

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Новолялинская школа, реализующая адаптированные основные
общеобразовательные программы»

Согласовано на ШМО
«__» _____ 2018г.
Протокол №__ от _____
Руководитель ШМО _____
Принято на педагогическом совете
ГКОУ СО «Новолялинская школа»
Протокол № 1 от 17.09.2018
« 17 » сентября 2018г.
Зам. директора Л.Ю. Шевченко _____

Утверждаю
« 17 » сентября 2018г.
Приказ № 189 от 17.09.2018
Директор ГКОУ СО
Попова М.А.Попова



**Концепция комплексного подхода
к укреплению здоровья обучающихся
«На пути к здоровью»
2018-2022**

Новая Ляля, 2018г.

Актуальность

Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства. В последнее время обоснованную тревогу специалистов вызывает состояние здоровья современных школьников. Это объясняет интерес педагогов школы, родителей, врачей к идеям здоровьесбережения и к возможности обеспечения необходимого уровня качества образования в комфортных для ребенка условиях, без ущерба для его физического и психического здоровья.

Проблема здоровья обучающихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Здоровье детей – это политика, в которой заложено наше будущее. Именно поэтому в рамках образовательных стандартов нового поколения государство поставило перед педагогами, родителями и общественностью задачу - создать условия для внедрения позитивного отношения подрастающего поколения к ведению здорового образа жизни.

Образование и здоровье – фундаментальные жизненные блага, качеством которых определяется и уровень жизни отдельного человека, и состоятельность каждого государства. Негативные тенденции в здоровье россиян, разработка и реализация мер по их устранению должны находиться в поле зрения не только ученых, но и педагогов, родителей.

Система, образования несет свою, и немалую долю ответственности за здоровье подрастающего поколения. Больше половины активного времени жизни школьник проводит в школе или занимается школьными делами. Поэтому гигиенические условия обучения, организация педагогического процесса, психологическое воздействие педагогов и другие факторы определяют, как и в какой степени влияет школа на здоровье своих учеников.

Среди ряда причин, из-за которых происходит нарушение здоровья школьников, кроме наследственных, экологических, социально - экономических выделяются школьные факторы:

- интенсификация учебного процесса;

- несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- преждевременное начало дошкольного систематического обучения;
- несоблюдение элементарных физиологических требований к организации учебного процесса;
- функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- массовая безграмотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- отсутствие системы работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Несоответствие между современными требованиями, предъявляемыми социумом к здоровью обучающихся и фактически сложившейся системой педагогического руководства формированием, укреплением и сохранением здоровья участников образовательного процесса, является актуальной проблемой российского образования.

Определяя актуальность, необходимо отметить в качестве одного из продуктивных путей ее решения реализацию концепции здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении с учетом индивидуального подхода к обучающимся. Актуальность реализации данной концепции исходит и из обострения в педагогической практике следующих противоречий: между необходимостью в согласованных действиях по формированию здоровьесформирующей среды образовательных учреждений и невозможностью ее осуществления в условиях современной практики; между значимостью проблемы формирования здоровьесформирующей среды образовательных учреждений для обеспечения разностороннего развития личности обучающихся и недостаточным уровнем развития системы образования в направлении здоровьесбережения и здоровьесформирования; между потенциальными положительными возможностями здоровьесформирования образовательных учреждений в развитии всех ее субъектов и недостаточной методической и содержательной разработанностью этой проблемы и др.

Нормативно-правовые основы

Концепция комплексного подхода к укреплению здоровья обучающихся в образовательном учреждении разработана с учетом индивидуального подхода к обучающимся. Основывается на имеющихся документах, законодательно-правовых актах Российской Федерации, гарантирующих право на охрану здоровья, образование, оздоровление и отдых всем детям, а также основных нормативных документах, обеспечивающих функционирование системы отдыха детей и молодежи, регламентирующих различные отношения в рамках системы организаций и физических лиц.

Цели и задачи

Цель: создание условий для повышения здоровьесберегающего потенциала образовательного учреждения.

Задачи:

1. Внесение изменений и корректив в нормативно-правовую базу ОУ, разработка новых локальных актов.

2. Формирование банка современных форм и методов здоровьесбережения обучающихся в образовательной среде.

