

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №7 с углубленным изучением
отдельных предметов г. Дубны Московской области»**

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ №7
Приказ № _____ от _____

_____ / А. Р. Редькин /

**Программа
формирования здорового образа жизни школьников
на 2018 - 2022 учебный год**

Зав. кабинетом здоровья

Чуринова Марина Борисовна

г. Дубна

Программа формирования здорового образа жизни школьников

Пояснительная записка

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют всё новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у детей разного возраста, снизили их творческую активность, замедлили их физическое и психическое развитие, вызвали отклонения в социальном поведении.

Здоровье детей и подростков в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества и, наряду с другими демографическими показателями, является чутким барометром социально-экономического развития страны.

Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические показатели: Физиологически зрелыми рождаются не более 14 % детей.

25–35 % детей, пришедших в 1 класс школы, имеют физические недостатки или хронические заболевания.

90– 92 % выпускников средних школ находятся в “третьем состоянии”, т. е. они ещё не знают, что больны

Только 8–10 % выпускников школ можно считать действительно здоровыми.

5 % взрослого населения страны хронически больны, а 95 % – находятся в “третьем состоянии”.

В программе по формированию здорового образа жизни объединен весь позитивный опыт, накопленный коллективом школы и учащимися.

Необходим комплексный подход по отношению к детям, имеющим проблемы в развитии, обучении, общении и поведении. Только совместная работа классных руководителей, социальных педагогов, психологов, медицинских работников, родителей и детей может дать реальные результаты.

Необходимо сопровождать, а не направлять развитие ребёнка, не решать проблемы за детей, а учить их принимать верные решения самостоятельно.

Поэтому данная программа формирования ЗОЖ продолжает начатую ранее работу:

Цель программы:

Представление всех возможностей школы для формирования психически здорового, социально – адаптивного, физически развитого выпускника.

Задачи:

Формирование потребности здорового образа жизни у учащихся.

Формирование здоровых взаимоотношений с окружающим миром, обществом и самим собой.

Повышение квалификации педагогов в вопросах развития и охраны здоровья ребёнка.

Просвещение родителей в вопросах формирования здорового образа жизни детей.

Прогнозируемый результат:

Коррекция физического, психического и нравственного состояния учащегося школы, воспитание адекватно оценивающего своё место и предназначение в жизни выпускника.

Участники программы:

Учащиеся;

Классные руководители;

Учителя – предметники (ОБЖ, биология, физической культуры, и др.);

Школьный врач – педиатр;

Школьные специалисты (психолог, логопед, социальный педагог);

Родители.

Педагогические средства:

Анкета склонности к вредным привычкам.

Методические рекомендации классным руководителям, воспитателям по формированию у школьников гигиенических навыков.

Учебные предметы (ОБЖ, биология, физическая культура, трудовое обучение), формирующие основы здорового образа жизни;

Психодиагностика и психокоррекция (программа работы психолога)

Школьные мероприятия спортивно – массовой, оздоровительной работы, Дни здоровья, акции за здоровый образ жизни.

Мероприятия по реализации программы

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные	Отметка о выполнении
1.	Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон и т. д)	В течение года	Администрация, учителя, работники школы	
2.	Эстетическое оформление интерьера классов	В течение года	Администрация, учителя	
3.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Ежегодно, сентябрь	Администрация, учителя	
4.	Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям (санитарно – гигиеническим, психофизическим, эстетическим).	Ежегодно	Администрация, заведующий кабинетом	
5.	Организация активного отдыха на переменах (подвижные игры, работа библиотеки и др.)	Постоянно	Зам . директора по УВР, педагог – организатор, учителя физической культуры	
6.	Работа школьной психологической службы: диагностика, организация психоэмоциональной разгрузки учителей и учащихся. Уроки психокоррекции в 1–4-х кл. Организация кабинета психологической разгрузки.	Постоянно	Администрация, психолог	
7.	Введение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни. ОБЖ, «Безопасность на дорогах»), «Разговор о правильном питании», «Подвижные народные игры»		Администрация школы	
8.	Проведение “Уроков здоровья», разнообразие форм проведения уроков	Постоянно	Администрация школы, учителя — предметники, учителя физической культуры	
9.	Проведение мероприятий по охране зрения	Постоянно	Учителя, медперсонал	
10	Проведение акций по привлечению обучающихся, воспитанников к здоровому		педагог – организатор,	

	образу жизни		социальный педагог, медперсонал	
11	Состояние здоровья обучающихся, воспитанников (анализ на основе углубленного осмотра)	По плану	Медперсонал	
12	Улучшение качества медицинского обслуживания: - усовершенствование материальной базы медицинского кабинета; - план деятельности медперсонала: работа с больными детьми; профилактическая работа через беседы, санбюллетени. - Наблюдение школьного врача – педиатра	Постоянно	Администрация школы, медицинские работники	
13	Организация полноценного питания	Постоянно	Администрация школы, медперсонал	
14	Профилактическая работа во время эпидемий		Администрация школы, медицинские работники	
15	Профилактическая работа во время каникул		Психолог, социальный педагог	
16	Оздоровительная работа с детьми		медицинские работники, социальный педагог, психолог	
17	Тематические классные часы	По плану	Кл. руководители, воспитатели	
18	Смотр – конкурс «Кто живет уютнее и чище»	1 раз в четверть	Зам. директора по УВР	
19	Проведение Дней ЗОЖ	По плану	медицинские работники, педагог - организатор	
20	Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни.		Библиотекарь	
21	Организация работы кружков, формирующих основы здорового образа жизни.	Ежегодно, сентябрь	Зам. директора по УВР	
22	Тестирование школьников по выявлению склонностей к вредным привычкам. Определение дальнейшей деятельности школы	Ежегодно	Психолог, социальный педагог, кл. руководители.	
23	Участие в проведении акций «Дети против наркотиков», «Международный день борьбы со СПИДом», «Всемирный день	По плану	Педагог – организатор, кл. руководители,	

	отказа от курения»			
24	Совместная работа со специалистами (проведение лекций, бесед, просмотр видеофильмов по профилактике курения, токсикомании, наркомании)	1 раз в четверть	медицинские работники, социальный педагог	
25	Проведение психолого – медико – педагогических консилиумов, совещаний	По плану	Зам. директора по УВР, психолог, социальный педагог	
26	Поведение заседаний «Совета по профилактике правонарушений»	По плану	социальный педагог, психолог, инспектор ОДН, специалист КДН	
27	Профилактическая работа по вопросам здорового образа жизни среди воспитанников	По плану	Медперсонал, кл. руководители	
28	Анализ занятости детей физкультурой и спортом: - Определение группы здоровья - Занятость в спортивных кружках		медицинские работники, учителя физической культуры, кл. руководители	
29	Проведение спортивных соревнований, Дней здоровья	По плану школы	учителя физической культуры	
30	Организация и проведение туристических походов	Сентябрь - май	кл.руководители, родители	
31	Проведение ЛФК,	В течение года	учителя физической культуры	
32	Проведение занятий по профилактическим программам: «Разговор о правильном питании», «Две недели в лагере здоровья», «Формула здорового питания», «Все цвета, кроме черного»	В течение года	кл.руководители,	

Заведующая кабинетом здоровья

Чуринова Марина Борисовна