

УТВЕРЖДАЮ:  
И.О.ДИРЕКТОРА *Л.И. Фидарова* ФИДАРОВА Л.И.  
"16" *сентября* 2020г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА им. Д.Мамсурова с. СРЕДНИЙ УРУХ"

## Программа «Школа - за здоровый образ жизни»



### **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;
- 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;

### **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;

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

**Разнообразие методов и средств физического воспитания.**

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

#### **Ожидаемый результат:**

- - 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;

#### **Участники программы:**

учащиеся, ученическое самоуправление, родители, педагоги, директор школы, заместитель директора по УВР, педагог-организатор, учителя-предметники (ОБЖ, биология, физическая культура), классные руководители, медработник.

## Программа «Здоровый образ жизни»

<i>Направление деятельности</i>	<i>Задачи</i>	<i>Сроки исполнения</i>	<i>Ожидаемые результаты</i>
1) 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.	Январь-февраль	Получение картины состояния физического здоровья детей, оптимизация форм работы.
2) Спортивно-оздоровительная деятельность.	Укрепить здоровье, содействовать нормальному физическому развитию через урочную и внеурочную спортивную деятельность. Вовлечь наибольшее количество учащихся в спортивно-оздоровительную деятельность	В течение года	Приобщение учащихся к различным видам спорта. Спорт – норма жизни. Формирование отношения к здоровому образу жизни.
3) Профилактика заболеваний у учащихся. Комплексное	Выявить состояние здоровья через профилактические осмотры. Осуществлять	В течение года	Формирование физически развитой и здоровой личности.

оздоровление детей	коррекцию здоровья в условиях образовательного учреждения		
4) Здоровое питание школьников.	Улучшить питание детей в школьной столовой, т.е. использовать разнообразное меню, витаминизация, нормы, калорийность.	В течение года	Уменьшение заболеваний среди учащихся.
5) Профилактика наркомании, табакокурения, алкоголизма.	Воспитание негативного отношения к вредным привычкам. Проведение мероприятий, направленных на пропаганду ЗОЖ.	В течение года	Формирование у школьников потребности вести здоровый образ жизни.
6) Работа с педагогическим коллективом, родителями по пропаганде здорового образа жизни в семье.	Формировать у школьников и их родителей потребности вести здоровый образ жизни.	В течение года	Обеспечение плодотворного и полноценного сотрудничества с родителями в учебно-воспитательном процессе. Создание единого воспитательного пространства «родители - дети - учителя».

## Направления работы по реализации программы

**«Здоровый образ жизни» в 2020 году.**

№ п/п	Содержание работы	Сроки исполнения	Ответственные
<b>1. Организационно-методическое обеспечение работы.</b>			
1.	Проведение консультации для классных руководителей по пропаганде здорового образа жизни учащихся и профилактике наркомании, токсикомании, ВИЧ-инфекции.	В течение года	Педагог-организатор
2.	Разработать рекомендации для классных руководителей по проблемам воспитания здорового образа жизни и профилактики вредных привычек.	в течение года	Консультативный психолог
3.	Провести анкетирование учащихся по проблемам наркомании, токсикомании, табакокурения, алкоголизма среди молодежи.	в течение года	Заместитель директора по УВР, педагог-организатор,
4.	Запланировать и провести мероприятия в рамках акции «За здоровый образ жизни!» по различным номинациям.	март	Заместитель директора по УВР, педагог-организатор, классные руководители
5.	Запланировать и провести месячник «Здоровый образ жизни»	апрель	Заместитель директора по УВР, педагог-организатор, классные руководители
6.	Составить совместные планы работы и поддерживать тесный контакт с заинтересованными службами района.	в течение года	Социально-психологическая служба
<b>2. Работа по профилактике наркомании, токсикомании, ВИЧ-инфекции</b>			

1.	Обновить уголок по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек	февраль	Педагог-организатор
2.	Организовать постоянно действующую выставку литературы по пропаганде здорового образа жизни.	Постоянно	Школьный библиотекарь
3.	Организовать проведение тематических линеек по ЗОЖ.	в течение года	Классные руководители
4.	Принять участие в конкурсах на данную тему	В течение года	Зам. директора по УВР, педагог-организатор, классные руководители

### **3. Работа с семьей и общественностью.**

1.	Проводить родительские собрания.	в течение года	Директор, педагог-организатор, классные руководители
2.	Проводить рейды «Подросток», «Семья».	Каникулярное время	Классные руководители

### **4. Здоровое питание школьников.**

1.	Организовать охват горячим питанием учащихся школы.	Январь- май	Директор школы
2.	Осуществлять контроль за разнообразием меню. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм.	постоянно	Медработник

### **5. Профилактика заболеваний у учащихся. Комплексное оздоровление детей.**

1.	Проведение медицинских осмотров	В течение года	Медработник
2.	Организация вакцинации против гриппа	В течение года	Медработник

	и других заболеваний		
3.	Организация на базе учебного заведения оздоровительных лагерей для учащихся ассоциации.	В каникулярное время	Директор школы
4.	Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм кабинетов.	В течение года	Директор школы, медсестра

### 6. Спортивно-оздоровительная деятельность.

1.	Организовать проведение зарядки, физминуток, подвижных игр	В течение года	Учителя, дежурные
2.	Вовлекать учащихся в спортивные кружки, секции, клубы.	В течение года	Классные руководители
3.	Проводить Дни здоровья, спортивные соревнования.	В течение года	Учитель физкультуры
4.	Вести пропаганду здорового образа жизни среди участников образовательного процесса.	Весь период.	Учитель физкультуры, педагог-организатор, классные руководители.