3. Использование современных методов и форм при реализации деятельности по формированию здоровьесберегающей среды в ОУ:

- здоровьесберегающей деятельности для обучающихся по формированию у них знаний, умений и навыков о здоровье и ЗОЖ;

- здоровьесберегающей деятельности педагогических работников с целью осуществления образовательного процесса на основе здоровьесберегающих подходов;

- здоровьесберегающей, административно-хозяйственной и контрольной деятельности руководящих работников по созданию здоровьесберегающей экологии образовательной среды;

- медико-реабилитационной деятельности медицинских специалистов по охране и укреплению здоровья обучающихся в ОУ.

4. Повышение профессиональной компетенции педагогических и медицинских работников ОУ по вопросам здоровьесбережения обучающихся.

5. Повышение творческого потенциала сотрудников ОУ через организацию инновационной и опытно-экспериментальной деятельности по вопросам охраны здоровья детей в образовательной среде.

Приоритетные направления

1. Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья воспитанников, обучающихся в данном учебном заведении.

Основные задачи направления:

- организация здоровьесберегающей деятельности, совершенствование системы физического воспитания с учетом индивидуального подхода к обучающимся;
- разработка комплекса мероприятий по воспитанию культуры здоровья детей и подростков;
- формирование у воспитанников мотивации на сохранение и укрепление здоровья, потребности быть здоровым;
- построение образовательного процесса с учетом психофизиологических особенностей детей;
- устранение негативных факторов образовательного процесса, отрицательно влияющих на здоровье;
- совершенствование материально-технической базы школы, способствующей укреплению здоровья.

2. Организация системы взаимодействия педагогического коллектива школы и родителей по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Основные задачи направления:

- организация просветительской работы среди родителей;
- формирование мотивации у родителей на ведение здорового образа жизни в семье;
- привлечение родителей к осуществлению совместной оздоровительной работы в школе и профилактической работы с детьми.

3. Организация и проведение мероприятий по охране и укреплению здоровья.

Основные задачи направления:

- проведение мониторинга за состоянием здоровья обучающихся;
- работа по организации и проведению мероприятий по профилактике употребления психоактивных веществ;
- внедрение во внеурочную деятельность школы кружков по формированию культуры ЗОЖ;
- осуществление адресной социально-педагогической, психологической и медицинской помощи воспитанникам;
- организация активных форм досуга.

4. Формирование системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

Основные задачи направления:

- формирование мотивации на сохранение и укрепление здоровья у участников образовательного процесса;
- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих педагогических технологий;
- осуществление психолого-педагогического и медико-физиологического контроля показателей физического и психического здоровья воспитанников.

Методическое обеспечение концепции

При работе с контингентом детей данной образовательной организации используются следующие здоровьесберегающие технологии:

1. Медико-гигиенические технологии (МГТ).

К медико-гигиеническим технологиям относятся контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиНов. Медицинская сестра школы организует проведение прививок обучающимся, оказание консультативной и неотложной помощи обратившимся в медицинский кабинет, проводит мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению детей и педагогического коллектива, следит за динамикой здоровья обучающихся, организует профилактические мероприятия в преддверии эпидемий (гриппа) и решает ряд других задач, относящихся к компетенции медицинской службы.

2. Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ).

Направлены на физическое развитие занимающихся тренировкой силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств. Реализуются на уроках физической культуры и в работе спортивных секций.

3. Экологические здоровьесберегающие технологии (ЭЗТ).

Направленность этих технологий - создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности детей, гармоничных взаимоотношений с природой. В школе это - и обустройство пришкольной территории, и зеленые растения в классах, рекреациях, и участие в природоохранных мероприятиях.

4. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ТОБЖ).

Их реализуют специалисты по охране труда, защите в чрезвычайных ситуациях, архитекторы, строители, представители коммунальной, инженерно-технических служб, гражданской обороны, пожарной инспекции и т. д. Поскольку сохранение здоровья рассматривается при этом как частный случай главной задачи - сохранение жизни требования и рекомендации этих

специалистов подлежат обязательному учету и интеграции в общую систему здоровьесберегающих технологий.

5. Организационно-педагогические технологии (ОПТ).

Определяют структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствуют предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадаптивных состояний;

6. Психолого-педагогические технологии (ПИТ).

Данные технологии связаны с непосредственной работой учителя на уроке, воздействием, которое он оказывает все 40 минут на своих учеников. Сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса:

- учебно-воспитательные технологии (УВТ), которые включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся; мотивации их к ведению здорового образа жизни, предупреждению вредных привычек, предусматривающие также проведение организационно-воспитательной работы со школьниками после уроков, просвещение их родителей.

