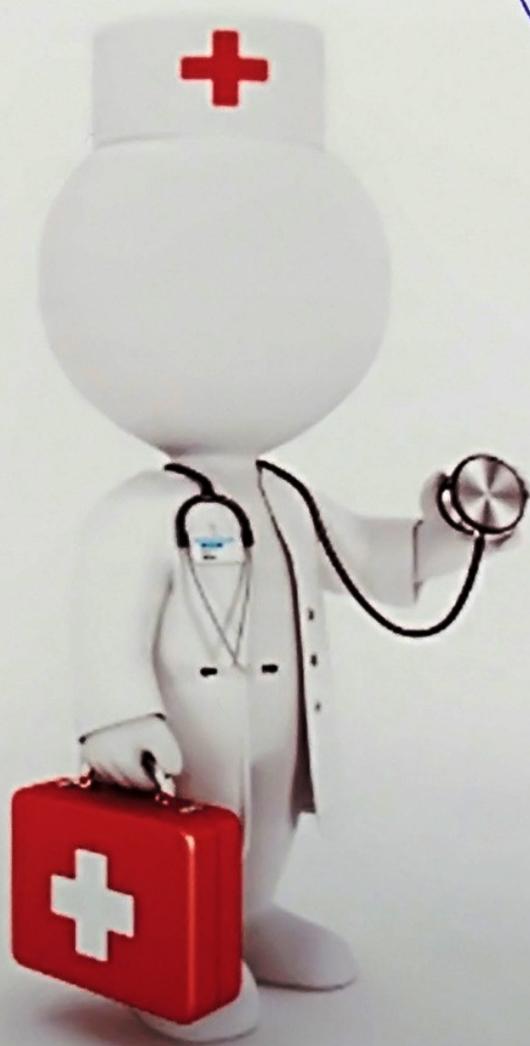


Министерство общего и профессионального образования
Свердловской области
Государственное казенное общеобразовательное учреждение
Свердловской области «Красноуфимская школа-интернат,
реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

Утверждаю:
Директор ГКОУ СО
«Красноуфимская школа-интернат»
Л.В.Емельянова /Л.В.Емельянова/
Приказ №70-ОД от 30.07.2018 г.



Подпрограмма развития
«Центр здоровья»

д. Озёрки, 2018 г.

Содержание программы.

I.Паспорт программы.....	2
II.Обоснование необходимости реализации программы в ОУ.....	5
III.Ресурсы, которыми располагает ОУ для эффективного решения выявленных проблем.....	12
IV.Основные направления по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса.....	13
V.Условия реализации программы.....	19
VI.Этапы и сроки реализации программы.....	25
VII.Ожидаемые результаты реализации программы.....	29
VIII.Методики оценки качества реализации программы.....	30
IX.Возможные сложности реализации программы и пути их преодоления.....	31
X.Основные термины и понятия программы.....	31
XI.План мероприятий программы.....	33

**І.Паспорт программы «Центр здоровья»
ГКОУ СО «Красноуфимская школа-интернат».**

<p>Полное наименование программы</p>	<p>Целевая программа «Центр здоровья»</p>
<p>Основания для разработки программы</p>	<p>Программа опирается на основные направления государственной политики, проводимой Министерством образования и науки Российской Федерации в области модернизации российского образования на период до 2020 года:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Федеральный закон «Об образовании» от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ; -Приказ Министерства образования и науки РФ №373 от 06 октября 2009 года «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования». (Зарегистрирован в Минюсте РФ за номером 15758 от 22 декабря 2009 года); - Приказ Минобрнауки РФ от 28 декабря 2010 N 2106 "Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников" зарегистрирован в Минюсте 2 февраля 2011 №19676; - Приказ Министерства образования и науки РФ от 4 октября 2010г. N 986 «Об утверждении Федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений» -Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 12 марта 99 № 52-ФЗ; -СанПиН (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 23 июля 2008 N 45 "Об утверждении СанПиН 2.4.5.2409-08" (вместе с "Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами» "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования СанПиН 2.4.5.2409-08") (Зарегистрировано в Минюсте РФ 07.08.2008 N 12085; Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 19 апреля 2010 г. N 25 г. Москва `Об утверждении СанПиН 2.4.4.2599-10); СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"; -Система гигиенических требований к условиям реализации основной образовательной программы в начальной школе.

