

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы

_____ (Похабова И.И.)

Приказ №53 от 31.08.2016г

Программа
физкультурно - оздоровительной
и спортивно - массовой работы
«Здоровье».
(ФСК «Факел»)

с. Крутояр 2016

Пояснительная записка.

Здоровье – ни с чем не сравнимая ценность. Каждому человеку присуще желание быть сильным и здоровым. Ученые считают, что если принять условно уровень здоровья за 100%, то на 20% он зависит от наследственных факторов, 20% - от действия окружающей среды, 10% - от деятельности системы здравоохранения, а остальные 50% - зависят от самого человека, от того образа жизни, который он ведет. Нормой каждого должен стать ЗОЖ и санитарная культура. ЗОЖ принципиально не совместим с вредными привычками. Здоровье подрастающего поколения и разработка эффективных мер, направленных на его укрепление, в настоящее время – важнейшая социальная задача.

Изучение состояния здоровья различных контингентов детей не выявило положительной динамики за последние пять лет. Напротив, прослеживается увеличение численности детей с хроническими заболеваниями и функциональными отклонениями, нарушений зрения. Данные о здоровье учащихся нашей школы тоже не радуют. Школа должна взять на себя первостепенную роль формирования ЗОЖ, в сохранении им укреплении здоровья учащихся.

Основная цель программы: формирование у учащихся ценностного отношения к своему здоровью, навыков культуры здорового образа жизни, приобщении к занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

Сформировать у учащихся ценностные установки жизненных приоритетов на здоровый образ жизни;

Вооружить учащихся:

- санитарно- гигиеническими знаниями, воспитать убежденность школьников в выполнении требований и правил гигиенического поведения в труде и быту;
- знаниями о пагубном влиянии на организм вредных привычек, нацелить на искоренение вредных привычек;

Развить задатки и склонности к различным видам спорта;

Формирование и совершенствование двигательных навыков;

Укрепление здоровья учащихся, закаливание организма, содействие физическому развитию школьников, а также профилактика наиболее распространенных заболеваний.

Исходя из цели и задач, необходимо разработать систему, включающую следующие **направления по формированию ЗОЖ:**

- Организация учебного процесса в соответствии с требованиями СанПиН.
- Работа пед коллектива по социальной адаптации учащихся и сохранению их психологического здоровья.
- Внеклассная работа по ЗОЖ классных руководителей и педагога-организатора.
- Медицинское обслуживание учащихся медсестрой.
- Организация бесплатного питания.
- Сотрудничество с заинтересованными учреждениями и организациями.

Реализация работы данных направлений осуществляется с учетом мнений и запросов всех участников учебно-воспитательного процесса, а также результатов мониторинга здоровья.

Основные принципы

- ◆ Демократичность (свобода выбора учащимися внеучебных занятий, планирование работы совместно с учащимися, с педагогами.);
- ◆ Равенство (нет дискриминации, оскорблений друг друга, боязни неудач);
- ◆ Участие (вовлечение всех участников проекта во все стадии планирования, реализации и оценки своих действий);
- ◆ Целостность (проект направлен на укрепление физического, умственного и социального здоровья);
- ◆ Интеграция (сотрудничество с другими школьными клубами);
- ◆ Системность (физическое развитие происходит не хаотично, а по определенной системе).

Информационное обеспечение деятельности педколлектива по формированию ЗОЖ включает в себя:

- работу школьной газеты;
- страницу ЗОЖ на сайте школы;
- выпуск учащимися и родителями стенных газеты, посвященных различным темам ЗОЖ.
- стенды, расположенные в коридорах и в кабинетах школы.

Условия реализации Программы:

В реализации программы должны принять участие все члены педагогического коллектива в неразрывной связи с семьёй, воспитательными учреждениями, общественностью
 Заинтересованность детей в деятельности ФСК «Факел»;

Наличие материальной базы

Опора на положительные потребности и интересы;

Создание атмосферы доброжелательного взаимопонимания и душевного комфорта;

Активизация учащихся через работу ДО спортивного направления

Критерии, по которым определяется эффективность работы

Педагоги:

- сформированность позитивного отношения к ЗОЖ;
- развитие произвольных и непроизвольных привычек ЗОЖ;
- повышение профессиональной компетенции, овладение активными методами обучения и воспитания ЗОЖ..

Учащиеся:

- знания о строении собственного тела, основные элементы личной гигиены, признаки здоровья, правила заботы о своём здоровье, безопасного поведения дома и на улице;
- сформированность элементарных привычек ЗОЖ;
- пробуждение желания следовать ЗОЖ.

Родители:

- усвоение знаний о ЗОЖ;
- формирование чувства ответственности за своё здоровье и здоровье членов семьи.

Ожидаемые результаты.

- 1 Формирование отношения и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.
- 2 введение оптимального режима труда и отдыха детей.
- 3 Повышение уровня физического, а отсюда психического и социального здоровья детей.

Содержание программы.

