

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МКОУ Унерская СОШ

_____ Хлебников В.В.
«03» сентября 2019 г.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

«Здоровое поколение»

Название образовательной программы

для учащихся общеобразовательной школы

указывается категория обучающихся по данной образовательной программе

Унер, 2019г.

Образовательная программа

1. Пояснительная записка

По результатам многочисленных исследований здоровье школьников все больше ухудшается с каждым годом его обучения в школе. Только 25–30% детей, пришедших в 1–й класс школы, не имеют физические недостатки или хронические заболевания; только 8–10% выпускников школы можно считать действительно здоровыми. Одна из причин – низкая двигательная активность и нахождение значительного времени в статичном сидячем положении за партой в школе, за компьютером дома. А ведь дети – это будущее нашего государства. Поэтому необходимо сделать акцент на активное формирование у подрастающего поколения установок на здоровый образ жизни, культуры здоровья.

Современная школа стоит на пороге разработки апробации и внедрения федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения (ФГОС). Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. Предполагается, что занятия будут проходить в форме круглых столов, конференций, диспутов, КВН, школьных обществ, олимпиад, соревнований, поисковых научных исследований и т.п.

Поэтому, каждый учитель ставит перед собой задачи, на которые будет опираться в дальнейшей своей работе при выборе методов, средств и форм обучения. Опытный педагог за период общения с детьми стремится дать им не только общепредметные знания и умения, но и значительное место отводит воспитанию учащихся, развитию таких качеств личности, которые в дальнейшем позволят ребенку стать достойным гражданином общества. И, конечно же, пропаганда и формирование у школьников здорового образа жизни является одной из важнейших задач образования наряду с обучением и воспитанием.

Проблеме здоровья сейчас уделяют большое внимание. Д.А.Медведев в инициативе «Наша новая школа» определил новую стратегию образования в области здоровья:

1. просвещение учащихся в вопросах здорового образа жизни;
2. пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье;
3. объединение семьи и школы в вопросах формирования здоровья учащихся.

Наша образовательная программа даёт возможность охватить всех учащихся в школе, создать такую обучающую, воспитывающую, развивающую среду, которая способствует максимальной реализации выбранных нами задач. Осознание учащимися того, что в данном направлении движется вся школа, позволит наиболее полно раскрыть творческие способности ребят, сформировать самостоятельность, активность, свободно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, научит с школьных лет ответственно относиться к своему здоровью, сформирует культуру здоровья.

Цель проекта: пропаганда и формирование у учащихся необходимых знаний, умений, навыков по здоровому образу жизни и сознательной заботы о своём здоровье.

Задачи проекта:

- формировать у учащихся знания, умения и навыки здорового образа жизни;
- формировать чувство ответственности за свое здоровье;
- снизить уровень заболеваемости учащихся;
- повысить качество образования и воспитания школьников;
- сохранять работоспособность на уроках;
- развивать творческие способности и познавательный интерес учащихся;

Ожидаемые результаты:

- принятие учащимися здорового образа жизни как осознанной необходимости;
- снижение заболеваемости среди детей;
- активный интерес учащихся к приобретаемым знаниям, полученным ими в совместной творческой, исследовательской и практической работе;
- повышение качества знаний;

- приобретение коммуникативных навыков;
- развитие способностей адекватного представления результатов своей работы в форме докладов, мини – сочинений, отзывов, рисунков, фотографий, презентаций и др;
- активное участие родителей в школьной жизни ребенка;

2. Основные направления и ценностные основы обеспечения охраны здоровья.

Данная программа отводит особое место вопросам формирования у учащихся ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих людей, ведь именно учитель в состоянии сделать для здоровья современного ученика даже больше, чем врач. Педагог может дать знания, которые будут способствовать формированию у учащихся здорового образа жизни и сознательной заботы о своём здоровье.

Учебно-воспитательная и экспериментальная работа

Здоровый образ жизни в школе осуществляется через виды деятельности: валеологизация учебных предметов, спецкурс, кружковая работа, организация и проведение дней здоровья, недель здоровья, через работу детской школьной организации «Алые паруса», через работу классных руководителей.

