Принято
на заседании педагогического совета
МКОУ Вохтомская ООШ
Протокол № 17 от «28» августа 2015 г.

Утверждаю
Директор МКОУ Вохтомская ООШ
_____ Батракова И.А.
Приказ № 145 от «28» августа 20 15г.

ПРОГРАММА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
«ШКОЛА –ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»

муниципального казенного образовательного учреждения
"Вохтомская основная общеобразовательная школа"
Парфеньевского муниципального района
Костромской области

П. Вохтома

2015 г.

Пояснительная записка

Самое ценное, что есть у человека, - это жизнь, а самое ценное в его жизни – здоровье, за которое бороться всеми силами становится не только актуально, но и экономически необходимо. Условия, когда болеть было выгоднее, чем работать, ушли в прошлое. Невежество в вопросах здорового образа жизни будет дорого обходиться тем, кто своевременно не позаботится о своём здоровье, здоровье своих детей и близких.

Занятия физическими упражнениями, многостороннее воздействие которых по своей силе превышает эффективность других средств оздоровления, - это наиболее рациональный способ подготовить себя к работе разного характера: к освоению будущей профессии, к учёбе в учреждениях профессионального образования, к занятиям любимым делом.

Особенностью подбора средств на занятиях физическими упражнениями является насыщенность конкретным материалом, который позволяет влиять на те системы организма, которые в большей степени ослаблены у учащегося. Навыки, приобретённые на занятиях, дают возможность занимающимся самостоятельно подбирать и использовать необходимые оздоровительные и восстановительные упражнения.

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного очень актуальны сегодня.

Программа «Школа – территория здоровья» объединяет и согласовывает работу педагогического коллектива по формированию здорового образа жизни учащихся, их родителей и учителей, что выходит за рамки только физического воспитания. Она охватывает многие вопросы специальной подготовки, санитарии, гигиены и туризма, закаливания, борьбы с вредными привычками, досуга. Значительную роль в реализации программы играет семья ребёнка, его родители, находящиеся в тесном контакте со школой.

Сегодня роль семьи в укреплении здоровья детей должна неуклонно возрастать. Ежедневная утренняя гимнастика, процедуры закаливания, соблюдение двигательного режима дня, игры на воздухе, прогулки, лыжные походы станут для детей необходимостью, если рядом с ними будут родители, своим примером показывающие ценность здоровья и значимость здорового образа жизни. В каждом доме, где растёт ребёнок, должен быть спортивный инвентарь: санки, лыжи, скакалка, мяч, перекладина, гантели и т.п. Родителям необходимо хорошо знать исходное физическое состояние своих детей, которое определяют с помощью тестов и нормативов комплексной программы физического воспитания учащихся 1-9-х классов образовательного учреждения.

В укреплении здоровья детей и подростков первостепенное значение имеет преодоление гиподинамии (недостаточности двигательной активности) и на этой основе – формирование необходимой скелетной мускулатуры, препятствующей нарушению осанки, появлению плоскостопия и других отклонений в состоянии здоровья.

Таким образом, программа «Школа – территория здоровья», носящая комплексный характер, может и должна консолидировать усилия педагогов, администрации школы, медиков и психологов, самих учеников в деле поддержания здорового образа жизни и физического развития детей, а также должна обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Цель – сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни у школьников, достижение которой проявляется в следующих планируемых результатах:

- Наличие у детей желания заботиться о своем здоровье (заинтересованное отношение к собственному здоровью);
- Наличие в образовательной среде факторов, подтверждающих привлекательность заботы о собственном здоровье;
- Наличие установки на здоровое питание и обеспечение здорового питания детей в ОУ.
- Использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных способностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- Применение рекомендуемого врачами режима дня;
- Наличие знаний о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания) и реальная достаточная двигательная активность учащихся в УВП.
- Становление навыков противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ и наличие в ОУ барьеров, препятствующих вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
- Потребность ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены и наличие эффективного взаимодействия педагогов и медицинских работников по проблемам здоровья детей.

Задачи программы:

1.Создать условия для обеспечения формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

2.Сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье.

3.Сформировать знания о безопасном поведении и оказании помощи в опасной ситуации.