	<p>-«Национальная доктрина образования в Российской Федерации до 2025 года», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 4 октября 2000 года № 7513.</p> <p>- Программа развития ГКОУ СО «Красноуфимская школа-интернат».</p> <p>-Адаптированная образовательная программа ГКОУ СО «Красноуфимская школа-интернат».</p> <p>- Устав ГКОУ СО «Красноуфимская школа-интернат».</p>
Объекты развития, в отношении которых необходимо управленческое решение	<p>Образовательная среда как важнейшее условие для развития личности, ориентированной на творческую деятельность и активную жизненную позицию:</p> <ul style="list-style-type: none"> -использование здоровьесозидающей инфраструктуры школы: -рациональной организации учебной и внеучебной деятельности обучающихся, при условии сохранения психического и физического здоровья обучающихся; -эффективной организации целенаправленной физкультурно-оздоровительной работы; -реализации адаптированной образовательной программы, предусматривающей работу целевой подпрограммы «Здоровое поколение»; -проведение просветительской и профилактической, здоровьесозидающей работы с родителями, обучающимися, педагогами. <p>Ресурсы:</p> <ul style="list-style-type: none"> -кадровый потенциал ГКОУ СО «Красноуфимская школа-интернат», нацеленный на решение задач формирования здорового и образа жизни обучающихся; - образовательная инфраструктура: материально- техническая база, способствующая становлению комфортной, безопасной, здоровьесозидающей образовательной среды
Научно-методические основы разработки программы	<p>Современные технологии образования и воспитания школьников, направленные на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, расширение возможностей для развития интеллекта, реализации познавательных способностей обучающихся</p>
Принципы, которые позволят осуществить реализацию программы	<ul style="list-style-type: none"> -программно-целевых подходах, которые предполагают единство системы планирования и своевременного внесения корректив в планы работы школы; -преемственности данной программы с программой развития школы, планами работы по укреплению и сохранению здоровья участников учебно-воспитательного процесса; -информационной компетентности участников образовательного процесса о реализации программы «Здоровое поколение»; -во включении в решение задач программы всех субъектов образовательного пространства; -целостности и системности процесса создания здоровьесформи-

	<p>рующей образовательной среды и использовании ее педагогических возможностей. Интеграции ценностей культуры здоровья в содержании образования и использовании здоровьесозидающих технологий;</p> <ul style="list-style-type: none"> -учете возрастных, половых и индивидуальных особенностей обучающихся; -рациональном сочетании умственной и физической нагрузки; -концептуальной позиции формирования культуры здоровья; -развитии двигательной активности и учете индивидуально-личностных возможностей обучающихся; -в вовлечении всех участников образовательного процесса в разнообразные формы деятельности по сохранению и укреплению здоровья; -в обеспечении охраны здоровья обучающихся, формировании у них культуры здоровья - фундаменте благополучия будущих поколений; -активизации деятельности участников образовательного процесса в направлении реализации целей и задач, обозначенных государством на современном этапе развития; - организации аналитической деятельности по выявлению эффективности программы
Управление программой	<p>Педагогический совет школы Собрание трудового коллектива Директор</p>
Исполнители проекта	<p>Учителя-предметники, классные руководители, педагог дополнительного образования, воспитатели, служба сопровождения: педагог-психолог, логопед, фельдшер, врач; обучающиеся ОУ, персонал ОУ, родители, жители д. Озёрки, учащиеся МКОУ для детей дошкольного и младшего школьного возраста "Озерская начальная школа - детский сад"</p>
Функциональное обеспечение создания реализации программы.	<p><i>Функции медицинской службы школы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - проведение диспансеризации обучающихся школы; -медосмотр обучающихся школы, определение уровня физического здоровья; -выявление обучающихся специальной медицинской группы. <p><i>Функции администрации школы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -общее руководство разработкой и реализацией программы; -обеспечение реализации программы: организация, координация, контроль; -общее руководство и контроль за организацией горячего питания обучающихся в школе; -общее руководство по обеспечению правильного режима работы и отдыха обучающихся в школе; -обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул;

