|  |  |
| --- | --- |
| **Принята**  **педагогическим советом**  **МБОУ «Краснолипьевская школа»**  **от 31.08.2021 г**  **Протокол № 1** | **C:\Users\Admin\Desktop\ВР 2021-2022\печать.jpgУтверждена**  **МБОУ «Краснолипьевская школа»**  **Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  **/Зубцова Н.И./** |

**Программа «Здоровье»**

**МБОУ «Краснолипьевская школа»**

|  |
| --- |
|  |

**на 2021-2026 годы**

**Краснолипье-2021**

**Аналитическая справка**

*Здоровье – самая большая для человека ценность.  Чтобы вырастить жизнелюбивого и здорового человека, необходим особый образ жизни – здоровый.*

При воспитании здорового образа жизни, педагогический коллектив нашей школы работает по многим направлениям по формированию здорового образа жизни: с учащимися регулярно проводятся  беседы по технике безопасности в различных ситуациях, беседы, тренинги, игры по формированию здорового образа жизни и отказу от вредных  привычек, учащиеся вовлекаются в спортивные кружки, секции. Проводятся конкурсы рисунков «За здоровый образ жизни!», смотры-конкурсы агитбригад, плакатов «Твоё сознание»; реализуется программа «Школьное молоко».

В классных комнатах соблюдается режим проветривания, постоянно контролируется санитарно – гигиеническое состояние.

Осуществляя план физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы, учителем физической культуры проводятся беседы о режиме дня школьников, значении оздоровительных мероприятий для укрепления растущего организма. С физоргами классов разучен комплекс физкультминуток,  которые проводятся на общеобразовательных предметах.

Большую роль в реализации плана физкультурно-оздоровительной работы и пропаганде здорового образа жизни играют спортивные кружки и секции (Спортивный клуб «Лидер», «Волейбол», «Футбол» и др.). Кружками и секциями охвачено более 80% обучающихся.  Учащиеся нашей школы принимают участие в различных соревнованиях и показывают следующие результаты:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Соревнования | Дата проведения | Результат |
| 1 | Спартакиада молодёжи Репьёвского муниципального района допризывного возраста | 2018 | 2 место |
| 2 | Спартакиада молодёжи Репьёвского муниципального района допризывного возраста | 2019 | 1 место |
| 3 | Спартакиада молодёжи Репьёвского муниципального района допризывного возраста | 2020 | 2  место |
| 4 | Спартакиада молодёжи Репьёвского муниципального района допризывного возраста | 2021 | 2  место |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**Пояснительная записка**

*Все здоровые люди любят жизнь.*

**Лукреций Тит Кар.**

      Критическое ухудшение здоровья детей и подростков, всего населения – одна из основных проблем современной системы образования. Сложившаяся ситуация является следствием влияния многих неблагоприятных социально-экономических факторов, итогом нерешенных педагогических проблем в области сохранения и укрепления здоровья школьников, педагогов, родителей.

      Одной из причин такой ситуации является то, что в последние годы с экранов телевидения демонстрируется пьянство, насилие, разврат, «герои» фильмов употребляют наркотики. Негативные телепередачи, видеофильмы, свободный доступ в приобретении табачных изделий, наркотиков, алкогольных напитков губительно влияет на здоровье учащихся, на межличностные отношения в семье, на улице, в школе.

      В последние десятилетия для России употребление несовершеннолетними и молодежью алкоголя, наркотических средств и других  психоактивных веществ превратилось в проблему, представляющую серьезную угрозу населению, экономике страны, социальной сфере и правопорядку. Как всякая глобальная проблема она не может не стать содержанием современных образовательных программ. Даже самая дружная и благоприятная школьная семья не может существовать в отрыве от социальной действительности, для которой распространение наркотиков в среде молодежи и подростков все более и более становится нормой. Детей нельзя оградить от наркотиков, но научить их сознательно отказываться от наркотиков можно и нужно. Поэтому в рамках  воспитательной системы школы обязательно предусмотрены программы по формированию здорового образа жизни. Воспитание у ребенка готовности избежать приобщения к одурманиванию невозможно без осознания им личностной ценности здоровья, важности и необходимости соблюдения законов здорового образа жизни, овладения приемами и навыками сохранения и укрепления своего организма, формирования устойчиво-негативного личностного отношения к табаку, алкоголю, наркотическим веществам.