7. Социально адаптирующие и личностно-развивающие технологии (САЛРТ).

Включают технологии, обеспечивающие формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности. Сюда относятся разнообразные социально-психологические тренинги, программы социальной и семейной педагогики, к участию в которых привлекаются не только школьников, но и их родители, а также педагоги.

Методы здоровьесберегающих образовательных технологий:

- фронтальный;
- групповой;
- практический метод;
- познавательная игра;

- ситуационный метод;
- игровой метод;
- соревновательный метод;
- активные методы обучения;
- воспитательные, просветительские и образовательные программы; метод индивидуальных занятий.

Приёмы здоровьесберегающих образовательных технологий:

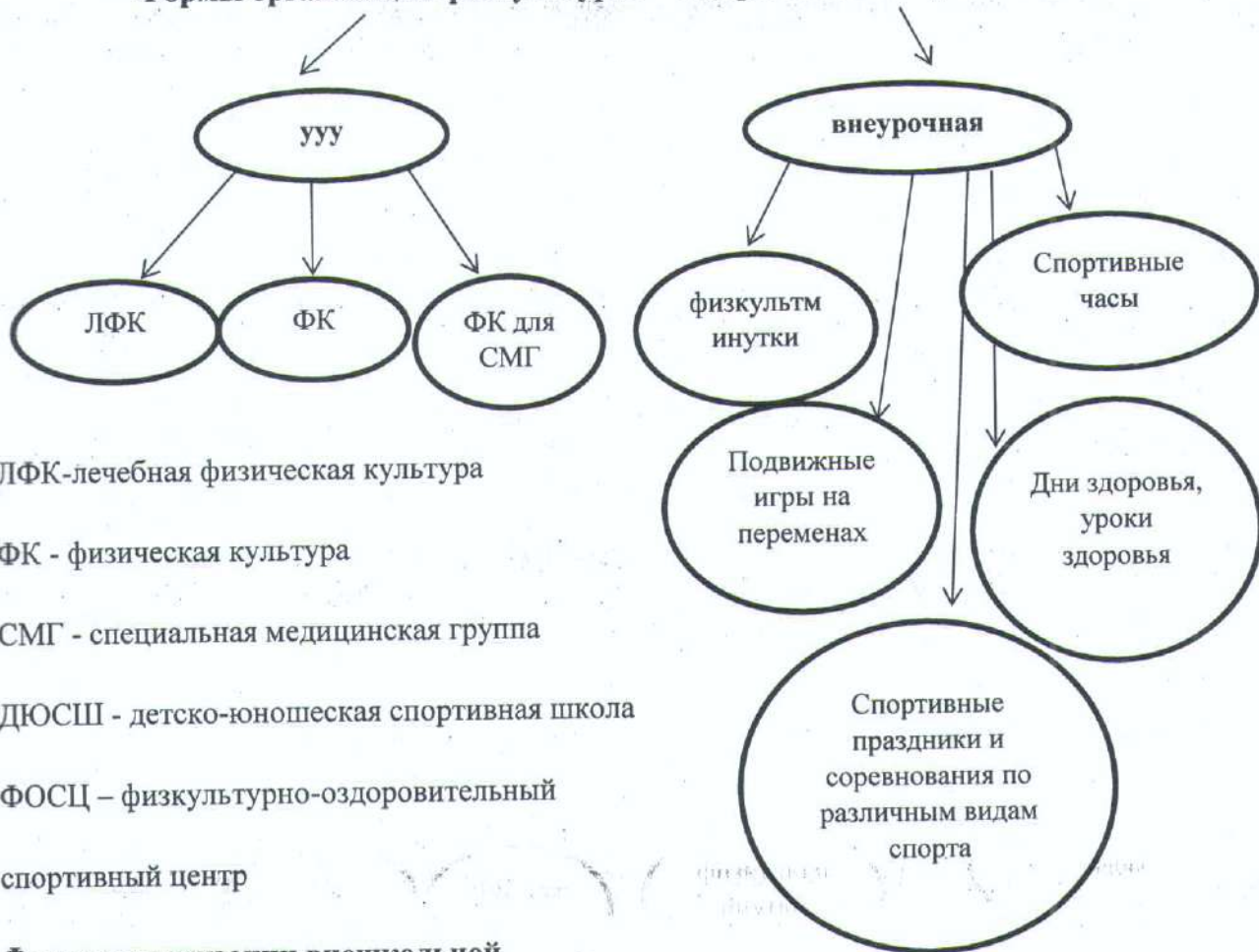
- защитно-профилактические (личная гигиена и гигиена обучения);
- компенсаторно-нейтрализующие (физкультминутки; оздоровительная гимнастика, тренинги, позволяющие частично нейтрализовать стрессовые ситуации);
- стимулирующие (элементы закаливания, физические нагрузки и др.);
- информационно-обучающее (письма, адресованные родителям, учащимся, педагогам).