Диагностическая работа

Комплекс мероприятий по выявлению уровня здоровья детей, основанный на психологических, физиологических, гигиенических методах исследования: анкетирование и его обработка педагогом-психологом, социальным педагогом, классными руководителями, медицинские осмотры, проводимые медсестрой и узкими специалистами, проведение мониторинга здоровья.

Профилактическая работа

Рекомендательные часы, включающие психогигиену и психопрофилактику, разработку оптимальных режимов обучения и воспитания, комплекс оздоровительных часов через организацию и проведение подвижных перемен, через работу с педколлективом, учащимися, родителями.

Коррекционная работа

Коррекционные часы, осуществляемые медицинской сестрой, педагогом–психологом, педагогом-логопедом, через групповые занятия с детьми с ослабленным здоровьем, проводимые учителями физической культуры

Консультативная работа

Проводится по разным направлениям с учащимися, с учителями, родителями через организацию и проведение семинаров, консультаций, бесед, лекториев.

3. Принципы проекта:

- непрерывность и преемственность — работа ведется не от случая к случаю, а каждый день и на каждом уроке;
- принцип активного обучения — учащиеся являются непосредственными участниками здоровьесберегающих мероприятий;
- последовательность и систематичность — проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков;
- доступность — определяется, прежде всего, ролью учителя как консультанта, учитель — организатор процесса;
- учет возрастных и индивидуальных особенностей.

4. Виды деятельности и формы занятий

Формы организации занятий включают в себя как теоретический, так и практический, но больше носит деятельностно - практический характер:

- утренняя зарядка;
- физкультминутки;
- классные часы;
- беседы – прогулки;
- спортивно -оздоровительные часы;
- свободная деятельность в ГПД;
- физкультурные праздники;
- спортивные секции;
- походы, совместно с взрослыми;
- разные виды спортивно-оздоровительной деятельности в соответствии с программой работы летнего лагеря дневного пребывания.

5. Планируемые результаты

- умение организовывать собственную жизнедеятельность по сохранению и укреплению своего здоровья (организация режима дня, посещение спортивных секций, подвижные спортивные игры);
- умение активно включаться в совместную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления здоровья (походы, проектно - исследовательская деятельность);
- умение доносить информацию по здоровьесберегающей тематике в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми (беседы, классные часы, круглые столы, родительские собрания, тематические вечера и т.д.).
- владеть навыками личной гигиены.
- знать принципы сохранения здоровья (профилактика вредных привычек);
- знать приемы оказания помощи своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и укреплении их здоровья во всех его проявлениях.

6. Основное содержание образовательной программы

Наименование блока	Содержание	Форма
Блок понятийной работы	Диагностика	Анкетирование, мониторинг здоровья учащихся.
Блок деятельностной работы	Составление расписания занятий с учетом санитарных норм. Формирование банка данных на учащихся группы риска и больных детей. Проведение классных часов, практикумов, спортивных, праздников, походов, соревнований, родительских собраний	Мониторинг, круглые столы, диспуты, суды, КВН, брейн – ринг, спортивные игры, кроссы, беседы
Блок рефлексивной работы	Рефлексия блоков	Анкетирование, собеседование, подведение итогов.

7. Учебный план образовательной программы

Цель обучения: сохранение и укрепление здоровья учащихся

Категория обучаемых: 7-17 лет

Продолжительность обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю, в каникулярное время – 2 часа.

