***Областное государственное казённое общеобразовательное* *учреждение «Пучежская коррекционная школа-интернат»***

***155360, г. Пучеж Ивановской области, ул. Ленина, д. ЗЗ тел.8(49345)214-92,210-08 факс:214-92***

***E-mail:*** *internatpuch@yandex.ru*

РАССМОТРЕНО ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ

Методическим педагогическим советом Директор школы

объединением педагогов школы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.В.

протокол № 9 протокол № 1 Левщанова

от 13 мая 2020 от 27 августа 2020 г Приказ № 36-к

 от 28 августа 2020 г

ПРОГРАММА

«Здоровье»

(срок реализации 5 лет)

АВТОР:

учитель физической культуры

 Кузнецова Н.В.

 г. Пучеж 2020 год.

 **ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ**

1. НАЗВАНИЕ ПРОГРАММЫ: «Здоровье»

2. ГЕОГРАФИЯ ПРОГРАММЫ: г. Пучеж, Ивановской области

3. АВТОР ПРОГРАММЫ: учитель физической культуры

 Кузнецова Н.В.

4. РУКОВОДИТЕЛЬ ПРОГРАММЫ: директор ОГКОУ «Пучежская школа-интернат» Левщанова И.В.

5. КАДРЫ: педагогический коллектив школы, персонал ЦРБ

6. АДРЕС ОРГАНИЗАЦИИ: г. Пучеж, ул. Ленина, д.33

7. ТЕЛЕФОН: (245) 2-14-92, 2-10-05

8. E-mail: ***internatpuch@yandex.ru***

9. КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ: Формирование осознанного отношения школьников к своему здоровью, к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха

10. МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ: г. Пучеж,

ОГКОУ «Пучежская школа-интернат»

**1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА АКТУАЛЬНОСТЬ**

Проблема воспитания здорового образа жизни и культуры здоровья будет существовать на протяжении развития общества. Правильное воспитание позволит в дальнейшем предотвратить многие проблемы человечества, связанные со здоровьем. Именно в школьном возрасте ребенок получает основы систематических знаний; здесь формируются и развиваются особенности его характера, воли, нравственного облика. Поэтому воспитание здорового подрастающего поколения является органичной частью системы воспитания и образования детей и служит целям всестороннего развития личности и духовных, физических сил школьников, их подготовки к жизни, труду и защите Родины.

Установлено, что здоровье зависит от следующих факторов: «50% - образа жизни, 20% - наследственности, 20% - экологической обстановки, 10% - здравоохранения».1

Недостаточность воспитания, влекущая за собой бескультурье, приобщение молодежи к алкоголю, наркомании, курению, полное безразличие к жизни; - многочасовое сидение у телевизоров, работа с компьютером и как следствие этого ухудшение состояния человека - проблемы остро стоящие сегодня перед обществом.

К сожалению, вышеизложенные факты, несомненно, отражаются и на уровне здоровья учащихся нашей школы. Анализ, проведенный педагогическим коллективом в 2017-2018 году, показал, что загрузка памяти ученика обширной информацией отодвинула на задний план формирование у него здорового образа жизни *.* Образовательный процесс до сих пор направлен на развитие интеллектуальных способностей ребят, в ущерб формированию умений и навыков, необходимых для принятия решений по поводу личного здоровья, сохранения и улучшения безопасной, здоровой среды обитания. Учащиеся имеют относительно низкий уровень знаний о здоровом образе жизни (от 9,5% до 41,7%) *(см. приложение №1)* Большинство детей неадекватно оценивают свое здоровье, слабо разбираются в вопросах здорового образа жизни и, как следствие этого, недостаточно заботятся о собственном здоровье *(см. приложение№2)*. Отягощенность заболеваниями сказывается на уровне работоспособности учащихся в течение учебного дня и года в целом (головные боли, тошнота, боли в области сердца, вялость, рассеянность, высокая *утомляемость) (см. приложение №3)*

Снижается количество учащихся участвующих в спортивно-оздоровительных мероприятиях, занимающихся в спортивных объединениях *(см. приложение №4),* ежегодно увеличивается количество детей имеющих вредные привычки.

Осознание этого и убедило нас в необходимости изменения вектора воспитательного поля в сторону здоровья наших учеников. Считаем, что задача школы сегодня показать ребенку важность сохранения и укрепления здоровья, убедить его что «Путь к здоровью» - это его здоровый образ жизни».

Результатом совместных усилий в этом направлении и стала разработка программы «Здоровье», которая позволит создать благоприятные условия для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха, продемонстрировать детям преимущества здорового образа жизни, расширить их кругозор в области физической культуры, спорта, краеведения и туризма.

**2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

В соответствии с замыслом ***основными целями программы*** стали:

• Формирование осознанного отношения школьников к своему физическому и психическому здоровью;

• Формирование у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха

• Формирование важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации

Исходя из конкретных условий школы и в соответствии с поставленной целью, можно определить ***следующие задачи и направления деятельности педагогического коллектива:***

• Создать условия для сохранения физического, психического здоровья учащихся.

• Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры, спорта, краеведения и туризма.

• Воспитать негативное отношение к вредным привычкам

• Сформировать спортивно-оздоровительную систему: увеличить количество неурочных объединений спортивной направленности, организовать проведение спортивных мероприятий и праздников

• Повышение квалификации педагогов в вопросах развития и охраны здоровья ребенка

• Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей

**3. СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ,**

**И ЭТАПЫ ЕЕ РЕАЛИЗАЦИИ.**

**Срок реализации программы:** сентябрь 2020 года - сентябрь 2025 года

**Этапы реализации программы:**

**1. подготовительный (август 2020 - декабрь 2020г.г.)**

На данном этапе прошла подготовка школьного сообщества к деятельности по данной программе, создание творческих групп.

**2. проективно-диагностический (январь 2021 - август 2021г.г.)**

Апробация диагностического материала уровня сформированности у школьников и их родителей знаний о здоровом образе жизни. Проведены игра «Школа - территория здоровья», заседание МО классных руководителей «Организация воспитательной работы школы по формированию здорового образа жизни и укреплению здоровья учащихся», заседание МО предметников «Здоровьесберегающие технологии». Организована работа психолого-педагогического консилиума для родителей. Обновлена нормативно-правовая база.