Принципы здоровьесберегающих технологий:

- «Не навреди!».
- Принцип сознательности.
- Принцип систематичности и последовательности
- Принцип повторения знаний, умений и навыков
- Принцип постепенности.
- Принцип индивидуализации и доступности.
- Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.
- Принцип наглядности.
- Принцип активности.
- Принцип оздоровительной направленности
- Принцип формирования ответственности у учащихся за свое здоровье и здоровье окружающих людей.
- Принцип комплексного междисциплинарного подхода к обучению школьников.

- Принцип всестороннего и гармоничного развития личности.

Формы организации физкультурно – оздоровительной деятельности



ЛФК-лечебная физическая культура

ФК - физическая культура

СМГ - специальная медицинская группа

ДЮСШ - детско-юношеская спортивная школа

ФОСЦ – физкультурно-оздоровительный

спортивный центр

Формы организации внешкольной

физкультурно-спортивной деятельности



Кадровое обеспечение концепции

- директор школы;
- заместитель директора;
- классные руководители;
- школьный психолог;
- социальный педагог;
- учителя-предметники (биология, ОБЖ, физическая культура);
- медицинские работники;
- специалисты по вопросам правонарушений, безнадзорности, ранней алкоголизации и наркотизации детей и подростков;
- члены школьного родительского комитета.

Функции администрации школы:

- ✓ Координация мероприятий, проводимых во внеурочное время;
- ✓ Помощь в организации массовой спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- ✓ Содействие укреплению материально-спортивной базы школы.

Функции классных руководителей:

- ✓ Содействие активному участию школьников в различных физкультурно - оздоровительных мероприятиях;
- ✓ Контроль над соблюдением учащимися санитарно-гигиенических требований;
- ✓ Помощь в планировании и проведении мероприятий, направленных на укрепление здоровья обучающихся;
- ✓ Систематическое проведение физкультминуток на уроках.

Функции социального работника школы

- ✓ Помощь в планировании и проведении физкультурных мероприятий;
- ✓ Содействие активному участию школьников в различных оздоровительных мероприятиях;

✓ Ведение просветительской работы по формированию здорового образа жизни, наблюдение за социальной средой ребенка, ведение профилактической работы с родителями.

Функции психолога

✓ Проведение психологической работы с участниками образовательного процесса, наблюдение за психологическим состоянием обучающихся.

✓ Содействие активному участию школьников в различных физкультурно - оздоровительных мероприятиях;

Функции учителя физической культуры:

✓ Осуществление непосредственной организации и методического руководства внеклассной работой по физическому воспитанию;

✓ Организация и проведение внутришкольных соревнований, товарищеских встреч с другими школами;

✓ Участие обучающихся в соревнованиях различного уровня;

✓ Оказание методической помощи учителям начальных классов и классным руководителям по вопросам организации физкультурно-оздоровительной работы в классах.

✓ Планирование и обеспечение проведения общешкольных спортивно - оздоровительных мероприятий;

✓ Ведение пропаганды ФК и спорта в школе;

Функции медицинского работника школы

✓ оказание первой медицинской помощи;

✓ ведение просветительской работы по формированию здорового образа жизни;

✓ ведение паспортизации по физическому развитию учащихся;

✓ участие в подготовке и проведении дней здоровья, уроков здоровья, обучающих семинаров.

Ресурсы для осуществления работы по укреплению здоровья обучающихся

Материально – технические ресурсы: медицинский кабинет; стандартный спортивный зал; кабинет ЛФК; необходимое спортивное и медицинское оборудование; технические средства; тренажеры.

Информационные ресурсы: наглядный материал, интернет, методическая литература, музыкальный и видео материал.

Организационные ресурсы (социальные партнеры): ДЮСШ (детско – юношеская спортивная школа); отдел культуры молодежной политики туризма и спорта; ГОУ СО СРЦН (реабилитационный центр для несовершеннолетних); УСЗН (социальная защита); ПУ ГПСГУ МЧС России (служба МЧС); ГИБДД (инспекция безопасности дорожного движения); СОК СО (Специальный Олимпийский комитет Свердловской области); ФОСЦ(физкультурно-оздоровительный спортивный центр); ФОК(физкультурно-оздоровительный комплекс).