	<ul style="list-style-type: none"> -разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья обучающихся и ее контроль; -организация работы классных руководителей и воспитателей по программе «Центр здоровья» и ее контроль; -организация работы психолога и дефектолога в школе. <p><i>Функции воспитателя и классного руководителя в аспекте реализации программы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе; -организация и проведение в классном коллективе (воспитательской группе) мероприятий по программе «Здоровое поколение»; -организация и проведение профилактической работы с родителями; -организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы...) в рамках программы «Здоровое поколение»; -организация и проведение исследования уровня физического и психофизического и социального здоровья обучающихся; -организация и проведение диагностик уровня и качества знаний правил гигиены, ПДД, правовой культуры.
--	--

II. Обоснование необходимости реализации программы в ОУ

В Законе РФ «Об образовании» четко обозначена ответственность образовательного учреждения за жизнь и сохранность детей, укрепление здоровья детей и забота о нем - одна из главных задач образования.

Главным результатом образования должно стать его соответствие целям формирования творческих компетентностей, индивидуального опережающего развития, здоровьесозидания, активизации воспитательной составляющей, направленной на формирование культуры здоровья и безопасного образа жизни обучающихся.

Основные тенденции деятельности ГКОУ СО «Краснофимская школа-интернат».

N п/п	Показатели деятельности	Критерии государственной аккредитации	Значение критериев государственной аккредитации
			Начальное, основное, среднее звено
1.	Организация медицинского	1.Наличие медицинского кабинета	Есть

	обслуживания в ОУ	2.Наличие договора с мед. учреждением на мед. обслуживание	Есть
		3.Результаты мед. осмотров обучающихся	Наличие результатов и их анализа
		4.Результаты мед. осмотров пед. работников	Осмотрены все
2.	Организация питания в ОУ	1.Наличие оборудованного пищеблока	Есть
		2. Обучающиеся, получающих горячее питание	100% обучающихся
		3.Надзор за качеством питания	Документы о ежедневном контроле
		4. Пополнение пищеблока оборудованием	Проводится
3.	Организация здоровьесозидающей среды в ОУ	1.Наличие физ. зала, 3 урока физкультуры	Есть, 3 урока физкультуры в 100% классов
		3.Соответствие учебной нагрузки санитарно-гигиеническим требованиям	Есть
		4.Наличие оборудованных по СанПиН туалетов	Есть
		5.Наличие согласованного расписания уроков	Соблюдение требований к режиму обучения обучающихся, определённых СанПиНами и Уставом ОУ.
		6.Реализация здоровьесозидающих технологий при работе по ФГОС СО.	Доступность услуг педагога-психолога для обучающихся всех ступеней
		9.Обучение школьников навыкам ЗОЖ	Наличие доступной для обучающихся и родителей информации о здоровом образе жизни, научной организации труда. В ОУ ведется работа по профилактике употребления ПАВ

Системность и последовательность здоровьесозидающей деятельности ГКОУ СО «Краснофимская школа-интернат».

Структура системной работы направленная на сохранение и укрепление здоровья, формирование культуры здоровья обучающихся

В ГКОУ СО «Красноуфимской школе-интернате» ведётся системная работа, направленная на сохранение и укрепление здоровья, формирование культуры здоровья представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков:



Блок 1. Медицинская профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья

Неотъемлемой частью здоровьесберегающей деятельности ГКОУ СО «Красноуфимской школы-интерната» является организация динамического наблюдения за состоянием здоровья обучающихся, предоставление им своевременной медицинской помощи, учет детской заболеваемости и ее профилактика, поддержание психического здоровья обучающихся. Детям со школьными проблемами предоставляется комплексная педагогическая и психологическая помощь.

Блок 2: Создание здоровьесозидающей инфраструктуры и рациональной организации учебной деятельности

Рациональная организация образовательного процесса – неотъемлемая часть всей здоровьесозидающей деятельности ГКОУ СО «Красноуфимской школы-интерната».

