

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение-
средняя общеобразовательная школа № 1 г. Ардон



Утверждаю

Директор школы Бацоева Т.М.

Программа

«Я и здоровье»

“Забота о здоровье детей – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы”

В.А.Сухомлинский.

Пояснительная записка

Здоровье людей относится к числу главных проблем, т.е. тех, что имеют жизненно важное значение для всего человечества. Проблема снижения уровня здоровья населения России в новом тысячелетии стоит чрезмерно остро. Особую тревогу вызывает ухудшение здоровья подрастающего поколения.

Здоровье детей школьного возраста, как и других групп населения, зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, образовательном учреждении. Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание.

Понятие здорового образа жизни рассматривается как сочетание видов деятельности, обеспечивающее оптимальное взаимодействие с окружающей средой. Здоровый образ жизни, направленный на предупреждение возникновения какого-либо заболевания, обеспечивает полноценное развитие и реализацию возможностей индивида, способствует его социализации и является необходимым условием воспитания гармонической личности.

В соответствии с Законом “Об образовании” здоровье детей и подростков относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Важность такой ориентации очень высока, поскольку по статистическим данным лишь 16% всего населения здоровы, 50% имеют функциональные нарушения и отклонения в состоянии здоровья, 34% - хроническую патологию. Состояние здоровья детского населения вызывает очень серьёзные опасения специалистов. Так, по данным НИИ педиатрии у 50% детей школьного возраста отмечаются отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата; 30% детей имеют нарушения в сердечно-сосудистой и дыхательной системах; около 70% детей страдают от гиподинамии. По данным Института возрастной физиологии РАО, около половины школьников страдают теми или иными невротическими синдромами.

Исследования Центра здоровья детей и подростков РАМН свидетельствуют о том, что около 90% детей имеют отклонения в физическом и психическом здоровье. 30-35%

детей, поступающих в школу, уже имеют хронические заболевания. За годы обучения в школе в 5 раз возрастает число нарушений зрения и осанки, в 4 раза увеличивается количество нарушений психического здоровья, в 3 раза увеличивается число детей с заболеваниями органов пищеварения и т.п. При этом отмечается чёткая зависимость числа и характера нарушений в состоянии здоровья школьников от объёма и интенсивности учебных нагрузок.

Л.Д.Соломенко в своём исследовании раскрывает теоретические основы образовательных технологий и их влияние на эффективность учебного процесса, взаимосвязь образовательных технологий и состояния здоровья школьников.

Основными критериями здоровья растущего организма ребёнка служат:

- а) Уровень физического развития и его гармоничность;
- б) Уровень развития функциональных систем;
- в) Способность организма к сопротивлению неблагоприятным воздействиям окружающей среды, в том числе к заболеваниям;
- г) Хорошая адаптация к меняющимся внешним условиям.

Детство самый важный этап в жизни человека, фундамент всей его судьбы, его здоровья. Согласно исследованию специалистов 75% болезней взрослых заложено в детстве. Залогом успешного развития нашего общества является здоровье подрастающего поколения.

Цель программы:

Сохранение и укрепление здоровья детей и подростков, полноценное раскрытие у детей их личного потенциала здоровья, формирование нравственного, физического, психического и соматического здоровья. Создание среды, обеспечивающей формирование здорового образа жизни.

Задачи программы:

- разработать и внедрить современные формы физического воспитания;
- продолжать работу по санитарно-гигиеническому просвещению школьников и пропаганде здорового образа жизни;
- продолжать работу по профилактике вредных привычек среди обучающихся;
- формировать правильное представление о взаимоотношениях полов, ценностях семьи и брака.

В соответствии с основными задачами **содержание работы** школы определяется следующими направлениями:

- научным, изучающим закономерности роста и развития, формирования личности ребенка с целью разработки способов, средств и методов применения валеологических знаний в условиях учреждений системы образования;
- прикладным, осуществляющим научно-методическое обеспечение всего процесса обучения и воспитания. Направление предполагает подготовку кадров педагогических, ориентированных на ЗОЖ, создание учебных пособий, методических рекомендаций;
- практическим (работа с детьми, родителями, педагогами ОУ в рамках программы).

Основными **видами деятельности** по программе «Здоровье» в школе являются:

- диагностика;
- развитие;
- профилактика;
- коррекция;
- консультирование.

Ожидаемые конечные результаты реализации программы:

- внедрение в практику современных медико-психолого-педагогических и социальных технологий оздоровления детей и подростков;
- соблюдение современных санитарно-гигиенических нормативов и организации и осуществлении учебно-воспитательного процесса;
- совершенствование работы психологической службы школы, как основного механизма перехода к личностно-ориентированной педагогике;
- усиление роли физического воспитания в учебном процессе;
- внедрение щадящих методов контроля знаний, обеспечивающих психологическую сохранность личности ученика;
- индивидуализация обучения, предусматривающая разноуровневое усвоение учебного материала в зависимости от состояния здоровья ребенка;
- повышение социального статуса учителя и сохранение его здоровья, как основного фактора здоровья ученика;
- повышение эффективности профилактики распространенных болезней детей и подростков;
- обеспечение ранней диагностики болезней и оздоровление детей группы риска;

- внедрение новых эффективных форм медицинского обслуживания подростков.

План мероприятий в рамках программы «Здоровье»

на 2019 - 2020 учебный год

<i>Месяц</i>	<i>Планируемые мероприятия</i>
Сентябрь	1. Проведение бесед о правилах поведения в школе и других общественных местах; 2. Кросс “Золотая осень”
Октябрь	1. Соревнования по пионерболу (обучающиеся 5 – 8 классов) 2. Тестирование и анкетирование по вопросам отношения к ЗОЖ;
Ноябрь	1. «Интернет – урок «Имею право знать!» 2. Акция «Я выбираю спорт как альтернативу пагубным привычкам» 3. Акция «Молодежь выбирают жизнь» 4. Соревнования по волейболу (обучающиеся 9 – 11 классов)
Декабрь	1. Проведение мероприятия, посвящённого Всемирному дню борьбы со СПИДом с участием волонтеров СОГМА 2. Акция «Зимняя планета детства»
Январь	1. Организация занятости детей в период зимних каникул; 2. Проведение бесед с обучающимися о правилах поведения на льду, на дороге и в общественных местах, о правилах обращения с огнём и взрывоопасными веществами и пиротехникой
Февраль	1. Проведение спортивного праздника для обучающихся начальной школы и среднего звена «Сильные, смелые, ловкие»; 2. Проведение бесед с обучающимися о правилах поведения во время штормового предупреждения и прочих ситуациях
Март	1. Организация и проведение месячника здорового образа жизни;
Апрель	1. Проведение бесед с обучающимися о безопасном поведении в общественных местах, на дорогах, водоёмах; 2. Проведение спортивных мероприятий в рамках месячника «Моя семья»
Май	1. Организация и проведение Дня здоровья; 2. Подготовка к летнему оздоровительному сезону; 3. Проведение бесед с обучающимися о правилах поведения в общественных местах, на водоёмах, дорогах