Ожидаемые результаты работы по реализации программы

В работе по сохранению и укреплению здоровья обучающихся примут участие педагогический коллектив школы, медработники, родители. В результате совместной работы ожидается:

1. Создание активной здоровьесберегающей инфраструктуры школы, способствующей сохранению здоровья и формированию мотивации участников образовательного процесса на здоровый образ жизни.
2. Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
3. Мотивация педагогического коллектива на повышение своего профессионального уровня в овладении и использовании здоровьесберегающих технологий.
4. Снижение уровня заболеваемости среди детей и подростков.
5. Создание благоприятного морально-психологического климата в школе, реализация принципов педагогики сотрудничества.
6. Повышение уровня материально-технического оснащения образовательного учреждения.

Прогнозируемая модель обучающегося

Это – человек:

- относящийся к здоровью как к важной личной и общественной ценности;
- знающий механизмы и способы поддержания здоровья;
- физически развитый;
- стремящийся к физическому совершенствованию;
- без вредных привычек;
- знающий и владеющий приемами и способами оздоровления своего организма.

План работы школы по укреплению здоровья обучающихся

1. Диагностика, коррекция и развитие обучающихся

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Сбор информации о состоянии здоровья детей	Сентябрь	Социальный педагог Медицинская сестра Учитель адаптивной физкультуры
2.	Анализ заболеваемости учащихся, учет обучающихся по группам здоровья	Октябрь-ноябрь	Социальный педагог, медицинский работник
3.	Мониторинг состояния здоровья учащихся	В течение года	Классные руководители
4.	Обновление банка данных о заболеваемости учеников.	1 раз в год	Классные руководители, медицинский работник
5.	Проведение подвижных перемен на свежем воздухе	Каждый день	Учителя
6.	Проведение на уроках специальной гимнастики на осанку, гимнастики для снятия утомления глаз учащихся	Систематически	Учителя - предметники

2. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий	Постоянно	Директор, мед. работник
2	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Постоянно	Директор, мед. работник
3	Обеспечение соблюдения правил ТБ в школе	Постоянно	Директор, мед. работник
4	Содержание в исправности электрохозяйства и всех средств пожаротушения	Постоянно	Заведующая хозяйством
5	Регулярное проведение объектовых тренировок	По графику	Администрация школы, ответственный за безопасность ОУ
6	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по ТБ в	По плану внутришкольного	Администрация школы,

	учебных кабинетах	контроля	ответственный за охрану труда
7	Разработка плана мероприятий по охране труда и ТБ в школе	Сентябрь	Администрация школы, ответственный за охрану труда
8	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья школьников, - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь	Директор
9	Составление социального паспорта по классам, составление списков: - обучающихся группы риска, - неблагополучных семей, - многодетных семей, - малообеспеченных семей, - неполных семей, - детей-инвалидов	Сентябрь	Классные руководители
10	Учет посещаемости обучающимися школы	В течение года	Зам. директора, классные руководители
11	Организация дежурства по школе	Сентябрь	Зам. директора, классные руководители
12	Составление графика работы технического персонала	Сентябрь	Директор
13	Оформление листков здоровья в классных журналах	Сентябрь	Классные руководители, медицинский работник
14	Организация горячего питания в школьной столовой	В течение учебного года	Директор, зам. директора
15	Проведение динамических пауз в 1-х классах	Постоянно	Учителя начальных классов
16	Проведение подвижных игр на свежем воздухе	Постоянно	Учителя
17	Составление графика работы спортивных секций и спортивного зала	Сентябрь	Зам. директора
18	Оформление стенда «Хочу быть	Октябрь	Учитель

	здоровым»		биологии
19	Рейды: - по проверке внешнего вида учащихся, - по сохранности библиотечных учебников,	По плану внутришкольного контроля	Зам. директора, библиотекарь,
20	Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов	В течение года	Заведующая хозяйством
21	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Учитель физкультуры
22	Обеспечение готовности школьных помещений, системы отопления для работы в зимний период	К началу зимнего периода	Директор, зав. хозяйством
23	Обеспечение требований к охране труда при проведении итоговой аттестации	Май-июнь	Зам. директора
24	Организация ремонта учебных кабинетов	Летний период	Зав. кабинетами, завхоз
25	Обеспечение требований ТБ во время ремонта школы.	В летний период	Директор, зав. хозяйством
26	Подготовка актов по приемке школы	Июль-август	Директор, зав. хозяйством
27	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов	Август-сентябрь	Директор, зав. хозяйством
28	Приемка школы к новому учебному году	Август	Директор, зав. хозяйством