4.Научить учащихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.
5.Научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье.
6.Сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах.
7. Дать представление с учётом принципа информационной безопасности, о негативных факторах риска здоровью детей, о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье.
8. Дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач.
9. Обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации).
10.Сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.
11.Сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни.
12.Сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Функции различных категорий работников школы

1.Функции медицинской службы:
-проведение диспансеризации учащихся школы;
-медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
-выявление учащихся специальной медицинской группы.

2.Функции администрации:
-общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
-общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
-организация преподавания вопросов валеологии на уроках биологии и ОБЖ в классах среднего звена;
-организация и контроль уроков физкультуры;
-обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
-разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
-организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
-организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
-организация работы психологической службы в школе.

3.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, КДН, медработниками, наркологами;
-организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
-организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
-организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

В программе принимают участие:

-обучающиеся и воспитанники школы;
-члены педагогического коллектива;
-классные руководители;
-медицинские работники;
-родители;
-учреждения дополнительного образования;
-специалисты в области профилактики злоупотребления ПАВ.

Наша программа предусматривает три этапа:

I – подготовительный (длится приблизительно 1 год), на этом этапе мы выбираем направление деятельности, изучаем возможности школы, поселка, наличие педагогических кадров

II – реализации и корректировки, на котором мы сможем решить несколько поставленных задач (длится 3 года);

III – завершающий, когда мы сможем подвести итоги (длится 1 год).

1этап - подготовительный.

Мы выбрали следующие направления деятельности: Дни здоровья, походы, экскурсии; спортивные соревнования, мероприятия, праздники; участие в районных, областных соревнованиях; товарищеские встречи по разным видам спорта; пропаганда здорового образа жизни, уроки ОБЖ, беседы, лекции и т.д.; урочная и внеурочная спортивная оздоровительная работа; группы ОФП.

2этап – реализации и корректировки. На этом этапе мы сможем организовать «добрую цепную реакцию». Сама программа «Школа – территория здоровья»:

- Активная работа органов школьного ученического самоуправления;
- Работа кружков и клубов по интересам в школе;
- Коллективная творческая деятельность;
- Режим дня и здоровая семья, на которой базируется воспитание школьников;
- Сотрудничество с учреждениями дополнительного образования;
- Сотрудничество с учреждениями культуры.

Что нам это даст? Снижение заболеваемости учащихся. Формирование потребности к здоровому образу жизни будет способствовать развитию культуры общения.

III этап – завершающий. Предполагаемые результаты: 100% учащихся без вредных привычек; увеличение основной группы; ежегодные призовые (1,2) места в спортивно - массовой работе среди школ района.

Принципы Программы:

- научности и обоснованности;
- приоритета действенной заботы о здоровье учащихся;
- информационной безопасности и практической целесообразности;
- последовательности;
- триединого представления о здоровье физическом, нравственном, психическом;
- приоритетного применения активных методов обучения и воспитания;
- соответствия содержания и организации процесса обучения и воспитания возрастным особенностям учащихся.

Структура формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

1. Здоровьесберегающая инфраструктура.
2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.
3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы.
4. Реализация дополнительных образовательных программ.
5. Просветительская работа с родителями (законными представителями).

Основные направления и ценностные установки

№	Направление	Ценности	Задачи	Планируемый результат	Ответственность и контроль за реализацией
1	Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.	Здоровье физическое и стремление к здоровому образу жизни, здоровье нравственное, психологическое, нервно-психическое и социально-психологическое.	Пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью). Обеспечение заинтересованного отношения педагогов, родителей к здоровью детей.	- у учащихся сформировано ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей; - учащиеся имеют элементарные представления о взаимной обусловленности физического, нравственного, психологического, психического и социально-психологического здоровья человека, о	Администрации образовательного учреждения, учителя физической культуры, педагоги, а также родители (законные представители)

				важности морали и нравственности в сохранении здоровья человека; - учащиеся имеют первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности; - учащиеся имеют первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества; - учащиеся знают о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека.	
2	Создание здоровье-сберегающей инфраструк-туры ОУ			• соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся; • наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи; • организацию качественного горячего питания	Администрация ОУ

