Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Кулижниковская средняя общеобразовательная школа

«Рассмотрено»
На заседании
совета старшеклассников
МКОУ Кулижниковская СОШ

Протокол №1 от 26.08.2021г

«Утверждаю»
Директор
МКОУ Кулижниковская СОШ
Троцкая Н.В.
Приказ № 58а-О от 31.08.2021 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 601121E892E66C1BF1D1398CD48B040647DCE980
Владелец: ТРОЦКАЯ НАТАЛЬЯ ВЛАДИМИРОВНА
Действителен: с 11.03.2021 до 11.06.2022

Программа физкультурно- оздоровительной и спортивно- массовой работы «Школа- территория здоровья».

Пояснительная записка.

Здоровье – ни с чем не сравнимая ценность. Каждому человеку присуще желание быть сильным и здоровым. Ученые считают, что если принять условно уровень здоровья за 100%, то на 20% он зависит от наследственных факторов, 20% - от действия окружающей среды, 10% - от деятельности системы здравоохранения, а остальные 50% - зависят от самого человека, от того образа жизни, который он ведет. Нормой каждого должен стать ЗОЖ и санитарная культура. ЗОЖ принципиально не совместим с вредными привычками. Здоровье подрастающего поколения и разработка эффективных мер, направленных на его укрепление, в настоящее время – важнейшая социальная задача.
Изучение состояния здоровья различных контингентов детей не выявило положительной динамики за последние пять лет. Напротив, прослеживается увеличение численности детей с хроническими заболеваниями и функциональными отклонениями, нарушений зрения. Данные о здоровье учащихся нашей школы тоже не радуют. Школа должна взять на себя первостепенную роль формирования ЗОЖ, в сохранении им укреплении здоровья учащихся.

Основная цель программы: формирование у учащихся ценностного отношения к своему здоровью, навыков культуры здорового образа жизни, приобщении к занятиям физической культурой и спортом.
Задачи:
Сформировать у учащихся ценностные установки жизненных приоритетов на здоровый образ жизни;
Вооружить учащихся:
- санитарно- гигиеническими знаниями, воспитать убежденность школьников в выполнение требований и правил гигиенического поведения в труде и быту;
- знаниями о пагубном влиянии на организм вредных привычек, нацелить на искоренение вредных привычек;
Развить задатки и склонности к различным видам спорта;
Формирование и совершенствование двигательных навыков;
Укрепление здоровья учащихся, закаливание организма, содействие физическому развитию школьников, а также профилактика наиболее распространенных заболеваний.

Исходя из цели и задачей, необходимо разработать систему, включающую следующие **направления по формированию ЗОЖ:**

- Организация учебного процесса в соответствии с требованиями СанПиН.
- Работа пед коллектива по социальной адаптации учащихся и сохранению их психологического здоровья.
- Внеклассная работа по ЗОЖ классных руководителей и педагога-организатора.
- Медицинское обслуживание учащихся медработником.
- Организация питания.
-Сотрудничество с заинтересованными учреждениями и организациями.

Реализация работы данных направлений осуществляется с учетом мнений и запросов всех участников учебно-воспитательного процесса, а также результатов мониторинга здоровья.

Основные принципы

♦Демократичность (свобода выбора учащимися внеучебных занятий, планирование работы совместно с учащимися, с педагогами.);

♦Равенство (нет дискриминации, оскорблений друг друга, боязни неудач);

♦Участие (вовлечение всех участников проекта во все стадии планирования, реализации и оценки своих действий);

♦Целостность (проект направлен на укрепление физического, умственного и социального здоровья);

♦Интеграция (сотрудничество с другими школьными клубами);

♦Системность (физическое развитие происходит не хаотично, а но определенной системе).

Информационное обеспечение деятельности педколлектива по формированию ЗОЖ включает в себя:

- работу школьной газеты;
- страницу ЗОЖ на сайте школы;
- выпуск учащимися и родителями стенных газеты, посвященных различным темам ЗОЖ.
- стенды, расположенные в коридорах и в кабинетах школы.

Условия реализации Программы:

В реализации программы должны принять участие все члены педагогического коллектива в неразрывной связи с семьёй, воспитательными учреждениями, общественностью
Заинтересованность детей в деятельности ФСК «Факел»;
Наличие материальной базы
Опора на положительные потребности и интересы;
Создание атмосферы доброжелательного взаимопонимания и душевного комфорта;
Активизация учащихся через работу ДО спортивного направления
.