**3. практический (сентябрь 2020 - август 2024 г.г.)**

Проведена апробация и отработка годового цикла дел (минутки здоровья, классные часы, общешкольные мероприятия, педагогический лекторий для родителей); ведется формирование информационно-методического фонда, разработок учителей и воспитателей, отслеживание результативности воспитательной системы.

Корректирование программы.

На данном этапе педагогический коллектив выступает как единое целое, как содружество детей и взрослых, объединенных общей целью, общей деятельностью, отношениями творческого содружества.

**4. обобщающий (сентябрь 2024 - август 2025 г.г.)**

Обобщение опыта работы. Создание банка здоровьесберегающих технологий, материалов по формированию здорового образа. Проектирование перспектив, путей и способов дальнейшего развития школы.

**УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ**

• Учащиеся 1-11 классов

• Классные руководители

• Учителя ОБЖ, физкультуры, психологии

• Медицинский работник школы

• Врачи специалисты центральной районной больницы

• Родители

**4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**Материально-технические условия:**

В нашей школе для обучения детей имеются: 10 учебных классов, 6 из которых оснащены современной мультимедийной техникой, спортивный зал, тренажерный, теннисный, танцевальный зал, столярные, швейные, обувная, штукатурно - малярная мастерские, кабинет сельхозтруда, зал ритмики, кабинет безопасности, кабинет психолога, логопеда, соц.педагога, дефектолога, красивые спальные комнаты, игровые, музей театра моды, музей Славы, комната релаксации «Зимний сад», кабинет ручного труда, столовая, библиотека, медицинский кабинет. На территории школы имеется асфальтированная площадка для игр, оборудованная качелями, имеется школьная спортивная площадка (футбольное поле, турники, площадка для волейбола, устроено место для прыжков в длину, беговая дорожка). за городом учебно-опытный участок в 1 га. Создана локальная сеть, педагоги и обучающиеся имеют возможность пользоваться Интернет-ресурсами.

Школа-интернат имеет для организации и проведения образовательного процесса 2 здания, в том числе общежитие мощностью 150 мест.

Состояние материально- технической базы и оснащенности образовательного процесса - удовлетворительное. Здания и объекты организации частично оборудованы техническими средствами безбарьерной среды для передвижения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

 В настоящее время школа отвечает техническим, санитарным и противопожарным требованиям.

**Кадровые ресурсы**

Школа укомплектована кадрами полностью. В настоящее время учебно-воспитательный процесс осуществляется 18 учителями, 8 воспитателями, 9 классными руководителями, 1 учителем – логопедом, 1 учителем - дефектологом, 1 социальным педагогом, 1 педагогом-психологом. Важным направлением совместной работы администрации и педагогов школы-интерната является постоянное совершенствование ими своего педагогического мастерства через курсовую систему повышения квалификации. Все педагоги планово проходят курсы повышения квалификации при ОГАУ ДПО «Институт развития образования Ивановской области» и курсы профпереподготовки, что необходимо им для аттестации на соответствующую квалификационную категорию.

Все педагоги школы обладают высокой профессиональной квалификацией и добросовестно относятся к выполнению своих должностных обязанностей. Для реализации данной программы необходимо взаимодействие классных руководителей, врачей-специалистов центральной районной больницы, психолога, учителей ОБЖ и физической культуры.

**Организационно-управленческие условия**

Разработаны локальные акты, регламентирующие деятельность педагогического коллектива в рамках данной программы.

Внешние условия

Школа сотрудничает с клубом юных моряков, центром детского творчества, центром спортивно-оздоровительной работы, центральной районной больницей, отделом по делам культуры и спорта при администрации района, музеем, центральной районной библиотекой, социальными службами *(см. приложение)*.

Привлечение социальноориентированных некоммерческих организаций, в том числе волонтерских движений, осуществляющих свою деятельность на территории Ивановской области к работе по популяризации здорового образа жизни на территории Ивановской области

**Методические условия**

Методическая работа школы, связанная с воспитательным процессом по данной программе осуществляется по следующим направлениям:

• Информационно-методическое (семинары, педсоветы, конференции, «круглые столы»)

• Практико-ориентированное (открытые уроки и мероприятия, работа с молодыми кадрами, изучение и обобщение педагогического опыта)

• Научно-методическое (знакомство педагогов с нормативными документами, методическими рекомендациями, создание методического банка)

• Личностно-ориентированное (регулирование межличностных отношений, психо-коррекционная работа)

Основные формы работы:

• Индивидуальная (с молодыми кадрами, систематизация и обобщение опыта, самообразование педагогов);

• Массовая (тренинги, практикумы, семинары, деловые игры)

• Групповая (оказание методической помощи МО классных руководителей, руководителям творческих групп, школьному парламенту)

**5. Психологическое обеспечение программы.**

Психологическое обеспечение программы включает в себя следующие компоненты:

• Создание комфортной, доброжелательной атмосферы;

• Проведение психологического тестирования;

• Побуждение учащихся к практической и творческой деятельности;

• Применение индивидуальных групповых и массовых форм обучения;

• Разработка и подбор диагностических материалов

**Управленческий аспект**

Этот структурный элемент программы составляет основу управленческой деятельности, эффективность которой напрямую связана с умением планировать, организовывать, диагностировать процесс и принимать верные управленческие решения.

Исходя из этого определяем *основные функции управления:*



*Анализ* осуществляется на всех уровнях воспитательной системы: в классных коллективах, на заседаниях школьного совета, педагогического совета, родительского комитета; проводится вертикальный уровень анализа, т.е. анализ по каждому направлению деятельности в отдельности (отв. заместитель директора по учебно-воспитательной работе, директор школы).