				учащихся, в том числе горячих завтраков; • оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём; • наличие необходимого и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (логопеды, учителя физической культуры, психологи, медицинские работники).	
3	Рациональная организация учебно-воспитатель-ного процесса	Ценностные установки педагога: отношение к здоровью детей как главной ценности педагогической деятельности. Ценностные установки обучающегося: принятие учащимися ценности рациональной организации собственной учебной и внеурочной деятельности.	Повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха. Обеспечение возможности обучающихся осуществлять учебную и внеучебную деятельности в соответствии с возрастными и индивидуальными	•соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения; • использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик,	Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности каждого педагога.

			возможностями, положительно влияющую на их здоровье.	прошедших апробацию); • строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств; • индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам .	
4	Организация физкультурно-оздоровитель-ной работы	Положительное отношение к двигательной активности и совершенствовани е физического состояния	Обеспечить рациональную организацию двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья.	• организация полноценной и эффективной работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях) • рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера; • организация занятий по лечебной физкультуре; • организация часа активных движений (динамической паузы) между 3м и 4м уроками; •организация динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих	Администрации образовательного учреждения, учителя физической культуры, а также педагоги.

				эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности; • организация работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования; • регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).	
5	Реализация дополнитель-ных образователь-ных программ		Обеспечить включение каждого учащегося в здоровьесберегающ ую деятельность	• внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс; • проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и т. п.; •создание общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся 8-9 классов, родителей (законных представителей), разрабатывающих и реализующих	Администрация ОУ

				школьную программу «Образование и здоровье».	
6	Просветитель-ская работа с родителями (законными представите-лями)	Ценностные установки родителей: отношение к здоровью детей как главной ценности семейного воспитания и положительного отношения к сотрудничеству с ОУ.	Включение родителей (законных представителей) в здоровьесберегающую и здоровьеукрепляющую деятельность ОУ	• лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.; • приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы; • организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.	Администрация ОУ, общественный совет ОУ, педагоги.

Содержание программы

1блок. Здоровьесберегающая и безопасная инфраструктура

Задача: создание условий для реализации программы

Направления деятельности	**Проводимые мероприятия**	**Сроки проведения**	**Ответственные**
Санитарно гигиеническое состояние всех помещений ОУ; соблюдение требований пожарной	Обеспечение соответствия состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся; Проведение инструктажей по технике безопасности.	В течение года	Директор школы, администрация школы, заместитель директора по административно - хозяйственной

безопасности;			части
Обеспечение качественного и рационального питания школьников.	В школе двухразовое горячее питание. Бесплатное питание организовано для всех детей. График работы столовой: 1-я. 3-я и 4-я перемены.	В течение года	Заведующая столовой, родители, классный руководитель.
Оснащенные спортивного зала, спортивной площадки необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.	Спортивный зал оснащен необходимым спортивным оборудованием, оборудован стадион, игровые площадки.	В течение года	Директор школы, администрация школы.

<u>2 блок</u>. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.

Задача: повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Планируемый результат:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся; использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;
- индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам начального и основного общего образования

Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности каждого педагога.

Направления деятельности	**Проводимые мероприятия**	**Сроки проведения**	**Ответственные**
Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки учащихся на всех этапах обучения.	Построение учебного процесса в соответствии с гигиеническими нормами. Расписание уроков составлено с соблюдением норм САНПИНа. Учитывается объём учебной нагрузки – количество уроков и их продолжительность.	Ежедневно	Заместитель директора по УВР, классные руководители, педагоги образовательного учреждения
Организация режима школьной	Оптимальный годовой календарный учебный график, позволяющий равномерно	В течение года	Педагоги образовательного

