

Программа здоровья 2010 – 2015

«Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов»

Программа здоровья ориентирована на достижения личностного результата.

Недостаточное внимание к медицинским, гигиеническим и социальным проблемам детского населения в значительной мере снижает общий уровень здоровья населения, успехи при получении образования и профессии, определяет, в конечном итоге, общий уровень жизни, как индивидуума, так и общества в целом.

Гигиенисты многих поколений, отмечая, что большинство болезней взрослых уходит корнями в детство, указывали на особую роль школы в формировании как непосредственно здоровья ребенка, так и его отношения к своему здоровью.

Следует, признать, что современная общеобразовательная школа не улучшает здоровья детей. Результаты научных исследований состояния здоровья школьников свидетельствует о значительном росте большинства заболеваний и функциональных расстройств именно в период обучения детей в школе. За это время **70 %** детей переходит из категории практически здоровых в группу детей, страдающих различного рода функциональными отклонениями и хроническими заболеваниями.

Ситуация усугубляется еще и тем, что в школу из дошкольного учреждения и семьи дети приходит, уже имея различные отклонения в состоянии здоровья - от функциональных нарушений до хронических заболеваний.

В связи, с чем на основании приказов и рекомендаций Министерства образования и науки, Министерства здравоохранения и Федерального закона РФ «Об образовании», разработана «Программа здоровья».

Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья учащихся, формирование у детей, их родителей, и сотрудников ответственного отношения к своему здоровью, формированию важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также профилактика вредных привычек.

Задачи:

- создание здоровьесберегающего образовательного пространства; (создание вокруг детей среды, способной обеспечить здоровый образ жизни)
- достижение понимания триединой проблемы: образ жизни – образование – здоровье;
- формирование положительных мотиваций у учащихся и педагогов к проведению оздоровительных мероприятий;
- подготовка и переподготовка педагогов в профессиональной области по направлению «педагогика здоровья»;
- рациональная организация учебно-воспитательного процесса и комплекса профилактических мероприятий с учётом полярного климата;
- формирование знаний, умений и навыков здорового образа жизни, идеалов культуры здоровья;
- формирование устойчивого интереса и мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- повышение уровня физического развития и физической подготовленности;
- оптимизация индивидуального режима учащихся и учителей в соответствии с гигиеническими требованиями;
- повышение мотивации к самосовершенствованию и обучение методам самоконтроля.

В рамках программы проводятся:

Начальная школа

- Программа разговор о правильном питании.
- Зрительный тренажёр Базарного.
- Программа «Чистая вода», «Чистый воздух»
- Проведение физкультпауз, физкультминуток.

- Спортивные перемены в спортивном зале
- Занятия в комнаты релаксации
- Прогулки на свежем воздухе
- Игровые перемены
- Проведение уроков здоровья на свежем воздухе
- посещение «Тропической купальни»
- Щадящий режим обучения для первоклассников

Внеклассная работа:

- Проведение тематических классных часов, родительских собраний
- Участие в акции «Будь здоров».
- Участие в региональной целевой программе «SOS»
- Акция «Класс свободный от курения»
- Мероприятия в рамках акции «Декада SOS»
- Проведение акций «Мы за здоровый образ жизни».

Спортивно-оздоровительная работа:

- Проведение физкультпауз, физкульт – минуток.
- Проведение занятий в тренажёрном зале.
- Двухстороннее сотрудничество со спортивными школами и клубами.
- Привлечение детей к занятиям в спортивных секциях.
- Использование лично-ориентированного подхода
- Привлечение учащихся к проведению и организации спортивных праздников.
- Спортивные мероприятия и праздники.
- Спортивные мероприятия в рамках школьных и городских акций
- Общешкольные Дни здоровья
- Введение в учебное расписание школы третьего урока физической культуры
- Проведение ежегодного мониторинга состояния здоровья и физического развития учащихся
- Создание условий для активного занятия учащимися, физической культурой и спортом

Перспективы программы:

- Регулярное проведение физкультпауз, физкультминуток во всех параллелях
- Установить кабинет Базарного
- Расширить программу «Чистая вода», «Чистый воздух»
- Увеличить количество спортивно-массовых мероприятий
- Разнообразить уроки физической культуры
- Обновлять и разнообразить спортивный инвентарь и оборудование
- Привлекать к сотрудничеству тренеров и спортивные школы, для разнообразия и видов спорта
- Увеличить количество тренажёров в комнате релаксации и тренажёрном зале
- Продолжать и развивать проведение оздоровительных занятий на свежем воздухе
- Развивать программу по «Правильному питанию»
- Продолжать привлечение учащихся к занятиям в спортивных школах
- Продолжить мониторинг состояния здоровья и физического развития учащихся
- Продолжить проведение акций классных часов, родительских собраний и викторин на темы здорового образа жизни.