*Планирование-* определено в рамках данной программы (отв. заместитель директора по учебно-воспитательной работе)

*Организация* - организация деятельности в рамках программы регламентируется МО классных руководителей, заседанием школьного совета (отв. заместитель директора по учебно-воспитательной работе)

*Контроль -* получение информации о протекании всех процессов во время деятельности. Основные методы контроля - наблюдение, анкетирование, беседа, изучение документации, работ учащихся (отв. заместитель директора по учебно- воспитательной работе, заместитель директора по воспитательной работе, директор школы).

*Регулирование и коррекция* - внесение изменений в функционирование системы. Инициатива изменения может принадлежать как детям, так и взрослым.

**6. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**ПРИНЦИПЫ** **ВОСПИТАНИЯ**

**Лично-ориентированный принцип** - признание каждого воспитанника полноправным участником учебно- воспитательного процесса, саморазвивающимся при ненавязчивом педагогическом воздействии, построенном на глубоком знании педагогов каждого воспитанника, его семью, жизни в школе и вне ее.

**Деятельностный принцип** - предполагает, что личность формируется не в вакууме, а в жизненных ситуациях, этической системе, человеческих взаимоотношений, которая возникает в совместной деятельности всех субъектов воспитательной системы.

**Принцип сотрудничества** - взаимодействия, сотрудничая друг с другом, дети и взрослые взаимно обогащаются, учатся социальной активности, самодисциплине и терпимости, т.е. тем качествам, которых требует от них демократическое общество.

**Принцип гуманизации** - отход от безличности учебно- воспитательного процесса, поворот школы к ребенку, уважение его личности, достоинства, доверие к нему, принятие его личностных целей, запросов, интересов, создание максимально благоприятных условий для раскрытия и развития дарований и способностей ребенка.

**Принцип природосообразности** - учет половозрастных особенностей учащихся. Отбор содержания, форм и методов воспитания в соответствии с индивидуальными особенностями учащихся.

**Принцип культуросообразности** - опора в воспитании на национальные традиции, на национальное своеобразие

**Принцип открытости** - участие в процессе воспитания всех социальных институтов.

 7. **СТРУКТУРНАЯ МОДЕЛЬ ПРОГРАММЫ**

**Основными аспектами здорового образа жизни считаются:**

* Режим дня, пропорциональное соотношение физической и умственной нагрузки;
* Рациональное питание;
* Гармоничные отношения между людьми;
* Личная гигиена и ответственное гигиеническое поведение в сфере труда и быта;
* Негативное отношение к вредным привычкам (употребление табака, спиртного, наркотиков и т.д.)
* Физическая культура и занятия спортом



Исходя из вышеизложенного, были определены основные направления учебно-воспитательной деятельности:

**1.** «**Школа** - **территория здоровья»**

**2. *«Я* и мое здоровье»**

**3. «Я и моя жизнь»**

**4. «Я и спорт»**

 **8. НАПРАВЛЕНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**1. «Школа - территория здоровья»**

**2. « Я и мое здоровье»**

**3. «Я и моя жизнь»**

**4. *«Я* и спорт»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Направление**деятельности* | ***Задачи*** | ***Основное содержание*** | ***Формы работы*** |
| «ШКОЛА – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ» | Создать условияспособствующихукреплению исохранению здоровья;установить взаимосвязьс медицинскимучреждением по вопросам обследованияучащихся ипрофилактикизаболеваемости всех участников педагогического процесса.. | Контроль за соблюдениесанитарно-гигиеническогорежима в школе; обеспечениебезопасности деятельностиучащихся.Рациональное расписаниеИспользование перемен для расширения двигательнойактивности.Организация горячегопитания. Молочное питание.Изучение состояния здоровьяучащихся.Улучшение качествамедицинского обслуживания.Летняя оздоровительнаяработа | Круглый стол,Заседания МОкл.рук,учителейпредметников;медицинскиеосмотрыподвижныеперемены |
| «Я И МОЕ ЗДОРОВЬЕ» | Привить культурно-гигиенические навыки,Выработать у ребенкаосознанное отношениек своему здоровью | Популяризация преимуществздорового образа жизни,расширение кругозорашкольников в областигигиены, соблюдениясанитарно-гигиеническихнорм.Работа психологическойслужбы.Взаимодействие среабилитационным центром,клубом «Гармония» Участие в течение года в областных конкурсах, создание видеороликов по здоровому образу жизни. Проведение вебинаров для обучающихся, родителей и педагогов по формированию культуры правильного питания, физического и психического здоровьяДемонстрация роликов о первых симптомах острого коронарного синдрома.Организация и проведение дней здоровья (Всемирный день борьбы с артериальной гипертонией, Всемирный день без табака, Всемирный день сердца, Всемирный день борьбы с инсультом, Всемирный день борьбы с диабетом, Всероссийский День трезвости и борьбы с алкоголизмом) с проведением обследований, консультаций специалистов, раздачей информационных материалов, мастер-классов, работы «школ здоровья», демонстрацией видеороликов, организация выставок научномедицинской литературы | Уроки и минуткиздоровья,библиотечныйчас, деловые иролевые игры;встречи соспециалистами иинтереснымилюдьмиКонсультации,урокипсихологии,тренинги;КТД |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Направление**деятельности* | ***Задачи*** | *Основное содержание* | *Формы работы* |
| «Я И МОЯ ЖИЗНЬ» | Формировать адекватные представления о последствиях вредных привычек; осознание ответственности и личнойзаинтересованности каждого за свой выбор | Активная широкая пропаганда здорового образа жизни; просветительская работа | КТД, конкурсы, экскурсии, тренинги, соревнования |
| «Я И СПОРТ» | Привлечь максимально возможное количество детей и учителей к занятиям физической культурой; обучить методам и приемам организации активного отдыха | Взаимодействие с учителями физкультуры, ОБЖ, тренерами детской спортивной школой, клуба юных моряков по пропаганде здорового образа жизни и физическому развитию учащихся. Увеличение недельной нагрузки занятиями физической культуры. Увеличение количества внеурочных объединений спортивной направленности. Организация и проведение спортивных мероприятий и праздников, привлечение детей к занятиям спортом.Клуб выходного дня «Грация» для учеников и работников школы.Проведение физкультурных и комплексных физкультурных мероприятий для всех участников педагогического процесса. | Урокифизкультуры,соревнования,конкурсы,спартакиады |

**9. МЕРОПРИЯТИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА** **РЕАЛИЗАЦИЮ ПРОГРАММЫ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Название мероприятия** | **Место проведения** | **Сроки проведения** | **Целевая аудитория** | **Ответственные** |
|   **Школа - территория здоровья**  | 1. | Утверждение плана мероприятий по предупреждению школьного травматизма | ОО | сентябрь | 1-11  | Зам.директора по УВРСт.воспитатель |
| 1.1 | Организация питания  | ОО | сентябрь | 1-11  | Директор Шеф-повар |
| 1.2 | Оформление стендов в столовой | ОО | сентябрь | 1-11  | Шеф-повар |
| 1.3 | Тренировочные эвакуации | ОО | По графику | 1-11  | Педагоги, Отв.по охране труда,Директор Зам.директора по УВР, Ст.воспитатель |
| 1.4 | Информация для родителей по организации школьного горячего питания | Актовый зал | декабрь | Родители | ДиректорШеф-повар |
| 1.5 | Организация группы контроля по школьному питанию | ОО | По плану | Педагоги,родители | Директор Шеф-повар |
| 1.6 | Запись учащихся в спортивные секции  | спортзал | До 15.09 | 1-11  | Классные руководителиВоспитатели |
| 2 | Спортивные мероприятия  |
| **Я - и спорт!** | **2.1** | Участие во Всероссийском дне бега «Кросс нации» | Городская площадь | сентябрь | 1-11  | Учитель физкультурыКлассные руководителиВоспитателиРодители (законные представители |
| **2.2** | Спортивный праздник, посвящённый началу учебного года.  | ОО | сентябрь | 1 – 11  | Учитель физкультурыКлассные руководителиВоспитатели |
|  Осенние забеги «Золотая осень»  | 1- 11  |
| **2.3** | Спортивный праздник «Зов джунглей»  | октябрь | 1-4  |
| Легкоатлетическое троеборье  | 5-11  |
|  День здоровья «О спорт - ты мир!»  | 1 – 11  |
| **Я - и спорт!** | **2.4** |  Гимнастическое троеборье  | ноябрь | 5-11 |
| «Папа, мама. Я – спортивная семья»  | 1-5  |
|  Шашечный турнир  | 1-11  |
| **2.5** |  День здоровья. «Спортляндия» | декабрь | 1-11  | Учитель физкультуры |
|  «Зимние забавы»  |  1-4  |
|  Лучший прыгун школы  | 5-11  |
| Первенство школы по гимнастике  | январь | 1-11  |
| Пионербол  | 7-8 . |
| Волейбол  | 9-11  |
| **2.6** | Первенство школы по лыжным гонкам.  | февраль | 1-11  |
| **2.7** |  Баскетбол  | март | 8-11  |
| **2.8** | День здоровья  | апрель | 1-11  |
| Настольный теннис  | 7-11  |
| Весёлые старты  | 1 - 6  |
| **2.9** | Соревнования по лёгкой атлетике  | май | 5-11 |
|  Праздник посвящённый окончанию учебного года.  | 1-11  |
| Туристический поход  | 7-11  |
| 3 | Ситуационные классные часы по здоровому питанию |
| **Я - и моя жизнь!** | **3.1** | Презентация. Урок здоровья «Правильное питание» | ОО | сентябрь | 5-6  | Кл. руководители,воспитатели. |
| Классный час: «Витамины. Для чего они нужны?»  | октябрь  |
| **3.2** | Обновление информационной базы о состоянии здоровья обучающихся  | октябрь Ноябрь (по плану отдела образования) | 1-11  | Медсестра, врач. |
| **3.3** | Участие в областной профилактической акции «Здоровые дети – здоровая нация» | 1-11 | Учителя и воспитатели нач. классов |
| **3.4** | Круглый стол «Питание и здоровье» | январь | 8 -11 | Соц. педагог |
| **3.5** | Беседа «Как сохранить хорошее зрение» «Витамины»  | февраль | 1-5  | Учителя нач. классов |
| Классный час «Еда без вреда»  | март |
| **3.6** | Классные часы «Еда без вреда (пользе молочных продуктов)»  | РДКОО | апрель | 1-4  | Кл. руководитель,воспитатель |
| **3.7** | Областные спартакиады для обучающихся с ОВЗ | Спорт.комплекс «Олимпия»  | Декабрь, май | 5-11 | Учитель физкультуры |
| **3.8** | Круглый стол «Разговор о правильном питании». | ОО | май | 6-7  | Учитель СБО |
| **4** | Беседы по профилактике табакокурения, алкоголизма наркозависимости |
| **4.1** | Классный час: «Здоровый образ жизни» | ОО | сентябрь | 1-11  | Классные руководители,воспитатели |
|   **Я - и моё здоровье**  | 4.2 | Беседа о вреде курения. | 6 класс | Классные руководители,воспитатели |
| Беседа «Курить не модно» |  |  октябрь |  | Кл. руководитель,воспитатель |
| 4.3 | Конкурс рисунков «НЕТ – НАРКОТИКАМ!» Беседа: «Это страшное слово-наркомания. Что такое «наркотическая зависимость?»Беседа «Курение или здоровье» | ноябрь | 5-11 | Учителя,воспитатели нач. классов |
|  |  | 1-49-11 | Кл. руководитель,воспитатель |
| Час общения «Вредные для здоровья привычки». Встреча с врачом наркологом.  | ноябрь |
| Беседа «Алкоголизм и наркомания» |
|  |
| 4.4 | Деловая игра «Мы против наркотиков». | декабрь | 8  | Соц. педагог |
| Встреча с врачом – наркологом Беседа «Профилактика табакокурения и алкоголизма» |  | январь | 7-11  | Медсестра, кл. руководители, воспитатели. |
|  | 7-119-11 | Медсестра, кл. руководители, воспитатели.Психолог |
| Дискуссия «Влияние алкоголя на детский организм» |
| Тренинг « Умей сказать Нет!» | февраль |
| 4.5 | К/ч "Вредные привычки и полезные советы". | март | 1-4 | Кл. руководитель,воспитатель |
| 4.6 | Классный час «Пиво делает сердце дряблым»- | апрель | 9-11  | Кл. руководитель,воспитатель  |
| Беседа-диспут «Наркотики. Страх. Смерть |
| 7-11  | Кл. руководитель,воспитатель  |
| 4.7 | Дни здоровья-Всемирный день борьбы с артериальной гипертонией.-Всемирный день без табака.- Всемирный день сердца.- Всемирный день борьбы с инсультом. -Всемирный день борьбы с диабетом. -Всероссийский День трезвости и борьбы с алкоголизмом | ОО | 1 раз в четверть |  |  |
| 4.8 | Соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья!» | ОО | Январь, май  | 1-5  | Учитель физкультурыКлассные руководителиВоспитатели |
| 4.9 | Областной спортивный праздник «Мой шеф, воспитатель и я – дружная семья» | Уточняя | май | 5-11  | Учитель физкультурыШефы-сотрудники ГИБДД |
| 5 | Беседы о здоровом образе жизни |
| 5.1 | Классный час: «Соблюдение личной гигиены». | ОО | сентябрь | 1-45-67-116-71-11 | Кл. руководители,воспитатели,психолог, соц. педагог, медсестра, вожатая. |
| Классный час: «Здоровье человека» | октябрь |
| Классный час: «Культурный досуг или здоровый образ жизни?» | январь |
| Классный час: «Береги здоровье смолоду» |
| Классный час: « О профилактике простудных заболеваний» | февраль |
| Классный час «Стихи о здоровом образе жизни» | март |
| 5.2 | Беседа (презентация) «Вредные привычки» | сентябрь | 5-116-79-118-118-113-4  | Кл. руководители,воспитатели, психолог, вожатая. |
| Беседа «Здоровым быть – век не тужить» | октябрь |
| Игровое занятие «Эмоции и здоровье» | декабрь |
