в работе, соблюдения гигиены чтения и письма, * Для получения обратной связи шире использовать анкетирование учащихся   **Новые подходы к формированию здорового образа жизни**   * Разработать научно-методическое обеспечение и системы мониторинга процесса формирование оптимального уровня здоровья подростков; * Распространение среди учителей математики банка дидактического материала по использованию его на уроках и внеклассных мероприятиях; * Принять участие во всевозможных конкурсах по внедрению технологий здоровья сбережения; * Включить обсуждение проблемы пропаганды использования здоровье сберегающих технологий на заседания ШМО. * Планирование и проведение научно-исследовательских работ в области методологии формирования здорового образа жизни,   **Критерии оценки выполнения программы**  Учащиеся должны в ходе урока объяснять правильность своих мыслей;  Соблюдать правила поведения здоровья сбережения в работе за столом, при чтении и письме, при работе с ПК.  **Порядок мониторинга хода и результатов реализации программы**  Один раз в четверть проводить анкетирование по выяснению отношения к таким урокам;  Отслеживать выполнение правил поведения  **Прогнозируемые риски**  Проведение таких уроков не должно быть навязчивыми, иначе отношение к ним станет несерьезным.  **Финансирование**  Материальных затрат практически нет | |

**Заключение**

На протяжении своей жизни потребности молодежи по охране здоровья изменяются. Определяя наиболее важные проблемы и угрозы для здоровья подростков в каждой возрастной группе, необходимо предусматривать правильную профилактику и разрабатывать эффективные способы работы.

**Литература**

**1.** Ворсина, Г.Л. Основы валеологии и школьной гигиены: Учебное пособие/ Г.Л. Ворсина, В.И. Колюнов.—Мн.: Тесей,2005.-288с.

**2.** Дорошкевич, М.П. Основы валеологии: Учебное пособие/ М.П. Дорошкевич, Д.М. Муравьева. -Мн.: "Вышейшая школа",2003.-240с.

**3.** Лукьяненко, В.И. Теория и методика социальной работы: Учебное пособие(часть1)/проф. В.И.Лукьяненко, проф. П.Д. Павленок. -М.: Издательство "Союз",1994.-399с.

**4.** Фирсов, М.В. Теория социальной работы: Учебное пособие для студентов высш. учебных заведений/М.В.Фирсов, Е.Г. Студенова. -М.: Гуманитарный изд.центр ВААДОС,2000.-432с.

**5. Сборники заданий ЕГЭ 2012 года**

6. А.М. Якупова, Б.Л.Загребина, А.И. Подольский Сборник задач по основам безопасности дорожного движения»

7. И.И. Зубарева. Учебники «Математика 5-6» под редакцией А.Г. Мордковича

**Отчет по выполнению программы**

Пропаганда здорового образа жизни среди учащихся школы проводилась на разных уровнях и в школе классным руководителем, учителем биологии, и вне ее через средства массовой информации: лекции, беседы, просмотр кино и телевизионных передач и т.д. Но с помощью учителя предметника, да еще и в ходе обучения такого сложного предмета как математика в нашей школе вводится впервые. Учащиеся понимают, что при решении различных задач на движение рассматривается не практические ситуации, а модели (например, в задачах на движение практически скорость одинаковая на конкретных участках, что в жизни маловероятно), но при решении таких задач повторяются правила поведения на дорогах, что способствует лучшему запоминанию, и т.д.