жизни	чередовать учебную деятельность и отдых. Максимально допустимая нагрузка. Обучение в одну смену. Составление расписания с учетом динамики умственной работоспособности в течение дня и недели.		учреждения
Создание предметно-пространственной среды	1.Для каждого класса отведена учебная комната 2.Обеспечение обучающихся удобным рабочим местом за партой в соответствии с ростом и состоянием слуха и зрения. Для детей с нарушениями слуха и зрения парты, независимо от их роста, ставятся первыми, причем для детей с пониженной остротой зрения они размещаются в первом ряду от окна. 3.Парты в классных комнатах располагаются так, чтобы можно было организовать фронтальную, групповую и парную работу обучающихся на уроке. 4.По возможности учебники и дидактические пособия хранятся в школе.	В течение года	Администрация школы, педагоги образовательного учреждения
Соблюдение требований к использованию технических средств обучения	В школе есть оснащенный компьютерный класс. В кабинетах начальных классов есть интерактивное оборудование.	В течение года	Администрация школы, педагоги образовательного учреждения

<u>3 блок</u>. Организация физкультурно-оздоровительной работы

Задача: обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья.

Планируемый результат:

- эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях);
- рациональная организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального и основного общего образования;
- функционирование занятий по лечебной физкультуре;
- организация часа активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками;
- организация динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организация работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий

(дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Направления деятельности	Проводимые мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
Организация оздоровительно-профилактической работы	Регулярно проводится профилактика простудных заболеваний (применение чеснока, оксалиновой мази и т.д.);		Классные руководители
	в школе созданы условия для соблюдения санитарно-гигиенических навыков: мытья рук, переодевания сменной обуви и т.д.;	Ежедневно	Классные руководители
	соблюдение санитарно-гигиенического противоэпидемического режима.		Администрация школы, педагоги образовательного учреждения
	Регулярно выполняются мероприятия для профилактики нарушения зрения: (освещённость в классе; соблюдение гигиены чтения; проведение физкультминуток для глаз)	ежедневно	Администрация школы, педагоги образовательного учреждения
Максимальное обеспечение двигательной активности детей	Проведение утренней зарядки до занятий;	ежедневно	педагоги образовательного учреждения
	Проведение физкультминуток на каждом уроке продолжительностью по 1,5-2 минуты (рекомендуется проводить на 10-й и 20-й минутах урока). В комплекс физминуток включены различные упражнения с целью профилактики нарушения зрения, простудных заболеваний, заболеваний опорно-двигательного аппарата.	ежедневно	педагоги образовательного учреждения
	«Калейдоскоп подвижных игр»		Классные руководители, педагог физической культуры
	Проведение динамических перемен способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;	ежедневно	Классные руководители,
	Проведение внеклассных спортивных мероприятий: дни здоровья, спортивные праздники и соревнования, эстафеты, походы, экскурсии.		Педагог физической культуры
	Секции: легкая атлетика, ОФП, лыжная подготовка, кружок «Подвижные игры»,	В соответствии с работой кружков	Педагог физической культуры

<u>4. блок</u> Реализация дополнительных образовательных программ

Задача: внедрить программы дополнительного образования по формированию ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс.

Направления	Проводимые мероприятия	Сроки	Ответственные

деятельности		проведения	
Внедрение программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни	Программы «Оздоровление организма», «Ритмика». Примерная тематика занятий и классных часов: Проведение бесед с учениками: «Режим дня», «Спорт и мы», «Простудные заболевания», «Нет вредным привычкам» и др.	В течение года	Педагоги образовательного учреждения

<u>5. блок</u>. Просветительская работа с родителями (законными представителями)

Задачи: организовать педагогическое просвещение родителей

Планируемый результат:

• формирование общественного мнения родителей, ориентированного на здоровый образ жизни;

• создание в семье благоприятной воспитывающей среды, способствующей улучшению межличностных отношений, повышению ответственности семьи за здоровье, физическое, эмоциональное, умственное и нравственное развитие школьников.