| Тематическая беседа «Стресс и его воздействие на человека» | февраль |
| Беседа «От чего зависит настроение» | ноябрь |
| Беседа «Сам себе я помогу и здоровье сберегу». | январь |
| 5.3 | Деловая игра «Формула безопасности». | декабрь | 8-11  | Кл. руководители  |
| Урок-практикум «Помоги себе сам» | март |
| 5.4 | Расти здоровым | сентябрь | 5-8 1-45-78-117-81-45-78-11 | Кл. руководители,воспитатели, психолог, соц. педагог, медсестра, родители. |
| Кл.час «Хорошее здоровье превыше всего»  | ноябрь |
| Беседа «Спорт – это здоровье»  | декабрь |
| Беседа Как самому улучшить зрение? |
| Классный час «Сохраним и преумножим свое здоровье».  | январь |
| Час общения «Правильная осанка» |
| Уроки здоровья « Нужные и ненужные лекарства», «Домашняя аптечка»  | февраль |
| Беседа «Как победить простуду» |
| Уроки здоровья « Уход за кожей, волосами»  | март |
| Беседа «Родимое пятно» | январь |
| Беседа "Чем опасна улица»  | апрель |
| Беседа «Привычка грызть ногти» |
| Уроки здоровья « Чем опасны клещи»  | май |
| Урок-практикум «Уши требуют ухода» |
| **Я - и моя жизнь** | 5.5 | Классный час «Береги здоровье смолоду» | октябрь | 1-45-78-117-85-78-11 | Кл. руководители,воспитатели, психолог, соц. педагог, медсестра, родители. |
| Беседа «Физическое здоровье. Что это?» | ноябрь |
| Классный час «Духовное здоровье». | январь |
| Беседа «В чем красота человека». | март |
| Практикум «Спорт любить – здоровым быть» | апрель |
| Беседа «Энергетические напитки – вред и польза» | май |
| 5.6 | Классный час «Настроение после школы»  | октябрь | 4-81-118-115-85-78-119-11 | Кл. руководители,воспитатели, психолог, соц. педагог, медсестра, родители. |
| Классный час «Правила поведения и меры безопасности на водоёме в осенне-зимний период». |
| Классный час «Основные виды травм и первая помощь» | декабрь |
| Классный час «Полезные советы «Рабочие инструменты человека. Уход за руками и ногами» | январь |
| Классный час « Конструируем модель здорового человека» | февраль |
| Игра «Как сохранить здоровье» | март |
| Классный час «Молодёжь за здоровый образ жизни» | май |
| 5.7 | Классный час «Режим дня младшего подростка» | сентябрь | 1-41-111-115-85-78-119-11 | Кл. руководители,воспитатели, психолог, соц. педагог, медсестра, родители.воспитатель |
| Беседа «Что вредит  здоровью человека?»   | ноябрь |
| Беседа «Как вести себя при возникновении чрезвычайной ситуации» | январь |
| Беседа «Комнатные растения. Чистый воздух в классе. Порядок и чистота» | февраль |
| Беседа «Как сохранить хорошее зрение» «Витамины»  | март |
| День здоровья. «Спорт, здоровье, красота – наши лучшие друзья».  | апрель |
| Беседа «Зелёная аптека» | май |
|  | 5.8 | Участие в спортивных соревнованиях района и города |  | в течение года | 1-11 | Учитель физкультурыКлассные руководителиВоспитатели |
| **Я - и моя жизнь!** | 5.9 | Слёт дворовых команд | Городской стадион | май | 6-11 | Учитель физкультурыКлассные руководителиВоспитатели |
| 6 | Экология |
| 6.1 | Конкурс кормушек для зимующих птиц | ОО | ноябрь | 1-11 | ПедгруппыВожатаяСт.воспитатель |
| 6.2 | Участие в экологической конференции, посвященной Дню Земли |  | 1-11  | ПедгруппыУчитель географии |
| 6.3 | Игра –викторина: «Мир твоих увлечений» | октябрь | 5-81-43-116-81-111-11 | Кл. руководители,воспитатели, психолог, соц. педагог, медсестра, родители.воспитатель |
| Занятие на тему: «Я познаю мир» | декабрь |
| Лыжная экскурсия (Игры, загадки) | январь |
| Ток – шоу «В мире животных». | март |
| Конкурс экологического плаката: «Природа в опасности! Береги её» | апрель |
| Викторина «Природа не прощает ошибок».Организация похода по родному краю | май |
| 6.4 | Занятие «Люблю березку русскую» | ноябрь | 3-42-111-41-11 | Кл. руководитель,воспитатель |
| Операция «Школьный  двор» | октябрь |
| «Этот пёстрый, волшебный, загадочный мир»  |
| «Стань другом леса» | январь |
| Игра «Юный эколог» | март |
| Операция «Чистая вода» | май |
| 6.5 | Виртуальное путешествие «По земле ивановской» | сентябрь | 5-81-46-79-114-51-111-11 | Кл. руководитель,воспитатель |
| Диспут «Проблемы экологии» | октябрь |
| Устный журнал «Экологическая азбука» | ноябрь |
| Занимательный час «Загадки природы» | декабрь |
| Деловая игра «Там, на неведомых дорожках» | январь |
| Занимательный час «Причуды природы» | февраль |
| Экологические чтения «О лохматых и пернатых» | март |
| Час экологии «Поможем нашей планете» | май |
| 6.6 | Беседа – диалог «Экономия энергоресурсов».  | сентябрь | 5-86-79-114-51-11 |  Кл. руководитель,воспитатель |
|  КВН «Путешествие по природным зонам нашей Родины»  | февраль |
| Беседа-дискуссия «Забота о животных»  | март |
| КВН «Природа – наш друг»  | апрель |
| Беседа «Правила поведения на природе» | май |
| 6.7 |  «Растения вокруг нас» | сентябрь | 5-8 6-79-114-51-111-11 |  Кл. руководитель,воспитатель |
| Беседа «Животные рядом» | октябрь |
|  «Что такое природа» | декабрь |
| Экскурсия «Зимние развлечения» | январь |
| Виртуальная экскурсия «За полярным кругом» | февраль |
| Практикум «Комнатные растения знаем назубок» | март |
| Практикум «Берегите воду» | апрель |
|  «Ядовитые растения средней полосы» | Май |
| **Я - и моё здоровье!** | 6.8 | Месячник по благоустройству территории школы: акция «Мусору – нет!» | сентябрь | 6 -115-86-79-114-51-111-11 | Кл. руководители,воспитатели, психолог, соц. педагог, медсестра, родители. |
| Лекторий «Сохраним нашу Землю голубой и зелёной»  | ноябрь |
| Беседы на тему: «Чисто там, где не мусорят» | декабрь |
| Лыжная экскурсия (Игры, загадки) | январь |
| Экологическая игра: «Что? Где? Когда?» | февраль |
| Ток – шоу «Человек – природа»  | март |
| Эколого-познавательная игра«Лесные великаны»  | апрель |
| Звездный час «Лекарства на корню»Организация похода по родному краю | май |
| 6.9 | Беседа « Берегите лес от пожаров» | ОО | сентябрь | 6 -111-51-119-114-51-111-11 | Кл. руководители,воспитатели, психолог, соц. педагог, медсестра, родители. |
| Беседа « Осторожно, огонь»  | октябрь |
| Викторина « Основы безопасного поведения на природе «Если с другом вышел в путь» | ноябрь |
| Викторина « Природа – твой друг» | декабрь |
| Загадки, кроссворды на тему « Мир природы» | январь |
| Беседа «Сохраним нашу планету зелёной»  | март |
|  КВН «Этот интересный мир животных »  | апрель |
| Беседа «Охрана природы – твоя обязанность»  | май |