                 Все вышеназванные факторы и многие другие приводят к тому, что на сегодняшний день только одного из десяти школьников можно признать вполне здоровым. Следовательно, бесспорна необходимость и приоритетность существования  программ, направленных на воспитание элементарной культуры отношения к своему здоровью, формированию потребности умения и решимости беречь своё здоровье.

             Установка на здоровый образ жизни, как известно, не появляется у человека сама собой, а формируется в результате определенного педагогического воздействия, сущность которого состоит в обучении здоровью с самого раннего возраста.

              Коллектив МБОУ «Краснолипьевская школа», уделяя большое внимание в своей образовательной деятельности здоровью учащихся, пришел к необходимости  применения здоровьесберегающих технологий в организации образовательного процесса, и разработал программу, способствующую созданию оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

**2. Цели, задачи.**

**Цель программы**: создание оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья, формирование здорового образа жизни участников образовательного процесса.

**Задачи:**

- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;

- воспитание у педагогов и учащихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни;

- формирование у педагогов и обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;

- непрерывное профессиональное самообразование, накопление банка данных по методологической, диагностической деятельности физкультурно-оздоровительной направленности;

- пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;

- формирование культуры здорового питания;

-  изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение;

- повышение уровня правовых знаний, касающихся ответственности несовершеннолетних и их родителей за хранение, распространение и применение наркотических и психотропных веществ;

- обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.

**3. Основные направления.**

       Диагностическая деятельность;

       Спортивно-оздоровительная деятельность;

       Профилактика заболеваний у учащихся. Комплексное оздоровление  детей;

       Здоровое питание школьников;

       Профилактика наркомании, табакокурения, алкоголизма;

       Работа с  педагогическим коллективом, родителями по пропаганде здорового образа жизни в семье.

**4.Концептуальные  положения программы:**

      Здоровье – главная жизненная ценность. Забота о здоровье необходима и больному, и здоровому человеку.

***Валеологический подход.*** Триединый принцип валеологии: формирование, сохранение и укрепление здоровья индивида на основе использования всех позитивных факторов.

***Принцип здорового образа жизни*** – соблюдение санитарно-гигиенического режима.

***Педагогизация окружающей среды:*** организация целесообразного здоровьесберегающего пространства.

***Принцип природосообразразности:*** учет и использование физиологических возможностей организма ребенка в соответствии с возрастным развитием, дифференцированный и индивидуальный подход к ребенку.

***Разнообразие методов и средств физического воспитания.***

***Использование оздоровительных сил природы, закаливание.***

***Принцип саморегуляции;*** «чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные».

**5.Ожидаемый результат**

       Использование  в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий;

       сознательное отношение личности к своему здоровью и здоровому образу жизни, отказ от вредных привычек, исключение употребления ПАВ;

       наличие у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;

       повышение общей культуры в направлении сохранения и развития физического здоровья;

       повышение уровня общей физической активности;

       наличие  банка данных по методологической, диагностической   деятельности физкультурно-оздоровительной направленности;

       сформированность позитивного образа «Я» подростков, что существенно снизит конфликтность и расширит социальные связи детей.

**Участники программы:** обучающиеся; ученическое самоуправление; родители; педагоги; директор школы; и.о.заместителя директора по ВР, учителя-предметники ( ОБЖ, биология, физическая культура); классные руководители.

**Педагогические средства:**Пакет диагностик состояния психологического здоровья учащихся. Анкета выявления склонности к вредным привычкам. Методические рекомендации классным руководителям. Программа учебных предметов в (ОБЖ, физическая культура). Программа  «Здоровье». План системы мероприятий по укреплению здоровья обучающихся. Программа летнего оздоровительного сезона.