3. Инструктивно-методическая и учебно-воспитательная работа

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Организация работы с обучающимися, мотивированными на успешное обучение, путем участия в олимпиадах, предметных неделях, различных конкурсах с целью профилактики учебных перегрузок	В течение года	Зам. директора, руководитель ШМО
2	Проведение вводного инструктажа по правилам ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь Март	Ответственный за охрану труда, классные рук.
3	Обеспечение соблюдения требований	В течение года	Зам. директора,

	к объемам домашних заданий		руководитель ШМО
4	Проведение классных часов и бесед, включающих инструктажи по правилам дорожного движения	По плану воспитательной работы	Классные руководители
5	Проведение тематических классных часов по нравственному воспитанию: - «Личная гигиена» (1-9 классы) - «Жить, побеждая зло» (5-9 классы)	Январь Февраль	Классные руководители
6	Создание библиотеки методической литературы по проблеме здорового образа жизни	До декабря	Библиотекарь
7	Обеспечение соблюдения правил ТБ и ПБ во время проведения новогодних мероприятий и на каникулах	Во время каникул	Ответственный за охрану труда, кл. руководители
8	Организация круглых столов по обмену опытом в разработке эффективных форм и методов работы, направленных на оздоровление обучающихся	Ноябрь Март	Зам. директора

4. Оздоровительно-профилактическая работа

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований на уроках, профилактики близорукости и сколиоза, режима проветривания кабинетов на переменах	Постоянно	Зам. директора, учителя
2	Контроль соблюдения режима дня обучающимися	Постоянно	Классные руководители
3	Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок обучающимся	По графику	Мед. работник
4	Организация работы по пропаганде здорового образа жизни среди детей (лекции, беседы, вечера)	По отдельному плану	Классные руководители
5	Обучение школьников эффективным поведенческим стратегиям: умению решать жизненные проблемы, эффективно общаться, владеть своими эмоциями и т. д.	По плану	Классные руководители

6	Оказание социальной поддержки подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	Постоянно	Классные руководители, психолог, социальный педагог
7	Международный день отказа от курения 1.Конкурс мини проектов «Россия без табака» 2.Акция: «Меняю сигарету на конфету» 3.Спортивное мероприятие	Ноябрь	Соц. педагог Классные руководители Учитель физкультуры, волонтерский отряд
8	Акция «Молодежь за здоровый образ жизни»	Октябрь-декабрь	Волонтерский отряд
9	Проведение физкультминуток на уроках	Ежедневно	Учителя-предметники
10	Проведение Дней здоровья	4 раза в год	Учитель физ-ры
11	Работа спортивных секций	Систематически	Учитель физ-ры
12	Проведение субботников по уборке школьной территории	Сентябрь Май	Кл. руководители
13	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	Май-сентябрь	Классные рук, учитель биологии
14	Проведение медосмотра педагогов школы	В течение года	Администрация

4.1 Физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Подвижные игры на свежем воздухе	Ежедневно	Классные руководители
2	Проведение дней здоровья («Зимние забавы», «Масленица», «День защиты детей»).	По плану	Учитель физкультуры, мед. работник, классные руководители
3	Неделя туризма	Сентябрь	Учитель физкультуры, мед. работник, классные руководители
4	Первенство школы по легкой атлетике	Сентябрь	Учитель физкультуры
5	Первенство по легкой атлетике среди обучающихся	Сентябрь-октябрь	Учитель физкультуры,

