

«ПРИНЯТО»  
на заседании педагогического совета  
протокол № 1 от 10.09 2012 г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор ГБОУ СОШ №8  
Киселев А.В.



# ПРОГРАММА

## ГБОУ СОШ № 8

*Приобщение школьников и взрослых к  
физической культуре и спортивно-  
оздоровительной деятельности*

## 1. Введение.

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние здоровья ухудшается. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили *Приобщение школьников и взрослых к физической культуре и спортивно-оздоровительной деятельности*

**2. Цель программы:** создание в школе системы работы для создания организационно - педагогических, материально-технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих показатели состояния здоровья участников образовательного процесса

## 3. Задачи программы:

- усиление контроля за медицинским обслуживанием участников образовательного процесса;
- создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- развитие организационного дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- обеспечение системы полноценного питания в школе;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

## 4. Функции различных категорий работников школы

### 1. Функции медицинской службы школы:

- проведение диспансеризации учащихся школы;
- медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы.

### 2. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация и контроль уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся;
- организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- ведение соцаспорга школы;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;

### 3. Функции классного руководителя:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;

- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических работы с родителями;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- проведение исследования уровня психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

### **3. Функции учителя физической культуры**

- оценка физической подготовленности обучающихся (быстрота, сила, выносливость, сила);
- организация спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- подготовка школьных команд для участия в городских соревнованиях и мероприятиях спортивной направленности различного уровня.

### **4. Сроки и этапы реализации программы:**

I этап - 2011 – 2012 гг.

II этап - 2012 – 2015 гг.

III этап - 2015 – 2016 гг.

#### **1 этап – подготовительный (1 год):**

- анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

#### **2 этап – апробационный (3 года):**

- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- выполнение оздоровительных мероприятий.

#### **3 этап - контрольно-обобщающий (1 год):**

- сбор и анализ результатов выполнения программы;
- коррекции деятельности.

### **5. Ожидаемые конечные результаты программы:**

- повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;
- рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников.
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- повышение уровня самостоятельности и активности школьников;

- повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья.

## **6. Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:**

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);
- культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их);

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

## **7. Методы контроля над реализацией программы:**

- проведение заседаний Методического объединения классных руководителей;
- взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОТ;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе.
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

## **8. Основные направления деятельности программы:**

**Медицинское** направление предполагает:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- планомерную организацию питания учащихся;
- обязательное медицинское обследование.

**Просветительское** направление предполагает:

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;

- пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки).

#### **Психолого-педагогическое направление предполагает:**

- организацию психологического сопровождения учебно-воспитательного процесса на основе взаимодействия с психологическими службами города;
- проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются:

-показатели по различным направлениям (адаптация 1, 5 классов; влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; изучение мотивации к обучению двигательной деятельности, здоровому образу жизни; определение уровня психологического комфорта и др.)

-общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;

-текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);

-внешкольная занятость дополнительными занятиями.

#### **Спортивно-оздоровительное направление предполагает:**

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнеров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

### **9.Реализация основных направлений программы:**

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Проведение физкультминуток, динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
3. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
4. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
5. Проведение Дней здоровья.
6. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
7. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
8. Обеспечение учащихся горячим питанием в столовой.
9. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
10. Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне её.
11. Проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
12. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
13. Проведение регулярных медицинских осмотров.
14. Организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.



«УТВЕРЖДАЮ»

И.о. директора ГБОУ СОШ №8  
Гаршина Е.Ф.

План деятельности по реализации программы *Приобщение школьников и взрослых к физической культуре и спортивно-оздоровительной деятельности* 2015/2016 учебный год

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
<b>1.</b>	<b>Медицинское направление.</b>			
1.1.	Организация совместной работы с МБУЗ ЦГБ			договор о сотрудничестве
1.2.	Медико-педагогическая экспертиза: -выявление учащихся специальной медицинской группы; -ведение строгого учета детей по группам здоровья;  - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе;	врач школы  врач школы заместитель директора по ВР	в течение года  май	медицинские карты, листы здоровья в классных журналах  ежегодная справка
1.3.	Проведение медицинского осмотра учащихся, определение уровня физического здоровья.	врач школы	в течение года	план медосмотров
1.4.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	врач школы	в течение года	план прививок
1.5.	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах.	врач школы	сентябрь	классные журналы
1.6.	Анализ случаев травматизма в школе.	врач школы, заместитель директора по ВР	в течение года	материалы отчетов
1.7.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	врач школы  заместитель директора по ВР	в течение года	ведение карты заболеваемости
1.8.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	врач школы директор школы	ежедневно в течение года	договор о сотрудничестве с КШП
1.9.	Контроль соответствия кабинетов гигиеническим требованиям: проветривание; уборка; освещение; • отопление	учителя	ежедневно в течение года	график уборки помещений, отслеживание температурного режима
1.10.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	диспетчер	сентябрь	согласование расписания, графика работы школы
<b>2.</b>	<b>Просветительское направление</b>			
2.1.	Внедрение ежегодного родительского лектория по здоровому образу жизни.	заместитель директора	в течение года	тематика лектория
2.2.	Обеспечение повышения квалификации учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы

2.3.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.4.	Подготовка и проведение педагогического семинара по теме «Здоровьесберегающая профессиональная позиция педагога»	заместители директора	ноябрь	протокол педсовета
2.5.	Проведение заседания МО классных руководителей «Реализация школьной программы по здоровьесбережению»	заместитель директора по ВР	апрель	протокол заседания МО кл. рук.
2.6.	Организация просветительской работы с учащимися (тематические кл часы и др.виды работ)	классные руководители	в течение года	план работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями по профилактике вредных привычек День профилактики	заместитель директора по ВР	в течение года октябрь	согласование совместных планов работ
2.8.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки	учителя-предметники	в течение года	внедрение модулей олимп. тематики
<b>3.</b>	<b>Психолого-педагогическое направление.</b>			
3.1.	Организация психологического сопровождения учебно-воспитательного процесса.	заместитель директора по ВР	в течение года	заклучение договоров ц. «Семья» каб. «Компас»
3.2.	Мониторинг состояния здоровья детей  Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей -опрос Режим дня(составление временной шкалы) - анкетирование для самооценки школьниками факторов риска ухудшения здоровья - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей;  - адаптация учащихся к различным формам обучения: 1. 1 класс «Дерево-позиция ребенка» методика Д. Лампенов 2. 2-4 класс «Изучение мотивации обучения у младших школьников» опросник М.Р. Гинзбурга 3. 9,11 класс «Готовность подростков к выбору профессии» опросник В.Б. Успенского - оценка физической подготовленности выпускных классов	заместитель директора по ВР  учитель физкультуры  школьный врач  классные руководители	в течение года  октябрь декабрь  февраль  ноябрь  январь  апрель  май	диагностические исследования          справки по результатам опросов
3.3.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	учителя-предметники заместитель директора по ВР	в течение года	справки по итогам посещения уроков
<b>4.</b>	<b>Спортивно-оздоровительное направление.</b>			
4.1.	Организацию спортивных мероприятий в школе, участие в городских соревнованиях.	учитель физической культуры	в течение года	план работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	заместитель директора	ежегодно	план работы кружков и секций
4.3.	Привлечение родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	заместитель директора	ежегодно	план работы