**Целевая комплексная программа «Здоровый образ жизни»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Направление деятельности* | *Задачи* | *Сроки исполнения* | *Ожидаемые результаты* |
| Диагностическая деятельность. | Изучить состояние здоровья учащихся, образ жизни учащихся. Выявить нарушения здоровья, наличие вредных привычек. Создать банк данных.  Поиск наиболее оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья. | Сентябрь,  ежегодно | Получение картины состояния физического здоровья детей, оптимизация форм работы. |
| Спортивно-оздоровительная деятельность. | Укрепить  здоровье, содействовать нормальному физическому развитию через урочную и внеурочную спортивную деятельность.  Вовлечь всех учащихся в спортивно-оздоровительную деятельность | Ежегодно, на всех ступенях | Приобщение учащихся к различным видам спорта. Спорт – норма жизни.  Формирование отношения к здоровому образу жизни. |
| Профилактика заболеваний у учащихся. Комплексное оздоровление детей | Выявить состояние здоровья через профилактические осмотры. Осуществлять коррекцию здоровья в условиях образовательного учреждения | Ежегодно, на всех ступенях | Формирование физически развитой и здоровой личности. |
| Здоровое питание школьников. | Улучшить питание детей в школьной столовой, т.е.  использовать разнообразное  меню, витаминизация, нормы, калорийность. Программа «Школьное молоко». Беседы о правильном питании | Ежегодно, на всех ступенях | Уменьшение заболеваний среди учащихся. |
| Профилактика наркомании, табакокурения, алкоголизма. | Воспитание негативного отношения к вредным привычкам. Проведение мероприятий, направленных на пропаганду ЗОЖ. | Ежегодно, на всех ступенях | Формирование у школьников потребности вести здоровый образ жизни. |
| Работа с педагогическим коллективом, родителями по пропаганде здорового образа жизни в семье. | Организовать клуб «Здоровье» среди педколлектива с целью формирования единого воспитательного пространства.  Формировать  у школьников  и их родителей потребности вести здоровый образ жизни. | Ежегодно, на всех ступенях | Обеспечение плодотворного и полноценного сотрудничества с родителями в учебно-воспитательном процессе. Создание единого воспитательного пространства «родители - дети - учителя». |

**Организация физкультурно – оздоровительной и спортивно – массовой работы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п.п | Содержание работы | Сроки | Ответственные |
| 1. **Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа: оздоровительные мероприятия в режиме дня уч-ся:** | | | |
| 1.1. | Обсудить и провести беседу о режиме дня школьника и значении оздоровительных мероприятий для укрепления организма; | Сентябрь | Учитель физкультуры |
| 1.2. | Проводить физкультминутки на общеобразовательных предметах в 1-11 классах. | Ежедневно | Физорги классов |
| 1.3. | Проведение утренней зарядки | Ежедневно | Физорги классов |
| **2. Агитация и пропаганда физкультуры и спорта.** | | | |
| 2.1. | Оформить стенд «Рекорды школы» | сентябрь | Учитель физкультуры |
| 2.2 | Оформить стенд лучшие спортсмены школы | октябрь | Учитель физкультуры |
| 2.3. | Успехи школы в районной спартакиаде. | В течение года | Учитель физкультуры |
| **3. Подготовка физкультурного актива:** | | | |
| 3.1. | Назначить новый состав совета физкультуры. | Сентябрь | Учитель физкультуры |
| 3.2. | Совещание актива по проведению спортивных праздников и дней здоровья. | 1 раз в четверть | И.о.зам. директора по ВР  Учитель физкультуры |
| **4. Работа с родителями учащихся и членами коллектива:** | | | |
| 4.1. | Привлечение к организации школьных соревнований родителей | В течение года | Классные  руководители, учитель физкультуры |
| 4.2. | Участие команд учителей в соревнованиях по волейболу, теннису, баскетболу и мини-футболу. | В течение года | Учитель физкультуры |