Работа с учащимися

Месяц	Физкультурно-оздоровительная работа	Культурно – просветительная, профилактическая работа	Обще – гигиеническая работа
--------------	--	---	------------------------------------

Сентябрь	<p>Организация работы секций (учителя физкультуры)</p> <p>День здоровья,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - беседы «Здоровый образ жизни»; - Организация занятий по интересам с учащимися начальной школы и курсов по выбору с учащимися 5 – 8 классов «Спортивные, подвижные игры» ; - Организация выставки в библиотеке «Проблемы ЗОЖа» (постоянно в течение года); 	<ul style="list-style-type: none"> - Медосмотр учащихся, его анализ, списки для лечебной физкультуры. - Составление паспортов здоровья. - Проведение дней здоровья (ежемесячно). - Организация бесплатного питания учащихся.
Октябрь	<ul style="list-style-type: none"> - День здоровья. - Осенний кросс - Баскетбол (8-11 кл.). - Пионербол (6-7 кл.). 	<ul style="list-style-type: none"> - Выставка рисунков « Мы за здоровый образ жизни!»; - Агитбригада «Бросай курить»; -Беседы «Питание и здоровье»; 	<ul style="list-style-type: none"> - Беседы по гигиене и проверка внешнего вида школьников (мед. сестра).
Ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> - День здоровья. - Участие в районных соревнованиях и акциях 	<ul style="list-style-type: none"> -Декада «Здоровый образ жизни. СПИД – чума XXI века» (по особому плану). - КВН «В здоровом теле – здоровый дух» (8 – 11 классы); Агитбригада «За здоровый образ жизни» (5 – 7 классы); - Спортивный праздник “Папа, мама, я – спортивная семья” (начальная школа); - Беседы по проблемам ЗОЖа. 	<ul style="list-style-type: none"> - Постоянные осмотры учащихся школы медицинскими работниками (в течение года).
Декабрь	<ul style="list-style-type: none"> - День здоровья Общешкольная спортландия; 	<ul style="list-style-type: none"> - Просмотр видеопрограмм ЗОЖ. - Выставка рисунков и плакатов по проблемам ЗОЖ.; - Агитбригада «Пьянству – бой»; 	<ul style="list-style-type: none"> - Постоянные осмотры учащихся школы медицинскими работниками (в течение года).
Январь	<ul style="list-style-type: none"> - День здоровья. - Неделя зимних видов спорта. 	<ul style="list-style-type: none"> - Игра «Счастливый случай» по проблемам ЗОЖа 	
Февраль	<ul style="list-style-type: none"> - Декада оборонно-патриотической и спортивной работы (по особому плану). - День здоровья - Соревнования по подтягиванию (8-11 кл.); Баскетбол (8-11 кл.); Спортландия (5-7 кл.). - Лыжный кросс; 	<ul style="list-style-type: none"> - Вечер для старшеклассников «Есть такая профессия – Родину защищать» (9-11 кл.). - Агитбригада «Наркотики – суррогат счастья, источник бед»; - Конкурс классных газет и творческих работ «Мы и наше здоровье». 	<ul style="list-style-type: none"> - Постоянные осмотры учащихся школы медицинскими работниками (в течение года).
Март	<ul style="list-style-type: none"> - День здоровья. - Соревнования по дартцу, шашкам. 	<ul style="list-style-type: none"> - Агитбригада «Меняю сигарету на конфету»; - Конкурс классных газет и творческих работ «Курить-здоровью вредить». 	<ul style="list-style-type: none"> Постоянные осмотры учащихся школы медицинскими работниками (в течение года).

Апрель	- Весенний кросс. - День здоровья. - Четырёхборье.	-Игра – викторина «Аукцион экологических тайн» (5- 6 классов); - Агитбригада «Зачем планету губит СПИД?»;	Постоянные осмотры учащихся школы медицинскими работниками (в течение года).
Май	- Соревнования по лёгкой атлетике.	- День борьбы с курением. - Брейн – ринг «Курить - здоровью вредить».	Постоянные осмотры учащихся школы медицинскими работниками (в течение года).
Июнь	- Поход выходного дня (классные походы совместно с родителями).	- Организационные работы летней оздоровительной площадки для учащихся начальной школы.	

Работа с родителями

№№ п/п	Мероприятия	Месяц
1.	Классные родительские собрания «Психо- физиологические особенности учащихся определённого возраста. Советы школьного врача».	Сентябрь
2.	Общешкольное родительское собрание «Физическое здоровье ребенка – залог успешности учебной деятельности ».	Октябрь
3-4.	Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья» (для учащихся начальной школы)	Ноябрь, апрель
5	Анкетирование родителей по вопросам ЗОЖа	1 полугодие
6	Классные родительские собрания «Итоги работы. На повестке дня – свободное время школьников. Оздоровление детей».	Май
7	Классные туристические походы совместно с родителями (поход выходного дня).	Июль

Работа классных руководителей

№№ п/п	Мероприятия	Месяц
1.	Заседание МО классных руководителей «Планирование работы на учебный год. Задачи воспитательной работы».	Сентябрь
2.	Составление социальных паспортов классных коллективов и школы.	Сентябрь
3.	Организация и планирование занятий по интересам с учащимися начальной школы и курсов по выбору для учащихся 5 – 8 классов	Сентябрь
4.	Классные родительские собрания “Летний отдых учащихся. Оздоровление детей”	Май
5.	Организация питания учащихся.	В течение года
6.	Дни здоровья	Ежемесячно
7	Работа по укреплению здоровья учащихся и формированию ЗОЖ.	В течение года
8	Работа с родителями по вопросам укрепления здоровья учащихся и проблемам ЗОЖ.	В течение года
9	МО классных руководителей:	Апрель