Направления деятельности	Проводимые мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
Родительский всеобуч: просвещение через обеспечение литературой, размещение информации на сайте школы.	Проведение родительских собраний по темам: -«Создание оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья детей в современной школе». -«Адаптация первоклассников к школе». -«Формирование ценностного отношения школьников к своему здоровью». -«Роль семьи в преодолении физических и учебных нагрузок ребёнка».	В течение года	Зам. по ВР, медицинский работник, педагоги образовательного учреждения
	Книжная выставка «Здоровым быть здорово!»		
	Оформление стенда «Компьютерная зависимость»		
	Просвещение родителей через размещение информации на сайте школы, создание информационных стендов, книжных выставок: о нормативно – правовой базе по воспитанию ребенка, правовыми аспектами, связанными с ответственностью родителей за воспитание детей: о литературе для родителей в библиотеке школы, о подготовке ребенка к школе; о режиме работы школы; о социально-психологической службе		
Просвещение через совместную работу педагогов и	Проведение совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований:		Администрация школы Зам. по ВР,

родителей	«Веселые старты», «Осенний кросс», спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья», дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек в рамках месячника «Мой выбор», предупреждение травматизма, соблюдение правил безопасности и оказание помощи в различных жизненных ситуациях в рамках «Дня защиты детей».	В течение года	педагоги образовательного учреждения, классные руководители

Деятельность по реализации программы предполагает:

1.Объединение учащихся в соответствии с их спортивными интересами для совместных занятий волейболом, баскетболом, футболом, лёгкой атлетикой, шашками, шахматами, настольным теннисом, лыжами.

2.Проведение разнообразных спортивных праздников и состязаний, игр, дней здоровья.

3.Подготовка и проведение тематических классных часов, бесед, родительских собраний, лекториев.

4.Организация экскурсий, походов и прогулок.

5. Организация творческих конкурсов.

6. Пропаганда здорового образа жизни.

7. Организация интересного и плодотворного досуга, в том числе и в каникулярное время, увеличение охвата обучающихся.

8. Привлечение внимания родителей и других представителей взрослого населения поселка к проблемам формирования и ведения здорового образа жизни.

Основные направления деятельности и предполагаемые формы работы:

1.Учёт состояния здоровья детей

1. Анализ медицинских карт учащихся.
2. Определение групп здоровья.
3. Учёт посещаемости занятий.
4. Контроль санитарно – гигиенических условий и режима работы классов.

2.Методическая работа

1.Изучение нормативно-правовых документов по профилактике злоупотребления несовершеннолетними ПАВ (Федеральные, областные, муниципальные программы и концепции).

2.Знакомство и апробирование новых педагогических технологий по формированию здорового образа жизни и профилактики злоупотребления несовершеннолетними ПАВ.

3. Изучение новинок методической литературы по формированию здорового образа жизни и негативного отношения к вредным привычкам.

4. Обмен опытом на педагогических семинарах, фестивалях.

3. Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

· Организация досуговой деятельности.

· Проведение дополнительных уроков физкультуры.

· Введение в учебную программу уроков ритмики.
· Динамические паузы.
· Индивидуальные занятия.
· Утренняя зарядка.
· Организация спортивных перемен.
· Дни здоровья.
· Физкультминутка для учащихся 1-5 классов
· Организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.

4. Урочная и внеурочная работа

-Увеличение охвата обучающихся при проведении внеклассных мероприятий.

-Открытые уроки учителей биологии, химии, физической культуры, ОБЖ по формированию приоритетов здоровья и негативного отношения к употреблению ПАВ.

-Открытые классные и общешкольные мероприятия по профилактике злоупотребления учащимися ПАВ и физкультурно – оздоровительной направленности.

Спортивные кружки и секции на базе школы:
- баскетбол,
- волейбол,
- футбол,
- настольный теннис,
- лёгкая атлетика,
- лыжная подготовка
- общая физическая подготовка,
-Значок «Кострома-спорт-здоровье»
-Работа с допризывниками.

5.Основные направления пропаганды здорового образа жизни:

1. Тематические классные часы, конференции, круглые столы, лекции, познавательные, деловые и ролевые игры, агитбригады, творческие конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, тематические акции в рамках Международных дней борьбы с курением, ВИЧ-инфекцией и наркоманией.
2. Совместная работа с учреждениями дополнительного образования, здравоохранения, органами внутренних дел, комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав по профилактике токсикомании, наркомании, курении и алкоголизма.
3. Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.
4. Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни человека: «Сумей сказать: НЕТ!» через уроки химии, ОБЖ, физкультуры.