8. Основное содержание образовательной программы

<i>1-4 классы «Азбука здоровья»</i>	<i>5-8 классы «Золотые правила здоровья»</i>	<i>9-11 классы «Быть здоровым и красивым».</i>
Первая четверть		
<i>I. Диагностика</i>		
Состояние зрительного утомления (мониторинг позы)	Состояние здоровья на начало учебного года (5, 6 кл.)	Мониторинг соматического здоровья
Мониторинг соматического здоровья		
<i>II. Режим учебного процесса</i>		
Составление расписания занятий с учетом санитарных норм		
Формирование банка данных на учащихся группы риска и больных детей		
Мониторинг на классных часах с целью выявления психологического климата в классе, детей, нуждающихся в индивидуальном подходе		
<i>III. Уроки здоровья</i>		
Уроки Мойдодыра (1кл.) Уроки Айболита (2кл.) Уроки Знайки (3-4 кл.)	Урок здоровья: «Твое психическое здоровье»	Урок здоровья «Умей контролировать эмоции»
Проведение специальной гимнастики на осанку	Проведение бесед о здоровом образе жизни	Проведение бесед о здоровом образе жизни
Организация специальных физкультурных групп		
<i>IV. Методическая работа с педагогическим коллективом</i>		
Выступление на педагогических советах с анализом результатов проведенных диагностик		
Проведение обучающего семинаров (учитель физической культуры, мед. работники) · Охрана зрения ребенка		
<i>V. Работа с родителями</i>		
Выступление на родительском собрании с результатами диагностик		
Проведение родительского лектория		
· Как любить ребенка	· Особенности возраста	· На пороге юности
Индивидуальные консультации		
<i>VI. Оздоровительная работа</i>		
День здоровья		
Викторина «Юный пешеход»	Викторина «Спорт»	Тематическая дискотека «Начало трагедии»

Викторина «Красный, желтый, зеленый»	Самооценка физического познавательного потенциала	и	Олимпиада «Здоровый образ жизни»
Суд над наркоманией (ролевая игра)			
Вторая четверть			
<i>I. Диагностика</i>			
Диагностика общей утомляемости.	Состояние зрительного утомления (мониторинг позы)		Диагностика функционального состояния
<i>II. Режим учебного процесса</i>			
Проверка режима проветривания школьных помещений			
Смотр экологичности школьных помещений			
<i>III. Уроки здоровья</i>			
Уроки Мойдодыра (1кл): - Уход за руками и ногами	Работа Центра здоровья: -Как не заболеть (профилактика инфекционных заболеваний)		
Уроки Айболита (2кл.): - прививки от болезней -безопасность при любой погоде	Профилактические беседы с медицинскими работниками		Всемирный день борьбы со СПИДом
Уроки Знайки (3-4 кл): - надо уметь сдерживать себя			
<i>IV. Методическая работа с педагогическим коллективом</i>			
Проведение обучающего семинара			
· Утомление и переутомление школьника			
МО кл. руководителей: Формы работы с классом для преодоления вредных привычек учащихся.			
Встреча со специалистами центров профилактики здоровья.			
<i>V. Работа с родителями</i>			
Проведение родительского лектория			
· Как помочь ребенку сделать домашнее задание	· Типы нарушений семейного воспитания		· Проблемы возраста
Индивидуальные консультации			
Встречи родителей со специалистами, врачами по теме «Здоровье детей в наших руках!»			
<i>VI. Оздоровительная работа</i>			
Неделя физической культуры.			
			«Зимние забавы»
Занятие «Ребенок в мире вредных привычек»	Курение: дань моде, привычка, болезнь»		Курение: дань моде, привычка, болезнь»
Третья четверть			
<i>I. Диагностика</i>			
Диагностика школьных трудностей	Склонности к девиантному поведению (курение, алкоголь)		Склонности к девиантному поведению (наркотики и

		психотропные вещества)
<i>II. Режим учебного процесса</i>		
Контроль освещенности в классах и коридорах		
<i>III. Уроки здоровья</i>		
Зимние забавы	Беседы «О вреде курения, алкоголя, наркотиков»	Деловая игра «Умей сказать НЕТ!»
Уроки Мойдодыра	Деловая игра «Три товарища»	Лекция «Болен -лечись, а здоров - берегись»
Уроки Айболита		Мини-сочинение по профилактике зависимого поведения
<i>IV. Методическая работа с педагогическим коллективом</i>		
Проведение обучающего семинара		
· профилактика сезонного обострения заболеваемости		
Итоги диагностики склонности к девиантному поведению.		
МО класс. руководителей: Деловые игры по профилактике девиантного поведения и ЗОЖ.		
<i>V. Работа с родителями</i>		
Проведение родительского лектория		
· Что надо знать о своем ребенке	· Семейная профилактика появления негативных привычек	· Как помочь в самоопределении
Индивидуальные консультации		
<i>VI. Оздоровительная работа</i>		
Игра на свежем воздухе «Снеговик года»	Прогулки в лес	Соревнования по баскетболу, волейболу
	Конкурс агитбригад. Конкурс плакатов "Нет наркотику, сигарете".	
Четвертая четверть		
<i>I. Диагностика</i>		
Состояние здоровья на конец учебного года		
<i>II. Режим учебного процесса</i>		
Организация динамических пауз на свежем воздухе		
Экологический субботник		
<i>III. Уроки здоровья</i>		
Уроки Мойдодыра: -как правильно вести себя на воде		
Уроки Айболита: -первая помощь при травмах	Уроки-практикумы «Умей сказать нет»	Как готовиться к экзаменам
Уроки Знайки:	День защиты детей	День защиты детей