	общеобразовательных школ		ДЮСШ
6	Кросс нации	Сентябрь	Отдел по молодежной политике и спорту, учитель физкультуры
7	Первенство СО по легкой атлетике по программе Специальной Олимпиады	Ноябрь	Учитель физкультуры
8	Первенство Северного округа по ЛФП	Ноябрь	Учитель физкультуры
9	Первенство школы по лыжным гонкам и снегоступам	Февраль-март	Учитель физкультуры
10	Спортивные соревнования, посвящённые Дню Защитника Отечества	Февраль	Учитель физкультуры
11	Лыжня России	Февраль	Учитель физкультуры, отдел по молодежной политике и спорту
12	Международный день борьбы с наркоманией и наркобизнесом	Март	Социальный педагог
13	Первенство по мини-футболу среди общеобразовательных школ 5-7, 8-9 классах	Апрель	Учитель физкультуры
14	Первенство по мини-футболу по программе СО	Апрель	Учитель физкультуры, СОК СО
15	Первенство по пионерболу среди обучающихся ОУ	Апрель	Учитель физкультуры
16	Первенство школы по настольному теннису	Апрель	Учитель физкультуры
17	Первенство школы по ОФП	Май	Учитель физкультуры
18	Товарищеская встреча по пионерболу со школами Северного округа	Май	Учитель физкультуры

5. Работа по преодолению у обучающихся вредных привычек

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
2.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска»	Систематически	Зам. директора, кл. руководители
3.	Тематические классные часы о вреде алкоголя, курения и употребления	По плану кл. руководителей	Классные руководители

	наркотиков, курительных смесей		
4.	Оформление стенда «Скажи наркотикам нет»,	Ноябрь	Учитель биологии
5.	Встречи обучающихся с работниками полиции, медицинскими работниками	Ноябрь-декабрь, апрель	Администрация
6.	Акция «Молодежь за здоровый образ жизни»	Октябрь-декабрь	Волонтерский отряд
7.	Анкетирование обучающихся по проблемам наркомании, алкоголизма, курения.	В течение года	Классные руководители

6. Работа с родителями.

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	Включение в повестку родительских собраний выступлений по темам оздоровления учащихся	сентябрь, январь, апрель	Директор
2.	Организация индивидуальных консультаций для родителей	В течение года	Классные руководители
3.	Выступление на родительских собраниях по результатам диагностики	По плану	Классные руководители
4.	Участие родителей на спортивно-оздоровительных мероприятиях	По плану	Классные руководители

Рекомендуемые темы классных часов и бесед***1-4 классы***

Тема 1: Режим дня. Организация учебного труда школьника. Биоритмы в жизни человека. Работоспособность и утомление. Активный отдых. Составление индивидуального режима дня в соответствии с возрастными особенностями ребенка.

Тема 2: Опорно-двигательная система. Общие сведения о строении и функционировании. Возрастные особенности скелета и мышц. Изучение своей осанки. Профилактика сколиоза и плоскостопия. Разучивание комплекса упражнений для формирования правильной осанки.

Тема 3: Мое питание. Общие понятия о питании и пищеварительной системе человека. Питательные вещества. Витамины. Полезные и вредные продукты питания. Режим питания. Профилактика заболеваний пищеварительной системы.

Тема 4: Органы дыхания и их гигиена. Общие понятия о дыхательной системе. Как надо правильно дышать? Заболевания органов дыхания и их профилактика. Что разрушает легкие? Разучивание комплекса дыхательной гимнастики. Как уберечься от простуды?

5-9 классы

Тема 1: Профилактика вредных привычек. Привычки полезные и вредные. Что такое психоактивное вещество? Алкоголь и болезни. Вред и опасность курения. Наркотики сокращают жизнь. Тренинг: как сказать «нет»? Предупреждение токсикомании.

Тема 2: Угроза здоровью и жизни в природной среде. Природа – источник здоровья и опасности для человека. Правила поведения в природной среде. Опасности, подстерегающие в лесу, на воде. Ядовитые растения, грибы. Меры по предотвращению отравлений. Ядовитые змеи, лесные звери и насекомые.

Меры предосторожности при встрече с ними. Правила пользования огнем в лесу.

Тема 3: Здоровье и его сохранение. Сущность понятий «здоровье» и «болезнь». Основные факторы, формирующие здоровье. Факторы риска болезней. Понятие «здоровый образ жизни». Основные принципы здорового образа жизни. Валеологический самоанализ (анкетирование и тестирование по различным аспектам здоровья и здорового образа жизни). Каким ты хочешь быть в старости? (анализ образа жизни родителей и прогнозирование своего здоровья).

Тема 4: Организм человека и его строение. Органы и системы органов, входящие в состав организма, их основные функции. Что определяет нормальное развитие организма? Как оценить физическое развитие? Валеологический анализ (анкетирование, позволяющее оценить особенности собственного развития).