В процессе реализации программы «Здоровье» используются следующие формы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы:
· урок физкультуры;

· мероприятия в режиме учебного дня школы (физкультурные минутки во время уроков, гимнастика до учебных занятий, подвижные игры на переменах);
· занятия с учащимися, отнесёнными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе;
· спортивные праздники;
· соревнования по различным видам спорта;
·туристические походы, экскурсии;
· «Дни здоровья»;
· спортивные викторины;
· теоретические знания, беседы, семинары;
· экзамены по предмету «Физическая культура» в 9 классе;
· занятия по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»;
· тестирование уровня физического развития и двигательных качеств учащихся;
· наглядная агитация.

Медицинское обеспечение программы

С первого класса на каждого учащегося заводится личная медицинская карта, при каждом медицинском осмотре вносятся все показатели состояния здоровья. Все это позволяет проследить, как развивается и взрослеет ученик, какие и когда у него появились отклонения в здоровье.

Медицинское обеспечение включает:
– распределение учащихся по группам здоровья;
– помощь врача в организации занятий с учащимися, отнесёнными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе;
– составление списков учащихся, освобождённых от занятий физической культурой;
– беседы врача с учащимися о личной гигиене и вредных привычках;
– профилактические прививки учащихся и учителей;
– заполнение паспортов здоровья классов;
– заполнение паспортов физического развития учащихся;
– диспансеризацию педагогического коллектива школы.

Психолого-педагогическое и социальное обеспечение программы

Психолого-педагогическое и социальное обеспечение программы предполагает:
-тесное сотрудничество учителей школы медицинскими работниками, соцпедагогом;
-сотрудничество учителей-предметников с классными руководителями;
-предупреждение конфликтных ситуаций «учитель – ученик», «ученик-ученик»;
-реализацию программ, направленных на установление доброжелательных отношений в детском, и шире, в общешкольном коллективе;
-решение проблем, связанных с трудностями, возникающими у учащихся в процессе занятий физической культурой;

-помощь в преодолении психологического барьера при занятиях физкультурой (к примеру, закомплексованность учеников в связи с лишним весом, неуспешностью и т.п.), ориентация на успех в физическом развитии;
-организацию психологических консультаций для учащихся старших классов по вопросам специфики психофизического развития на определённом возрастном этапе;
-психологические консультации для родителей;
-контроль медицинского обслуживания учащихся;
-контроль качества питания учащихся и учителей в столовой.

План деятельности по реализации программы

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные	Система целесообразных форм и мер организации работы
Организация здоровьесберегающего образовательного процесса				
1.	Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон); организация дежурства.	В течение года	Директор школы	Дежурство по школе
2	Эстетическое оформление интерьера класса, школы (разведение цветов)	Постоянно	Директор школы, заведующие кабинетами	
3	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Ежегодно сентябрь - январь	Зам. директора по УВР	Контроль
4	Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям	Ежегодно	Директор школы, заведующие кабинетами	Контроль
5	Организация активного отдыха на переменах	Постоянно	Заместитель директора школы	Подвижные игры, Работа библиотеки
6	Проведение «здоровых уроков» разнообразие форм проведения уроков	Постоянно	Администрация школы, учителя - предметники	Педсовет
7	Введение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни (ОБЖ, «Окружающий мир», «Мир вокруг нас»		Администрация школы	Педсовет
8	Учет посещаемости школы учащимися	Постоянно	Классные руководители, социальный педагог	Педсовет
9	Организация спортивных секций, кружков	Сентябрь	Руководители секций, кружков	Педсовет
10	Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности	Постоянно	Администрация школы	Тренировки