**ПЛАН СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание работы** | **Сроки исполнения** | **Ответственные** |
| 1. | Организация медосмотра учащихся | Сентябрь | Дирекция |
| 2. | Организация работы органа детского самоуправления – Адмиралтейства здоровья и спорта.  Планирование спортивных мероприятий на уч.год. | Сентябрь | И.о.зам. директора по ВР |
| 3. | Участие в круглогодичной муниципальной спартакиаде школьников:  Футбол  Легкая атлетика  Мини футбол  Лапта  Лыжи  Волейбол  Армрестлинг  Шахматы, шашки | В течение года  Сентябрь  Сентябрь, май  Октябрь, май  Октябрь, апрель  Декабрь  Март  Сентябрь, апрель  Ноябрь | Учителя физической культуры |
| 4. | Обновление спортивного стенда | 1 четверть | И.о.зам. директора по ВР |
| 5. | Проведение Дня физкультурника | Сентябрь | И.о.зам. директора по ВР |
| 6. | Участие учащихся в муниципальных спортивных мероприятиях в рамках Дня физкультурника | Сентябрь | Учителя физической культуры |
| 7. | Благоустройство территории стадиона, многофункциональной площадки и всех спортивных объектов на территории ОУ | 1,4 четверть | Дирекция |
| 8. | Участие в муниципальной акции, региональной акции « Здоровый образ жизни», «Мой выбор – здоровое будущее!» | В течение года | Классные руководители  И.о.зам. директора по ВР |
| 9. | Участие во Всероссийской акции «Спорт вместо наркотиков» в рамках спортивного праздника «Кросс нации» | Сентябрь | И.о.зам. директора по ВР  Учителя физической культуры |
| 10. | Организация внутришкольных соревнований:  - по волейболу, пионерболу  - по настольному теннису  - по шахматам и шашкам  - по футболу  - по армрестлингу | В течение года | Учителя физической культуры |
| 11. | Организация и проведение мероприятий на катке:  - «Веселые ледовые старты»;  - Стрит-хоккей;  - Игры в хоккей;  - «Зимний танцпол»;  - «День здоровья на катке»;  - «День резвых коньков» | Декабрь-февраль | Учителя физической культуры  И.о.зам. директора по ВР |
| 12. | Проведение спортивного соревнования «Лыжня » | Январь, ежегодно | Учителя физической культуры |
| 13. | Участие в спортивном празднике «Репьевская лыжня» | Январь, ежегодно | Учителя физической культуры |
| 14. | Организация спортивных конкурсов и соревнований:  - «Рыцарский турнир» (1-4 кл.)  - «Олимпийский лабиринт» (5-7 кл.) | Февраль | Учителя физической культуры |
| 15. | Организация и участие учащихся в месячнике «Молодежь за здоровый образ жизни!» | Ноябрь | И.о.зам. директора по ВР |
| 16. | Проведение Дня гражданской обороны | По графику | Учитель ОБЖ |
| 17. | Проведение военно-спортивной игры «Арсенал»  Участие в проведении районной ВСИ «Победа» | Февраль  Апрель | Учителя ОБЖ и физкультуры |
| 18. | Участие в сдаче норм ГТО | По графику | Учителя физической культуры |
| 19. | Участие в районных праздниках и турнирах | В течение учебного года | И.о.зам. директора по ВР |
| 20. | Организация походов по родному краю учащихся 1-11 классов | Май | Классные руководители |
| 21. | Организация работы учащихся 8-11 классов на спортплощадках | Май, июнь | Дирекция |
| 22. | Спортивные соревнования по программе «Президентские состязания». | Сентябрь, май | Учителя физической культуры |
| 23. | Участие в работе районного военно-спортивного лагеря «Перевал» | Июль | Учитель физкультуры |
| 24. | Участие в районном смотре-конкурсе «Шахматный всеобуч» | В течение года | Учитель, преподающий шахматы |
| 25. | Организация спортивного часа в детском саду | В течение года | Воспитатели детского сада |
| 26. | Организация и проведение физкультпауз и физкультминуток в 1-7 классах во время уроков | В течение года | Учителя-предметники |
| 27. | Организация и проведение подвижных игр на свежем воздухе в 1-4 классах | В течение года | Учителя начальных классов |
| 28. | Совместные спортивные мероприятия с образовательными учреждениями района:  - товарищеский матч по футболу  - товарищеская встреча по мини футболу  - товарищеская встреча волейболистов  -игра в лапту  - игра в настольный теннис  - товарищеский матч по хоккею | В течение года  Октябрь, апрель  Январь, февраль | Учителя физической культуры |
| 29. | Проведение ЕЧКР по формированию здорового и безопасного образа жизни:  «Урок безопасности». | Сентябрь | Классные руководители |

**ГРАФИК РАБОТЫ МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ ПЛОЩАДКИ «ЮНИОР»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Занятия | ФИО руководителя | Класс | День недели | Время |
| 1 | Уроки физической культуры | Учителя физической культуры | 1-11 | Понедельник-суббота | 08.30-14.10 |
| 2 | Свободные игры | Дежурный по площадке | 1-4 | Понедельник-суббота | 14.10-15.30 |
| 3 | Свободные игры | Дежурный по площадке | 5-7 | Понедельник -суббота | 15.30-17.00 |
| 4 | Свободные игры | Дежурный по площадке | 8-11 | Понедельник -суббота | 17.00-19.00 |