**10. ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

**Для учащихся общеобразовательного учреждения:**

• Относяться к своему здоровью как к важной личной и общественной ценностью;

• Знать механизм и способы поддержания здоровья;

• Физически развиваться;

• Не иметь вредных привычек

• Знать и владеть приемами и способами оздоровления своего организма.

**Для общеобразовательного учреждения:**

• Сформировать актив ребят, готовый вести дальнейшую работу по принципу «равный обучает равного»;

• Выработать единый взгляд родителей и педагогов на здоровый образ жизни, потребность в саморегуляции и физическом совершенствовании.

• Оптимизировать отношения в системе ученик-ученик, ученик-учитель, ученик-учитель - родитель.

 **РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ПРОГРАММЫ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Критерий успешности программы | Диагностические средства |
| 1. | Уровень здоровья учащихся | 1) медицинский анализ состояния здоровья учащихся2) данные о распределении учащихся по группам здоровья3) календарь заболеваемости школьника (фиксирование количества дней, пропущенных по болезни) |
| 2. | Уровень осознания школьниками ценности здоровья | 1) анализ неосознанных представлений о здоровом образе жизни2) анкета «Здоровье. Здоровый образ жизни»3) методики М.Рокича: «Гармоничность образа жизни школьника»;«Уровень сформированности культуры здоровья школьников».4) методика5) педагогическое наблюдение |
| 3. | Оценка тревожности школьника | 1) Опросник Ч.Д.Спилбергера2) Методика «Интересы, проблемы, конфликтные ситуации»3) Методики А.А.Андреева и Е.Н.Степанова «Изучение удовлетворенности учащихся жизнедеятельностью в школе» |
| 4. | Активностьучастия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образжизни | 1) методы экспертной оценки педагогов и самооценки учащихся2) педагогическое наблюдение3) статистический анализ участия детей в подготовке и проведении мероприятий |
| 5. | Наличие вредных привычек у учащихся | 1)анонимная анкета «Мое отношение к этому...» 2) данные инспекции по делам несовершеннолетних3) педагогическое наблюдение |
| 6. | Охват учащихся кружковой деятельностью, занятиями в учреждениях дополнительного образования | 1) статистический анализ участия детей в работе кружков и секций в школе2) статистический анализ участия детей в работе объединений учреждений дополнительного образования3) педагогическое наблюдение |

**РЕЗУЛЬТАТЫ РАБОТЫ ПО ПРОГРАММЕ «ЗДОРОВЬЕ»**

Промежуточные результаты работы по данной программе свидетельствуют о позитивной динамике формирования у школьников здорового образа жизни:

1. позитивные изменения в распределении детей по группам здоровья, количество детей основной группы возросло в 1-4 классах на 5%, в 5-8классах на 6% " 9-11 классах на 26%.