Перегрузка детей школьного возраста учебными занятиями в ОУ и дома оказывает негативное влияние на их здоровье. Высокие информационные нагрузки и постоянный дефицит времени являются ведущими факторами невротизации обучающихся. Для обеспечения нормальной деятельности ЦНС, поддержания высокой работоспособности, профилактики утомления и пере-

утомления обучающихся в ОУ ведётся систематический контроль за объемом учебной нагрузки, который должен соответствовать возрастным возможностям детей.

Большое внимание уделяется формированию школьного компонента и составлению расписания, соответствующего по суммарной учебной нагрузке, дневной и недельной биологической кривой работоспособности обучающихся с учетом физиологической цены (трудоемкости) каждого урока, соотношению количества уроков со статическими и динамическими видами деятельности.

На здоровье обучающихся и процессы адаптации к учебной деятельности оказывают влияние такие факторы, как интенсификация учебного процесса, соответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям обучающихся, соблюдение гигиенических нормативов и правила организации учебного процесса, обеспечивающих профилактику учебных перегрузок и переутомления. В план ВШК включаются различные формы и виды контроля, способствующие проведению диагностических и профилактических мероприятий в данном направлении.

Блок 3. Организация физкультурно-оздоровительной работы

Спортивно-массовая работа в школе носит комплексный характер, ориентированный на формирование культуры здоровья детей и подростков.

Организация физического воспитания обучающихся в ГКОУ СО «Красноуфимской школе-интернате» определяется учебными программами по физической культуре.

В режиме учебного дня предусматривается проведение физкультминуток на уроках, подвижные перемены, динамическая пауза с прогулками на свежем воздухе, ежедневный спортивный час во второй половине дня. Во внеурочное время планируется проведение спортивных праздников и занятий в спортивных секциях, организуются дни здоровья. Уроки физической культуры поставлены в расписание так, чтобы приносить максимальную пользу обучающимся.

Блок 4. Просветительско-воспитательная работа с обучающимися.

Формирование культуры здоровья, ценности здоровья и здорового образа жизни занимает значительное место в содержании работы ГКОУ СО «Красноуфимской школы-интерната», работающей над решением проблемы сохранения здоровья обучающихся. При составлении плана воспитательной работы учитываются психолого-педагогические особенности формирования личного отношения ребенка к своему здоровью. В процессе реализации просветительско-воспитательной работы в школе мы стараемся не только вооружить ребенка знаниями о сохранении здоровья, но и сформировать у него потребность применения полученных знаний и умений на практике.

В ГКОУ СО «Красноуфимская школа-интернат» действует система общешкольных мероприятий, способствующих укреплению здоровья и развитию навыков ЗОЖ (проведение спортивных соревнований «Папа, мама, я – дружная

семья», пешеходные экскурсии, туристические походы). Это позволяет привлечь большое количество обучающихся к здоровому образу жизни.

Ведётся работа по профилактике употребления ПАВ, курения и употребления алкогольных напитков.

Блок 5. Организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями

Для успешного формирования у обучающихся культуры здоровья и потребности в ЗОЖ очень важен уровень компетентности преподавателя, для этого планомерно осуществляется обучение педагогов в области ЗОЖ. Грамотность педагогов в области охраны здоровья, основ здорового образа жизни – основа эффективности проведения мер по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Положительным примером в вопросах сохранения и укрепления здоровья для своих детей должны стать родители. Их осведомленность в вопросах здоровьесозидания способствует формированию правильного отношения детей к своему здоровью, позволяет предотвратить развитие у обучающихся вредных привычек и сохранить здоровье.

Анализ внешних и внутренних факторов развития ОУ в данном направлении

Критерии потребностей и возможности, способствующие удовлетворению потенциальных образовательных потребностей внешнего окружения

Критерии потребностей	Возможности
Качественное развивающее образование при условии сохранения психического и физического здоровья школьника	-вариативность; -развитость системы дополнительного образования, в т.ч. по направлению сохранения и укрепления здоровья, формированию культуры здоровья обучающихся образовательного учреждения.
Индивидуальный подход к образовательному процессу	-лично ориентированный подход к развитию личности ребенка; -проектирование индивидуального образовательного маршрута школьника
Здоровьесозидание, безопасность	-обеспечение преемственности начального и среднего образования; адаптация к условиям учебно-воспитательного процесса; -обеспечение доступности качественного образования детям «группы риска»;