-нехорошие слова, недобрые шутки		
Неделя ОБЖ и ПДД		
<i>IV. Методическая работа с педагогическим коллективом</i>		
Проведение обучающих семинаров · методы релаксации для взрослых и детей		
<i>V. Работа с родителями</i>		
Проведение родительского лектория		
· «Лето-кузница здоровья»	· Как помочь ребенку во время экзаменов	
<i>VI. Оздоровительная работа</i>		
Игры на смекалку	Однодневные походы	Многодневные походы
Нас вызывает спортландия	Легкоатлетический турнир	

9. Тематическое планирование

№	Название тем	Теория (час)	Практика (час)	Всего часов
1 блок	Диагностика	4	4	8
2 блок	Режим учебного процесса	4	4	8
3 блок	Уроки здоровья	4	4	8
4 блок	Методическая работа с педагогическим коллективом	4	4	8
5 блок	Работа с родителями	4	4	8
6 блок	Оздоровительная работа	4	4	8
	Итого:	24	24	48

10. Рекомендации по использованию методов, средств и технологий учебного процесса

Методы	Средства	Технологии	Формы
Методы формирования сознания.	мультимедийный кабинет с проектором; учебные пособия; дополнительная литература.	КСО ИКТ Игровые ЗОЖ	Классные часы в соответствии с планом воспитательной работы; Беседы и диспуты; Читательские конференции; Мини-лекции.
Методы организации деятельности и формирования опыта поведения.	мультимедийный кабинет с проектором; спортивный зал; тренажерный зал; стадион;	ЗОЖ Игровые ИКТ Групповые	Педагогическое требование к выполнению норм поведения, правил по организации здорового образа жизни в виде просьб, совета, намёков;

	хоккейная коробка; специальная литература.		Приучение и упражнение, содействующее формированию устойчивых способов поведения, привычек здорового образа жизни; Регулярное участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях; Тренинги для изменения негативных внутренних установок обучающихся (в том числе и к наркотизации), формирование опыта позитивного отношения к себе, к окружающим, к миру в целом; Круглый стол – данную форму можно применить для формирования чётких позиций, оценочных суждений в отношении тех или иных представлений о здоровом образе жизни.
Методы стимулирования	Школьная газета Листовки Почетные грамоты Дипломы Школьное радио	ИКТ	Поощрения в различных вариантах: одобрение, похвала, благодарность, предоставление почётных прав, награждение; Наказание состоит в лишении или ограничении определённых прав, в выражении морального порицания, осуждения.
Метод проектов.	мультимедийный кабинет с проектором; специальная литература.	Исследовательская ИКТ КСО	Исследовательские проекты (организация опроса среди сверстников для изучения вредных привычек в школе); Творческие проекты – санитарные бюллетени о здоровом образе жизни.

11. Обеспечение преемственности между учебными предметами

Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемая часть всего воспитательного процесса в школе. Она построена на основе преемственности между всеми этапами обучения (начального, среднего, старшего) и всеми учебными предметами, но в большей степени следующими: «Окружающий мир», «Биология», «Физическая культура», «ОБЖ», «Спортивно – познавательный туризм».

Программа предполагает как проведение регулярных недельных внеурочных занятий со школьниками, так и возможность организовывать соревнования, досуг.

12. Система оценки достижения результатов освоения образовательной программы.

- снижение заболеваемости учащихся;
- расширение спектра дополнительных образовательных услуг;
- повышение качества образования;
- снижение асоциальных случаев поведения школьников.