Тема 5: Как следует питаться. Причины нарушений работы пищеварительной системы. Заболевания и функциональные нарушения. Рациональное и сбалансированное питание. Потребность в белках, жирах и углеводах. Вода, минеральные соли, макро- и микроэлементы. Их содержание в продуктах питания и влияние на сохранение здоровья.

Тема 6: Забота о коже и ее производных. Как устроена кожа человека? От чего защищает кожа? Травмы и заболевания кожи (ожоги, сыпь, воспаления, грибковые заболевания, чесотка и др.). Правила ухода за кожей. Гигиена волос и ногтей. Почему выпадают волосы?

Примерный цикл лекций для педагогов школы

1. Психофизиологические основы и оптимальная организация учебно-воспитательного процесса.
2. Педагогические аспекты здоровьесбережения в школе.
3. Здоровьесберегающий урок.
4. Роль ВНД и функциональные состояния здоровья школьников и их коррекция.
5. Школьные факторы риска.
6. Коррекционные методики (профилактика нарушений осанки, зрения, утомления).
7. Физкультминутка на уроке.
8. Сохранение здоровья учащихся при использовании технических средств обучения.
9. Профилактика злоупотребления ПАВ (никотин, алкоголь, наркотики) среди учащихся.
10. Создание психологического комфорта личности.

Примерная тематика родительских собраний

1. Роль семьи в формировании личности ребенка и формы взаимодействия семьи и школы.
2. Могут ли быть дети отличниками или как помочь ребенку в учебной работе.
3. Когда наши дети взрослеют или о проблемах возрастного развития.
4. Детство – это серьезно! О больших проблемах маленьких детей.
5. Осторожно, конфликт!
6. Знаете ли вы своего ребенка?
7. Поговорим по душам... или о том, умеем ли мы разговаривать с детьми.
8. Воспитание доверием.
9. Как убедить, когда не хотят слушать...
10. Слагаемые нашего авторитета.
11. Профилактика употребления ПАВ (никотин, алкоголь, наркотики).
12. Профилактика заражения вирусом СПИД.

**Примерный перечень предметных тем для уроков здоровья
(интегрированные уроки)**

Химия:

- Химические реакции в полости рта и здоровье.
- Химический состав пресных и минеральных вод и их влияние на здоровье.
- Химический состав кожных выделений и здоровье.
- Химический состав воздушной среды в помещениях и открытого воздуха в различных зонах города.

- Химический состав пищевых продуктов.

Физика:

- Физические свойства воздуха и их использование для здоровья.
- Физические свойства воды и их использование для здоровья.
- Физические характеристики опорно-двигательного аппарата человека и формирование осанки.
- Оптическая система глаз и способы их тренировки для сохранения зрения, гигиена зрительной работы.

- Характеристика шумов и их влияние на человека и всю живую природу.

Биология:

- Типологические особенности нервной системы человека и возможности управления ею.

- Биоритмы и здоровье человека.
- Кожный покров и обменные процессы в организме человека, закаливание.
- Твои возможности самоконтроля физических нагрузок.
- Режим питания и его влияние на здоровье.

- Твои возможности (действия) по выполнению функций «мини- докторов» при несчастных случаях.

- Вредные привычки: пристрастие к курению, алкоголю, наркотикам.

- Как все успеть в школе и дома (индивидуальный распорядок дня и минутки отдыха в ходе занятий).

- Полезные и ядовитые растения, грибы, ягоды.
- Как предупредить многие заболевания.
- Как формировать свою фигуру.
- Что ты понимаешь под здоровьем, каково твое состояние здоровья.
- Что проповедует богиня здоровья «Гинья»?

Физическая культура:

- Движение – это жизнь и как оно действует на человека.
- Продолжительность выполнения физических упражнений, критерии их достаточности.

- Двигательный отдых – лучший помощник при умственной работе.
- Дневник самоконтроля твоего здоровья.
- Закаливание – составная часть физической культуры.

• Связочный аппарат человека и его укрепление с целью профилактики дефектов осанки, плоскостопия.

- Двигательный отдых – лучший помощник при умственной работе.
- Дневник самоконтроля твоего здоровья.
- Закаливание – составная часть физической культуры.

• Связочный аппарат человека и его укрепление с целью профилактики дефектов осанки, плоскостопия.

ИЗО:

- Влияние цвета на здоровье человека.
- Цвет и эмоции человека.
- Изобразительное искусство и здоровье человека.

Музыка:

- Музыка и здоровье.

Иностранный язык:

- Вредные привычки и здоровье человека.
- Спорт.