Критерии, по которым определяется эффективность работы

Педагоги:

- сформированность позитивного отношения к ЗОЖ;
- развитие произвольных и непроизвольных привычек ЗОЖ;
- повышение профессиональной компетенции, овладение активными методами обучения и воспитания ЗОЖ..

Учащиеся:

- знания о строении собственного тела, основные элементы личной гигиены, признаки здоровья, правила заботы о своём здоровье, безопасного поведения дома и на улице;
- сформированность элементарных привычек ЗОЖ;
- пробуждение желания следовать ЗОЖ.

Родители:
- усвоение знаний о ЗОЖ;
- формирование чувства ответственности за своё здоровье и здоровье членов семьи.

Ожидаемые результаты.

1 Формирование отношения обучающихся и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.
2 Введение оптимального режима труда и отдыха детей.
3 Повышение уровня физического, а отсюда психического и социального здоровья детей.

Содержание программы.

Работа с учащимися

Месяц	Физкультурно-оздоровительная работа	Культурно –просветительная, профилактическая работа	Обще – гигиеническая работа
Сентябрь	Организация работы секций (учитель физкультуры; зам. директора по воспита-тельной работе) Физкультурно – массовые мероприятия «Все на старт» (учит. физ. культ., кл. рук.); День здоровья, День бегуна	Выпуск санбюллетеней (мед. сестра); - беседы «Здоровый образ жизни»; - Обновление стендов в школьной столовой «Питание и здоровье»; - Организация занятий по интересам с учащимися начальной школы и курсов по выбору с учащимися 5 – 8 классов «Здоровый образ жизни» (тематика определена по классам); - Спецвыпуск общешкольной газеты по проблемам ЗОЖа; - Организация выставки в библиотеке «Проблемы ЗОЖа» (постоянно в течение года); - Работа по программе «Безопасное и ответственное поведение»;	- Медосмотр учащихся, его анализ, списки для лечебной физкультуры. - Составление паспортов здоровья. - Работа санитарной комиссии Ученического совета (санитарное состояние кабинетов). - Проведение физкульт- минуток и подвижных перемен (постоянно). - Организация питания учащихся.
Октябрь	- День здоровья. Осенний кросс - Спецвыпуск радиогазеты «Вредные привычки – это опасно!» - Баскетбол (9-11 кл.). - Пионербол (6-8 кл.).	- Выпуск санбюллетеней о вреде курения. - Выставка рисунков « Мы за здоровый образ жизни!»; - Агитбригада «Бросай курить»; -Беседы «Питание и здоровье»;	- Работа санитарной комиссии ученического совета (внешний вид учащихся). - Беседы по гигиене (мед. сестра).

Ноябрь	- День здоровья. - Участие в районных соревнованиях по баскетболу. - День гимнаста. - Спортивные игры, соревнования (суббота, в течение года).	-Декада «Здоровый образ жизни. СПИД – чума XXI века» (по особому плану). - Анкетирование «Моё отношение к моему здоровью». -Анкетирование и тестирование учащихся (предварительное и по итогам работы). - Участие в районном конкурсе «Лучший спортивный класс (I полугодие); - КВН «В здоровом теле – здоровый дух" (8 – 11 классы); Агитбригада «За здоровый образ жизни» (5 – 7 классы); - Спортивный праздник "Папа, мама, я – спортивная семья" (начальная школа); - Беседы по прблемам ЗОЖа.	- Работа санитарной комиссии ученического совета. - Беседы по гигиене (мед. сестра). - Постоянные осмотры учащихся школы медицинскими работниками (в течение года).
Декабрь	- День здоровья Общешкольная спортландия; -Общешкольный конкурс "Лучший школьный класс"; Товарищеские встречи с учащимися других школ(в течение года).	- Просмотр видеопрограмм ЗОЖ. - Выставка рисунков и плакатов по проблемам ЗОЖ.; - Агитбригада «Пьянству – бой»; - Встречи с врачами (в течение года).	- Работа санитарной комиссии ученического совета.
Январь	- День здоровья. - Неделя зимних видов спорта. - Участие в районных соревнованиях по подвижным играм. - «Строим сказочную крепость».	- Игра «Счастливый случай» по проблемам ЗОЖа (клуб интеллектуалов)	
Февраль	- Декада оборонно-патриотической и спортивной работы (по особому плану). - День здоровья - Соревнования по подтягиванию (10-11 кл.); Баскетбол (9-11 кл.); Спортландия (5-8 кл.). - Лыжный кросс; - Товарищеская встреча с школами	- Вечер для старшеклассников «Есть такая профессия – Родину защищать» (9-11 кл.). - Агитбригада БРПО и БРСМ «Наркотики – суррогат счастья, источник бед»; - Конкурс классных газет и творческих работ «Мы и наше здоровье».	- Работа санитарной комиссии ученического совета.
Март	- День здоровья. - Соревнования по настольному теннису.	- Спецвыпуск общешкольной тиражной газеты «Проблемы ЗОЖа».	

