МБОУ «Кириковская средняя школа»

Красноярский край, Пировский район, с. Кириково

**Разработка ПРОГРАММЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ по теме:**

**«Со здоровьем мы друзья»**

 Учитель: Слабкова

 Галина Петровна

2015 г.

**ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ**

 **«Со здоровьем мы друзья»**

**Цель программы:** Создание условий по охране и укреплению здоровья обучающихся, через использование педагогических технологий и методических приемов.

**Задачи программы:**

* отслеживать санитарно - гигиенического состояния класса;
* нормировать учебную нагрузку, объем домашних заданий и режима дня;
* применять активные методы деятельности в процессе обучения обучающихся, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
* сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни.

**Этапы реализации:**

**1 этап – подготовительный:**

* анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
* изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
* разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

**2 этап – апробационный:**

* внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее

 эффективных;

* систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
* выполнение оздоровительных мероприятий.

**3 этап - контрольно-обобщающий:**

* сбор и анализ результатов выполнения программы;
* коррекции деятельности.

**Ожидаемые результаты программы:**

* повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;
* повышение приоритета здорового образа жизни;
* повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
* повышение уровня самостоятельности и активности школьников;
* повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья.

**Нормативно-правовая база**.

* Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90.
* Федеральный закон № 3266-1 от 10.06.92 “Об образовании” (в ред. ФЗ от 13.01.96 №12- ФЗ, от 16.11.1997 № 144-ФЗ, от 20.07.2000 № 102-ФЗ, от 07.08.2000 № 122-ФЗ)
* Федеральный закон от 24.07.98 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями от 20 июля 2000 г.).
* Федеральный закон №38 –ФЗ от 30.03.1995. «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ – инфекции)».
* Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;
* СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям  обучения в ОУ»
* Примерная основная образовательная программа основного общего образования в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта второго поколения

 начального общего образования.

**Функции классного руководителя:**

* санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
* организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
* организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
* организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
* организация и проведение профилактических работы с родителями;
* организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД;
* организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
* организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

**Методы контроля над реализацией программы:**

* мониторинг состояния здоровья учащихся;
* сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
* контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

**Представление о здоровьесберегающих образовательных технологиях**
 Технология описывает систему работы ученика как деятельность к достижению поставленной образовательной цели, и рассматривает систему работы педагога как деятельность, обеспечивающую условия для работы ученика.
 Под здоровьесберегающими технологиями - будем понимать систему мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействие на здоровье. Цель современной школы - подготовка детей к жизни. Каждый школьник должен получить за время учебы знания, которые будут востребованы им в дальнейшей жизни.

Достижение названной цели в сегодняшней школе может быть достигнуто с помощью технологий здоровьесберегающей педагогики, которые рассматриваются как совокупность приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья школьников и педагогов. Педагог, владея современными педагогическими знаниями, в тесном взаимодействии с учащимися, с их родителями, с медицинскими работниками, с коллегами - планирует свою работу с учетом приоритетов сохранения и укрепления здоровья участников педагогического процесса.

Здоровьесбережение может выступать как одна из задач образовательного процесса. Это может быть образовательный процесс медико-гигиенической направленности (осуществляется при тесном контакте педагог - медицинский работник - ученик); физкультурно-оздоровительный (отдается приоритет занятиям физкультурной направленности); экологической (создание гармоничных взаимоотношений с природой) и др. Только благодаря комплексному подходу к обучению школьников могут быть решены задачи формирования и укрепления здоровья учащихся.

Неоспоримо, что основная задача школы - подготовить ребенка, подростка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимое образование. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог, просто взрослый, ответственный человек бесстрастно относиться к неблагополучному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот, во многом риторический вопрос и стала востребованность учителями здоровьесберегающих образовательных технологий.

**Типы и классификация технологий**

|  |  |
| --- | --- |
| **Тип** | **Классификация** |
| **Здоровьесберегающие**  | Профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания |
| **Оздоровительные** | Физическая подготовка, физиотерапия, аромотерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия |
| **Технологии обучения здоровью**  | Включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла |
| **Воспитание культуры здоровья**  | Факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.  |

**Основой здоровьесберегающей технологии является следующие принципы:**

* учет возрастных особенностей развития учащихся;
* учет состояния здоровья ученика и его индивидуальных психофизиологических особенностей при выборе форм, методов и средств обучения;
* структурирование урока в зависимости от уровня умственной работоспособности учащихся.

**Здоровье сберегающие действия**:

* оптимальная плотность урока;
* чередование видов учебной деятельности;
* наличие физкультурной пуазы;
* наличие эмоциональных разрядок;
* правильная рабочая поза;
* положительные эмоции;
* диспансеризация;
* профилактические прививки;
* спортивные школьные праздники;
* беседы о здоровье с учащимися и родителями;
* оформление классных и школьных уголков здоровья.

**Формы организации занятий:**

* интеграция в базовые образовательные дисциплины;
* проведение часов здоровья;
* факультативные занятия;
* проведение классных часов;
* занятия в кружках;
* проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п.; организацию дней здоровья.

**Просветительская работа с родителями (законными представителями) включает:**

* лекции, семинары, консультации, по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.;
* подбор для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
* организацию совместной работы с родителями (законными представителями) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.

**План деятельности по реализации программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Ответственные исполнители** | **Сроки** | **Планируемый результат и выполнение** |
| 1.**Просветительское направление** |
| 1.1. | Организация просветительской работы с родителями по ЗОЖ (лекторий).  | классный руководитель | ежегодно | график проведения |
| 1.2. | Разработка системы обучения родителей и детей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья.  | классный руководитель | ежегодно | план работы |
| 1.3. | Вовлечение родителей и детей в работу по сохранению и укреплению здоровья.  | классный руководитель | ежегодно | план работы |
| 1.4. | Организация просветительской работы с учащимися | учителя, классные руководители | ежегодно | план работы |
| **2.Психолого-педагогическое направление.** |
| 2.1. | Организация психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса. | психолог  | ежегодно | план работы |
| 2.2. | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей;- изучение психологических возможностей и готовности детей к школе. | классный руководитель и психолог | ежегодно | диагностические исследования |
| 2.3. | Конференция по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения» | МО классных руководителей | ежегодно | материалы конференции |
| 2.4. | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности. | преподаватели | ежегодно  | планы уроков |
| 2.5. | Выявление группы риска по социальной дезадаптации, устранения негативного влияния. | классный руководитель | ежегодно | план работы |

**Календарный план реализации программы здоровьесбережения на 2015-2016 учебный год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Ответственные** |
| **1** | Проведение уроков–здоровья:1. «Если хочешь быть здоров»;
2. «Из чего состоит наша пища»;
3. «Здоровье - это здорово».
 | Классный руководитель |
| **2** | Проведение классных часов:1. Режим дня – основа жизни человека;
2. «Что такое здоровье?»; 3.
3. «Разрешение конфликтов без насилия»;
4. «В здоровом теле – здоровый дух!».
 | Классный руководитель |
| **3** | Родительские собрания:1. «Режим труда и учёбы»;
2. «Здоровье ребёнка в руках взрослых»;
3. «Режим и гигиена питания школьников»;
4. «Особенности адаптационного периода» «Психологические особенности подростков».
 | Классный руководитель |
| **4** | День здоровья  | Классный руководитель, родители |
| **5** | Обеспечение занятости детей во внеурочное время. | Классный руководитель |
| **6** | Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. | Классный руководитель |