Методика оценки эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

Формы контроля

- мониторинг результативности выполнения программы;
- степень участия учащихся ОУ в акциях по пропаганде ЗОЖ;
- анализ статистических показателей и мониторинговых исследований;
- опросы учащихся, родителей, педагогов;
- общественная оценка качества работы школы– анкетирование всех участников образовательного процесса;
- оценка качества работы школы общественностью.

Критерии эффективности реализации целевой программы

1. уменьшение чрезвычайных ситуаций в школе.
2. увеличение количества физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, в которых принимает участие ОУ;
3. увеличение доли учащихся, охваченных различными формами физкультурно-оздоровительной работы;
4. уменьшение пропусков учебных занятий учащимися по болезни;
5. снижение процента учащихся с хроническими заболеваниями (зрение, сколиоз, простудные заболевания и т.д.).

Эффективность реализации программы для всех участников образовательного процесса

1. Совершенствование здоровьесберегающей образовательной среды ОУ.
2. Развитие службы здоровья и службы сопровождения.
3. Обеспечение образовательных запросов учащихся, имеющих особые образовательные потребности.
4. Изменение отношения к своему здоровью как к ценности.

Форма 3. Справка о кадровых ресурсах

№	ФИО	Место работы			Должность	Основное образование			Почетное звание/ученая степень/ученое звание/квалификационная категория		Данные о повышении квалификации (ПК) и профессиональной подготовке за последние 5 лет				Педагогический стаж (лет)	Участие в конференциях/симпозиумах/проектах по тематике формирования культуры здорового образа жизни за последние 5 лет			
		Название	Адрес	Контакт (тел., e-mail)		Специальность	Период обучения	Учреждение	Название	Год присвоения	Название программы	Продолжительность обучения	Учреждение ПК	Период обучения		Название конференции/проекта	Уровень: региональный/федеральный/международный	Функциональная роль	Статус
1.	Указывается полностью	Указывается настоящее место работы с точным адресом и контактной информацией			Указывается в соответствии с записью в трудовой книжке работника	Указывается наименование специальности, места получения профессионального образования, период обучения. В приложении к форме должна быть представлена копия диплома о профессиональном образовании, заверенной руководителем образовательного учреждения			Указывается наименование звания/степени/категории и год присвоения. В приложении к форме 3 должны быть представлены копии этих документов, заверенные руководителем образовательного учреждения		Указываются название повышения квалификации, место проведения повышения квалификации, срок обучения. В приложении к форме 3 должны быть представлены копии этих документов, заверенные руководителем образовательного учреждения				Указывается количество лет педагогического стажа работника	Указывается наиболее значимые с его точки зрения конференции/проекты, в которых он принимал участие по проблематике конкурса за последние 5 лет. Указывается название конференции/проекта; сроки проведения; основные результаты			
	Буренкова Ирина Юрьевна	МКОУ Унерская СОШ, 663585, Красноярский край, Саянский район, с. Унер.			Учитель математики	Математика, КГПИ, 1983-1987гг.			нет						36	нет			

		ул. Школьная, 13А, 8(39142)35-1-72						
Гаммершмидт Ольга Викторовна	МКОУ Унерская СОШ, 663585, Красноярский край, Саянский район, с. Унер, ул. Школьная, 13А, 8(39142)35-1-72	Учитель начальных классов	Педагогика и методика начального обучения, КГПИ, 1982-1986гг.	нет		36	нет	
Кудрявцева Наталья Юрьевна	МКОУ Унерская СОШ, 663585, Красноярский край, Саянский район, с. Унер, ул. Школьная, 13А, 8(39142)35-1-72	Учитель информатик и	Экономист, Красноярский Монтажный колледж, 2000-2003гг.; КГПУ им. Астафьева	нет		18	нет	
Михайлова Галина Владимировна	МКОУ Унерская СОШ, 663585, Красноярский край, Саянский район, с. Унер, ул. Школьная, 13А, 8(39142)35-1-72	Учитель русского языка и литературы	Русский язык и литература, КГПИ, 1977-1981гг.	нет		41	нет	

