

Рассмотрено
На заседании методсовета
протокол № 6
«23» 08 2011

Программа «Здоровье»



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДАНИЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Программа «Здоровье»

Программа «ЗДОРОВЬЕ»

1. Обоснование создания данной программы.

Предметом исследования, а также целью данной программы является поиск наиболее оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, создание благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Статистические данные за последние три года показывают высокую заболеваемость детского населения. Анализ показал, что это обусловлено ухудшением социально-экономической обстановки, обострением проблем рационального питания, снижением уровня здоровья родителей, наследственностью. У учащихся и их родителей не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни.

Теоретическое определение здоровья звучит следующим образом: здоровье – это не только отсутствие заболеваний, а состояние физического, психологического и социального благополучия.

Здоровье человека непосредственно зависит от факторов наследственности, экологического и социального, качества медицины и самой жизни.

Если все эти факторы четко работают как единое целое, только в этом случае можно рассчитывать на хорошее здоровье на долгие годы.

Надо много знать о самом себе. « Все усилия благоразумного человека должны направляться не к тому, чтобы чинить и конопатить свой организм, как утлую ладью, а к тому, чтобы устроить себе такой образ жизни, при котором организм как можно меньше приходил бы в расстроенное положение, и следовательно, как можно реже «нуждаться в починке». Д.И. Писарев.

Только здоровый человек может в полной мере стать творцом своей судьбы, добиться определенных успехов в карьере и личной жизни, продуктивно проводить свой досуг, быть создателем в окружающем его мире.

Сейчас, как никогда, приоритетной задачей школы стала концентрация усилий всего педагогического коллектива на сохранение и укрепление здоровья учащихся с раннего возраста.

2. Цели и задачи:

Цель – сохранение и укрепление здоровья учащихся.

Основные задачи:

- Популяризация здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры, спорта;
- Увеличение количества детей, занимающихся в спортивных кружках, привлечение учащихся к мероприятиям по здоровому образу жизни;
- формирование у школьников патриотического отношения к школе, к своему краю, к Родине;

- Дальнейшая отработка механизмов создания и подготовки сборных команд школы по различным видам спорта;
- Соблюдение валеологических требований на занятиях;
- Формирование системы спортивно-оздоровительной работы
- Оработка механизмов совместной работы всех заинтересованных в сохранении и укреплении здоровья учащихся учреждению.

3. Перечень направлений работы:

- Материально – техническое обеспечение образовательного учреждения;
- Диагностика, коррекция и развитие учащихся;
- Организация рационального питания;
- Организация отдыха учащихся в пришкольном лагере с дневным пребыванием детей
- Формирование валеологических знаний у учащихся и их родителей (беседы фельдшера ФАПа, специалистов);
- Соблюдение валеологических требований на занятиях
(физкультминутки, подвижные перемены);
- Введение трёх уроков физкультуры в 1-11 классах;
- Проведение динамической паузы в начальных классах ежедневно;
- Формирование системы спортивно оздоровительной работы;
- Оработка механизмов совместной работы всех заинтересованных служб, контроль над выполнением мероприятий по укреплению и сохранению здоровья учащихся;

4. Направления деятельности и предлагаемые формы работы.

1. Урочная и внеурочная спортивно – оздоровительная деятельность
2. Соревнования и спортивные праздники:
 - Спортивные турниры;
 - Спортивные праздники, творческие вечера, приуроченные к тем или иным датам и событиям;
 - Товарищеские встречи по различным видам спорта;
 - Подготовка сборных команд школы для участия в муниципальных, районных и областных соревнованиях;
3. Туризм и краеведение.
 - Туристические слёты;

- Общешкольные дни здоровья;
- Прогулки, экскурсии в природу;
- 4. Профилактика заболеваний у учащихся и сотрудников школы:
 - Беседы и лекции;
 - Встречи с медработником;
 - Смотры – конкурсы стенгазет и рисунков по борьбе с распространением ВИЧ – инфекции, наркомании, алкоголизма и табакокурения;
 - Проведение бесед на антиалкогольную и другую тематику;
 - Консультирование по вопросам здоровья;
 - Написание рефератов на тему « Я за здоровый образ жизни».
 - Мониторинг.
 - Анкетирование.
 - Подведение итогов внутришкольных соревнований.

5. Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня заболеваемости детей школьного возраста.
2. Налаживание работы с районными службами по формированию здорового образа жизни в семье.
3. Увеличение количества школьников посещающих спортивные кружки.

6. РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ « ЗДОРОВЬЕ».

Для реализации программы «Здоровье» школа имеет один типовой спортивный зал, специализированные по видам игр площадки, стадион, необходимый спортивный инвентарь. В школе работает 1 учитель физической культуры.

Чтобы научить ребят премудростям здорового образа жизни, все члены педагогического коллектива поддержали содержание и задачи программы «Здоровье», активно включились в процесс её реализации. Физическая культура – одно из самых действенных средств для поддержания здоровья.

Для увеличения двигательной активности учащихся введён 3-й час физической культуры в неделю в учебное расписание за счет 1 часа из федерального компонента, динамическая пауза для учащихся 1 классов.

На следующем этапе познакомили учителей физической культуры с этими данными, обратили их внимание, что при составлении тематического планирования основной упор сделать на проведение подвижных игр, не забывая при этом требования программы. Вся работа должна проходить в три этапа; на первом этапе ставилась задача формирования у школьников видения перспектив занятий физическими упражнениями; на втором – обучение «школе» движений, т.е.

развитие личности учащихся, благодаря активному включению их в двигательную деятельность; на третьем – формирование устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.

При прохождении учебного материала используются различные формы построения учебных занятий, умело подбираются методы формирования физических качеств учащихся.

В настоящее время эта программа успешно работает.

Учащиеся начальных классов проводят время на открытом воздухе, сменяя один вид деятельности другим, учителя организуют активный отдых: проводят игры, занимательные эстафеты, мини-соревнования и, если на улице непогода, то ребята расстроены тем, что не пришлось активно отдохнуть.

В начальных классах осуществляется целый комплекс оздоровительно-гигиенических упражнений. Серьезное внимание уделяется постановке спортивно-массовой и оздоровительной работе.

Во втором классе ведётся факультатив «Уроки здоровья», в 3,4 классах кружок «Основы здорового питания».

В школе работают спортивные кружки: «Баскетбол», «Пулевая стрельба» для учащихся 5-11 классов, «Лыжная подготовка» для учащихся начальных классов.

Проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий стало традицией в воспитательном процессе школы, особое место среди спортивных праздников занимают Дни здоровья, когда все ученики участвуют в различных соревнованиях, отмечаются победители. Стали традиционными спортивные игры в зимнее время года «Снежный ком» для учащихся начальных классов.

Регулярно проводятся спортивные соревнования по игровым видам спорта, школьная команда непременный участник всех районных соревнований.

Ежегодно проводится турнир по баскетболу среди учащихся и выпускников школы.

Успехи физической культуры и оздоровления школьников регулярно обсуждаются на педагогических советах и совещаниях, родительских собраниях. Этой проблеме администрация школы придает большое значение, так как видит взаимосвязь между здоровьем и успехами ребят в учении.

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включенности педагогического коллектива в процесс реализации данного проекта.