2) дети имеют более четкое представление о том, что такое «здоровье» и «здоровый o6раз жизни». Данные понятия сформированы в 1-4 классах - у 68% учащихся, в 5-8 классах - у 81% учащихся, 9-11 классах - у 93% учащихся *(см. приложение №2).* Это подтверждает и анализ неосознанных представлений о здоровье. Рисунки детей стали выразительными, через образы они сумели показать противоположные понятия «здоровье» и «болезнь»*.*

3) Paжирование жизненных ценностей показывает осознание детьми важности здоровья и здорового образа жизни для будущего самоопределения личности *(см приложение №2).* Отвечая на уточняющий вопрос «Почему главное качество здоровье?» дети 1-4 классов отвечали, что «здоровый человек будет и умным и сильным, выносливым и веселым и т. д.»

4) 93° учащихся 5-10 классов имеют негативное отношение к вредным привычкам. Уровень знаний детей о проблемах наркомании, алкоголизма повысился, о чем свидетельствуют сочинения рассуждения детей, анонимные анкеты *(см. приложение №4).*

Динамика участия детей в мероприятиях по пропаганде здорового образа жизни позитивная*.*

Данных в комиссии по делам несовершеннолетних на учащихся нашей школы употребляющих алкоголь и наркотики не зарегистрировано*.*

5) Увеличилось количество детей, занимающихся в спортивных объединениях школы, спортивного центра, клуба юных моряков *(см. приложение №4).*

6) В школе созданы благоприятные условия для сохранения и укрепления здоровья детей с учетом всех требований для образовательного учреждения.

**ВЫВОД**: **Данный теоретический материал может быть внедрен в педагогическую** **практику, поможет в решении наиболее актуальной проблемы образования** **- проблемы сохранения, укрепления и формирования здоровья подрастающего** **поколения.**

Haшаисследовательская работа показала, что у детей сформирован достаточный уровень знаний о здоровом образе жизни. Однако теоретические знания все еще преобладают над практическими умениями. Формирование культуры здоровья, должны стать направлением нашей дальнейшей работы.

Считаем, что на данном этапе необходима корректировка программы с целью активизации деятельности родителей в данном направлении т.к. одним из важных факторов, влияющим на формирование у учащихся знаний о здоровом образе жизни, играет так же знание родителей о культуре здоровья и их личный пример.

 **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Богатова JI.A. и др. Сборник психологических тестов. Личность. Общение. Здоровье. - Казань, 2002.

2. Брехман И.И. Введение в валеологию - науку о здоровье. - Ленинград, 1987.

3. В.Ф. Базарный «Здоровье и развитие ребенка». Москва, 2005

4. Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждений: Санитарные правила -М.: Федеральный центр Госсанэпиднадзора Минздрава России, 2002.-46с.

5. Горчак СИ. Здоровый образ жизни. Социально-философские и медико-биологические проблемы. -Кишинев, 1991, с.184.

6. Н.И. Дереклеева «Двигательные меры, тренинги и уроки здоровья»// « Справочник классного руководителя »

7. Давидович В.В., Чекалов А.В. Здоровье как философская категория // Валеология. 1997, №1.

8. Заместитель директора по воспитательной работе //научно-методический журнал, №2,2004год, №1,6 2006год,

9. Здоровье школьников Республики Татарстан: проблемы, пути, решения, результаты / Под ред. Ф.Ф.Харисова. - К., 2000.

10. Лисицын Ю.П. Образ жизни и здоровья населения. - М., 1982.

11. Ожегов СИ., Шведова Н.Ю. Толковый словарь русского языка. - М., 1999.

12. Семенов B.C. Культура и развитие человека // Вопросы философии. 1982, №4, с.15-29.

13.Соковня-Семенова И.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская

помощь. - М., 2000. 14. Смирнов Н.Н. «Здоровьесберегающие технологии в современной школе»// Библиотека руководителя образования, Москва 2002. 14. Тверская С.С, Утешинский Д.Д. Здоровье человека // Первое сентября. - 1992. -

№1. 15.Харисов Ф.Ф., Касаткин В.Н., Чечельницкая СМ. Образование и здоровье

школьников - К., 1999. 16. Яковлева Н.В. Анализ подходов к изучению здоровья в психологии. - Я., 1998.

Приложение № 1

**Результаты анкеты «Мое отношение...»**

Участники: 5-11 классы

Время проведения: ноябрь 2016 года, ноябрь 2017 года (данные в таблицах

*2016 /2017)*

Цель проведения: отражение реальной картины информирования и отношение к проблеме курения, наркомании, алкоголизма

Как ты думаешь, насколько люди рискуют навредить себе, если они...

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Вопрос** | **Не рискуют** | **Рискуют** | **Не знаю** |
| 1. | Курят от случая к случаю | *87%\* 19% | *23% \* 81% | - |
| 2. | Курят постоянно | *25% \* 11% | *64% \* 89% | *2%\-* |
| 3. | Пробуют алкогольные напитки | *71% \* 13% | *29% \* 87% | *-* |
| 4. | Употребляют алкогольные напитки | *5%\ -* | ***81% \* 100%** | *14% \-* |
| 5. | Пробуют наркотические вещества | *13% \* 4% | *74% \* 96% | *8%\-* |
| 6. | Употребляют наркотические вещества | *4%\ -* | *83% \* **100%** | *13% \ -* |
| 7. | Употребляют ингаляторы (клей, бензин) регулярно | *4%\ 2%* | *85% \* 98% | *11%\-* |