11	Организация спортивно-оздоровительных мероприятий	В течение года	Учитель физкультуры	Дни здоровья, оздоровительные уроки
12	Оформление паспортов здоровья учащихся	Постоянно	Учитель физкультуры	Документ
2. Уровень здоровья учащихся, мероприятия по сохранности и укреплению здоровья детей				
1	Состояние здоровья учащихся (анализ на основе углубленного осмотра)	В течение года	Администрация школы	Педсоветы, родительские собрания. Выступление фельдшера с рекомендациями по его восстановлению
2	Обновление банка данных о заболеваемости учеников. Анализ заболеваний и их динамика.	Постоянно	Социальный педагог, фельдшер	Мониторинг
3	Улучшение качества медицинского обслуживания: Программа деятельности медицинского работника с больными детьми, профилактическая работа	Постоянно Не реже 1 раза в месяц	Фельдшер	Беседы, «Уголки здоровья»
4	Организация горячего питания	постоянно	Администрация школы	Контроль
5	Оздоровительная программа с детьми в летний период	Июнь	Администрация школы	Организация и работа школьного оздоровительного лагеря, турпоходы, экскурсии
6	Оформление стендов «В здоровом теле – здоровый дух»		Учитель физкультуры	
7	Проведение физкультминуток		Учителя-предметники	Утренняя зарядка, Уроки
3. Гигиеническое, санитарно – просветительное воспитание учащихся				
1	Реализация программы «Здоровье»	В течение года	Классные руководители	Индивидуальные консультации специалистов для родителей и учащихся
2	Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни		Библиотекарь	Выставки, стенды, информационные уголки
4. Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)				
1	Результаты тестирования учащихся по выявлению склонностей учащихся к вредным привычкам. Определение дальнейшей деятельности школы	Ежегодно	Зам. директора по ВР, кл. руководители	Вопросы и анкеты
2	Участие в проведении Международного дня борьбы со СПИДом Международного дня борьбы с курением	Ежегодно	Зам. директора по ВР, кл. руководители	Конкурсное сочинение «СПИД – чума

				века» Тест «Что мы знаем о курении» Беседа со специалистом
3.	Родительский лекторий: «Легко ли быть молодым в наше время»	1 полугодие	Зам. директора по ВР	Круглый стол
4.	Проведение школьной акции «Мы – против наркотиков»	Ежегодно	Зам. директора по ВР	В программе: Конкурс рисунков и плакатов. Конкурс сочинений. Обзорные книжные выставки и материалы СМИ.
5. Физкультурно – массовая оздоровительная работа				
1.	Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом		Зам. директора по ВР, учитель физкультуры	Расписание работы секций,
2	Школьные программы спортивно – массовой оздоровительной работы	Учебный год	Директор школы	Дни здоровья, Спортивные соревнования, Праздники, Конкурсы, Акции, Подвижные игры, Турслеты, Походы, Работа школьных спортивных секций и др.
3	Летняя оздоровительная программа		Зам. директора по ВР	Школьный оздоровительный лагерь. Витаминные столы
4	Работы группы здоровья для родителей	Учебный год	Учитель физкультуры	Занятия, соревнования
5	Участие в районных соревнованиях	Учебный год	Учитель физкультуры	Соревнования, мероприятия
6. Развитие материально-технической базы с целью создания условий для сохранения здоровья учащихся				
1.	Дооборудование спортивной площадки, спортивного зала.	Ежегодно	Директор школы	Ремонт
2.	Приобретение спортивных инвентарей (мячи, лыжный инвентарь и др.)		Директор школы	

Оценка эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

Предполагаемые результаты, критерии и способы их диагностики

Стандарт устанавливает требования к результатам обучающихся, освоивших Программу:

Результаты реализации программы включают в соответствии с требованиями Стандарта к результатам освоения программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни: личностные, метапредметные, предметные.

Личностные результаты освоения настоящей программы*:*

- наличие установки на формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат – сохранение и укрепления здоровья, бережному отношению к материальным и духовным ценностям, в том числе к ценностям здорового и безопасного образа жизни других людей;
- достаточный уровень психологического здоровья - наличие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- достаточный уровень социального здоровья - наличие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Метапредметные результаты освоения настоящей программы

- Наличие способности принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- сформированнность умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- сформированнность умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- наличие начальных форм познавательной и личностной рефлексии на соответствующим возрасту уровне;

Предметные результаты освоения настоящей программы

- сформированность позитивного отношения к правильной устной и письменной речи как показателям общей культуры и гражданской позиции человека;
- овладение первоначальными представлениями о нормах русского

и родного литературного языка (орфоэпических, лексических, грамматических) и правилах речевого этикета; умение ориентироваться в целях, задачах, средствах и условиях общения, выбирать адекватные языковые средства для успешного решения коммуникативных задач;