Апрель	- Весенний кросс. - День здоровья. - Четырёхборье.	- Неделя «Экология и мы»» -Игра – викторина «Аукцион экологических тайн» (5- 6 классов); - Выставка бюллетеней «Природа и мы»; - Агитбригада БРПО и БРСМ «Зачем планету губит СПИД?»; -Ток-шоу «Экологические проблемы современности» (9 – 11 классов); - Ролевая игра «Не забывайте, люди, о земле» (7 – 8 кл.); - «Почувствовать гармонию природы» (уроки- игры, начальная школа).	
Май	- Общешкольный туристический слёт. Классные туристические походы. - Месячник оборонно-патриотической работы. - День здоровья. - Соревнования по лёгкой атлетике.	- День борьбы с курением. - Общешкольная игра «Зарница»; - Брейн – ринг «Курить - здоровью вредить».	
Июнь	- Поход выходного дня (классные походы совместно с родителями).	- Организационные работы летней оздоровительной площадки для учащихся начальной школы.	- Сбор лекарственных трав.

Работа с родителями

№№ п/п	Мероприятия	Месяц
1.	Классные родительские собрания «Психо- физиологические особенности учащихся определённого возраста. Советы школьного врача».	Сентябрь
2.	Составление актов обследования неблагополучных семей.	Сентябрь
3.	Родительское собрание в 5-ых классах «Условия и успешность перехода в среднюю школу. Особенности учащихся данного возраста».	Сентябрь
4.	Конференция для родителей подготовительного класса «Ваш малыш – школьник. Режим дня первоклассника»	Октябрь
5.	Общешкольное родительское собрание «Физическое здоровье ребенка – залог успешности учебной деятельности ».	Октябрь
7.	Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья» (для учащихся начальной	Ноябрь

	школы)	
9.	Круглый стол для проблемных семей «Наши общие проблемы».	Декабрь
10.	Анкетирование родителей по вопросам ЗОЖа	1 полугодие
12.	Классные родительские собрания «Итоги работы. На повестке дня – свободное время школьников. Оздоровление детей».	Май
13.	Классные туристические походы совместно с родителями (поход выходного дня).	Июнь

Работа классных руководителей

№№ п/п	Мероприятия	Месяц
1.	Заседание МО классных руководителей «Планирование работы на учебный год. Задачи воспитательной работы».	Сентябрь
2.	Составление паспортов здоровья классных коллективов и школы.	Сентябрь
3.	Организация и планирование занятий по интересам с учащимися начальной школы и курсов по выбору для учащихся 5 – 8 классов	Сентябрь
4.	Классные родительские собрания “Летний отдых учащихся. Оздоровление детей”	Май
5.	Организация питания учащихся.	В течение года
6.	Проведение физкультминуток и подвижных перемен.	В течение года
7.	Участие в проведении «Дней здоровья».	В течение года
8.	Работа по укреплению здоровья учащихся и формированию ЗОЖ.	В течение года
9.	Работа с родителями по вопросам укрепления здоровья учащихся и проблемам ЗОЖ.	В течение года
10.	МО классных руководителей: 1.Использование программы «Безопасное и ответственное поведение» в работе с классными коллективами. 2.Работа с родителями по проблемам ЗОЖа. 3.Педагогическая диагностика в работе классного руководителя с учащимися и семьей (проблемы ЗОЖа) 4.Формы работы с учащимися по проблемам ЗОЖа.	В течение года