Как ты думаешь, сколько твоих друзей.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № |  | **Никто** | **Немногие** | **Большинство** | **Все** |
| 1. | Курят | *11%\* 10% | *34% \* 38% | *55% \* 52% | -/- |
| 2. | Употребляют алкогольные напитки | *19% \* 24% | *79% \* 76% | *2%\ -* | -/- |
| 3. | Употребляют наркотики | *100% \* 100% | -\- | *-\ -* | -/- |

Приложение № 2

**Осознание школьниками ценности здоровья**

(используется сокращенный вариант методики ценностных ориентации М.Рокича)

Участники: учащиеся 1-4, 5-7классов

Время проведения: ноябрь 2013, 2014 , 2015, 2016, 2017, 2018.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Качества личности** |  **1-4 классы** |  **5-7 классы** |
| 2014г | 2015г | 2016г | 2017г | 2018г. | 2019г. | 2014г | 2015г | 2016г | 2017г | 2018г. | 2019г. |
| Сильный | 8% | 27% | 23% | 28% | 28% | 30% | 8% | 10% | 15% | 16% | 19% | 19% |
| Модный | 9% | 4% | 4% | 6% | 5% | 10% | 6% | 7% | 9% | 12% | 12% | 15% |
| Здоровый | 31% | 16% | 20% | 23% | 29% | 32% | 19% | 42% | 50% | 55% | 65% | 70% |
| Выносливый | 5% | 8% | 10% | 12% | 14% | 16% | 5% | 7% | 15% | 23% | 25% | 30% |
| Честный | 14% | 18% | 18% | 16% | 17% | 18% | 19% | 21% | 21% | 34% | 35% | 35% |
| Умный | 18% | 21% | 21% | 17% | 20% | 22% | 11% | 31% | 39% | 42% | 45% | 55% |
| Веселый | 7% | 4% | 5% | 6% | 5% | 8% | 6% | 10% | 12% | 15% | 17% | 20% |

Иллюстрация в таблице

**Осознание школьниками ценности здоровья**

(используется сокращенный вариант методики ценностных ориентации М.Рокича)

Участники: учащиеся 9-11 классов

Время проведения: ноябрь 2014, 2015, 2016 , 2017, 2018, 2019 года

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Список ценностей** | 2014г. | 2015г. | 2016г. | 2017г. | 2018г. | 2019г. |
|  | Материально обеспеченная жизнь | 24% | 34% | 65% | 67% | 70% | 77% |
|  | Карьера, интересная работа | 48% | 31% | 31% | 44% | 45% | 55% |
|  | Хорошие, верные друзья | 32% | 45% | 52% | 55% | 55% | 60% |
|  | Забота о здоровье (физическом и психическом) | 51% | 63% | 81% | 88% | 92% | 99% |
|  | Свобода как независимость в поступках и действиях | 40% | 54% | 50% | 54% | 56% | 59% |
|  | Успех у противоположного пола | 4% | 3% | 5% | 12% | 15% | 23% |
|  | Возможность путешествовать | 24% | 17% | 11% | 23% | 34% | 36% |
|  | Счастливая семейная жизнь | 80% | 75% | 81% | 89% | 91% | 93% |
|  | Красота природы и искусства | 9% | 12% | 14% | 15% | 19% | 23% |
|  | Спокойная, благоприятная обстановка в стране | 38% | 54% | 61% | 55% | 59% | 65% |
|  | Другое... |  |  |  |  |  |  |

Иллюстрация к таблице

Приложение № 3

Показатели заболеваемости учащихся

 ОГКОУ «Пучежская школа-интернат»

(на основе календаря заболеваемости школьника)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | Ви/ **заболевания** | **Учебный год** (**в** %) |
|  |  | 2015-2016 | 2016-2017 | 2017-2018 | 2019-2020 |
| 1. | Простудные (ОРЗ, ОРВИ) | 18 | 19 | 17 | 13 |
| 2. | Инфекционные | 2 | 3 | 2 | 3 |
| 3. | Заболевания органов дыхания | 42 | 46 | 39 | 33 |
| 4. | Заболевания органов ЖКТ | 7 | 7 | 5 | 4 |
| 5. | Зрение | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 6. | Слух | **-** | **-** | **-** | - |
| 7. | Хронические заболевания | 47 | 49 | 38 | 32 |
| 8. | Сердечно - сосудистые заболеваю я | 46 | 46 | 41 | 34 |
| 9. | Увеличение щитовидной железы | 76 | 71 | 69 | 54 |
| 10. | Ожирение | 46 | 51 | 48 | 34 |
| 11. | Сколиоз, нарушение осанки | 15 | 18 | 14 | 12 |
| 12. | Кариес | 84 | 87 | 79 | 67 |

Данные предоставлены медицинским работником школы

Приложение № 4

**Охват учащихся школы внеурочной деятельностью cnopтивно-оздоровительной деятельностью**

В объединениях школы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Объединение** | **Руководитель** | **Количество учащихся** |
|  | 2016-2017 уч. год | 2017-2018 уч. год | 2018-2019 уч. год | 2019-2020 уч. год |
| **1.** | Спортивный клуб «Факел» | Учитель физкультуры | 35 | 37 | 45 | 45 |
| **2.** | ЛФК | Учитель физкультуры | 16 | 19 | 30 | 33 |
| **3.** | Шейпинг | Учитель физкультуры | 15 | 18 | 25 | 28 |
| **4.** | Ритмика | Учитель ритмики | 17 | 17 | 30 | 33 |
| **5.** | Клуб выходного дня «Грация» | Учитель физкультуры | 20 | 20 | 23 | 25 |
| **6.** | Танцевальный кружок «Каприз» | хореограф | 22 | 25 | 33 | 35 |
| **В учреждения дополнительного образования** |
| **№** | **Учреждение** | **Количество учащихся** |
| 2016-2017 уч. год | 2017-2018 уч. год | 2018-2019 уч. год | 2019-2020 уч. год |
| 1. | Детско-юношеская спортивная школа | **31** | **30** | 35 | 38 |
| 2. | Клуб юных моряков | **11** | **15** | 24 | 28 |

Общий охват учащихся школы спортивно-оздоровительной

деятельностью: 100%