- овладение учебными действиями с языковыми единицами и умение использовать знания для решения познавательных, практических и коммуникативных задач. ДОБАВИТЬ
- понимание литературы как явления национальной и мировой культуры, средства сохранения и передачи нравственных ценностей и традиций;
- владение техникой безопасного чтения на бумажных и электронных носителях;
- сформированность дружелюбного отношения и толерантности к носителям другого языка на основе знакомства с жизнью своих сверстников в других странах, с детским фольклором и доступными образцами детской художественной литературы.
- Сформированность навыков выбора удобных способов оформления информации в записи и ведение тетрадей
- осознание целостности окружающего мира, освоение основ экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;
- владение информацией о ЗОЖ, владение навыками здорового образа жизни.
- Понимание на соответствующем возрасту уровне духовно-нравственного поведения как основы ЗОЖ
- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Календарный план реализации программы

Сентябрь

1.Организация дежурства по школе и по классам.
2.Налаживание работы кружков и секций, организация клубной деятельности.
3.Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровье сбережению детей.
4.Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровье сбережению.
5.Организация питания учащихся.
6.Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
«Уроки чистоты».
7.Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях.
8.Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма.
9.Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
10.Старты здоровья.
11.Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).
12.Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.
13.Организация работы спецгруппы.

Октябрь

1.Организация работы учащихся по трудоустройству и поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.
2.Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
3.Подготовка классов к зиме.
4.Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в районных соревнованиях.
5.Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
6.Физкультминутки (ежедневно).
7.Подвижные игры на переменах (ежедневно).

Ноябрь

1.Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».
2.Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме «Курение - вред».
3.Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
4.Экскурсии.
5.Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на местности.

6.Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
7.Отчёты о проделанной работе по здоровье сбережению.

Декабрь

1.Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
2.Первенство школы по спортивным играм.
3.Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.
4.Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
5.Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Январь

1.Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».
2.Зимняя спартакиада.
3.Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

1.Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
2.День защитника Отечества.
3.Соревнования по шашкам.
4.Физкультминутки и динамические паузы.

Март

1.Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
2.Подготовка ко Дню здоровья.
3.Физкультминутки и динамические паузы.
4.Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Апрель

1.Всемирный день здоровья.
2.Операция «Милосердие», операция «Память».
3.Благоустройство школьной территории.
4.Первенство школы по кроссу.
5.День здоровья.
6.Динамические паузы, физкультминутки.

Май

1.Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
2.Мероприятия, посвященные Победы в ВОВ.
3.«Весёлые старты».
4.Проведение экскурсий на природу.
5.Презентация уроков чистоты.

Июнь

1.Международный день защиты детей.
2.Всемирный день защиты окружающей среды.
3.Работа по плану летних каникул.

Учебные тренировки по эвакуации с воспитанниками, учащимися школы

Порядок действия в случае пожара – сентябрь, декабрь, апрель.

Порядок действия при обнаружении взрывного устройства – декабрь.
Порядок действия при ЧС – февраль.

График проведения инструктажей с учащимися 1-9 классов

№	**Название инструктажа**	**Сроки проведения**
1	Правила поведения учащихся в школе. Правила дорожного движения. Пожарная безопасность. Антитеррористическая защищённость. ЧС и ГО.	Сентябрь
2	Правила поведения на дорогах в зимний период. Правила поведения на водоёмах.	Октябрь
3	Система вакцинации	Осень, весна
4	Меры безопасности во время новогодних праздников и зимних каникул. Пожарная безопасность. Антитеррористическая защищённость. ЧС и ГО.	Декабрь
5	Правила поведения в весенний период на дорогах. Меры безопасности при сходе льда и снега с крыш. Правила поведения на водоёмах.	Март
6	О мерах предупреждения клещевого энцефалита	Апрель
7	Правила поведения в летний период на дорогах. Пожарная безопасность в весенне-летний период. Правила поведения на воде в летний период. Антитеррористическая защищённость. ЧС и ГО. Опасные ситуации (линии электропередач, змеи, клещи, железнодорожные переезды, грозы и т.д.)	Май

Дополнительные инструктажи проводятся при проведении мероприятий (походов, экскурсий, поездок и т. д.)