	<p>-третий час физической культуры, динамические паузы, включающие прогулки;</p> <p>-поддержка обучающихся по индивидуальным образовательным маршрутам службами сопровождения (психолого-медико-педагогической, логопедической, социальной);</p> <p>-обеспечение безопасности условий организации учебно-воспитательного процесса;</p> <p>-полноценное 2 разовое горячее питание (завтрак, обед) для детей, не проживающих в интернате;</p> <p>-полноценное 5 разовое горячее питание (завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин) для детей, проживающих в интернате;</p> <p>-профилактическая работа по предупреждению заболеваний обучающихся;</p> <p>-работа по предупреждению правонарушений среди детей и подростков.</p>
<p>Воспитательная среда</p> <p>Культурная среда образовательного учреждения</p>	<p><i>Основные направления воспитательного процесса:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Общеинтеллектуальное развитие обучающихся. 2.Духовно-нравственное направление (нравственно-эстетическое воспитание). 3.Спортивно-оздоровительная работа, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни 4.Общекультурное направление (гражданско-патриотическое воспитание). 5.Общекультурное направление (экологическое воспитание). 6.Социальное направление (трудовое воспитание, самоуправление в школе и в классе). 7.Проектная деятельность (интеграция направлений). 8.Совместная деятельность с родительским сообществом: <ul style="list-style-type: none"> -организация воспитательной работы как внутри класса, так и общешкольной и внешкольной, направленной на сохранение и укрепление здоровья, формирование культуры здоровья обучающихся образовательного учреждения; -тесное взаимодействие семьи и школы по данному вопросу.
<p>Ресурсы: современная материально-техническая база</p>	<p>Достаточная, развивающаяся база, отвечающая современным требованиям организации образовательного процесса.</p>
<p>Ресурсы: квалифицированные кадры</p>	<p>Значительный профессиональный потенциал учителей школы</p>

Характеристики основных проблем, на решение которых направлена программа

Здоровье выступает как мера качества жизни, здоровье нации – это конечный результат в политике государства, создающего возможность гражданам относиться к своему здоровью как к непреходящей ценности, как к основе продления здорового рода, сохранения, совершенствования трудового потенциала, как к развитию генофонда, творчества и духовности человека.

Современные условия социально-экономического развития страны инициировали ряд явлений, негативно отражающихся на состоянии здоровья детей и подростков. Эта ситуация обострилась в результате процессов социально-политического и экономического реформирования, начальные этапы которого неизбежно связаны с разрушением сложившейся ранее инфраструктуры сохранения и укрепления здоровья детей и подростков.

Одной из самых уязвимых групп населения, на фоне происходящих в стране социально-экономических преобразований оказались дети, особенно дети с интеллектуальными нарушениями.

В настоящее время в школе-интернате обучаются дети с умственной отсталостью различной степени тяжести и имеющие различные нарушения развития. На физическое развитие, двигательные способности, обучаемость и приспособляемость к физической нагрузке оказывает влияние тяжесть интеллектуального дефекта, сопутствующие заболевания, вторичные нарушения, особенности психической и эмоционально-волевой сферы детей. Несформированность более простых движений у детей-олигофренов обусловлена поражением корковых функций; сложные нарушения моторики связаны с поражением двигательного анализатора и других систем, в том числе речедвигательных. Вместе с тем многократная кумуляция эффектов физических упражнений со временем приводит к существенным адаптационным изменениям организма умственно отсталых детей, служащим основой для улучшения их физических качеств, а также к становлению и закреплению двигательных навыков.

Поэтому необходимо, чтобы все то, что формирует образовательную среду, включая школьные занятия, находилось в гармонии с детским организмом, соответствовало возрастным возможностям и особенностям детей и подростков. Именно о школьном периоде можно сказать, что в этот период формируется потенциал здоровья на всю жизнь. И чрезвычайно важно то обстоятельство, что на этот "потенциал здоровья" можно оказывать воздействие. Здоровье либо формируется и развивается, либо расстраивается и утрачивается в процессе воспитания человека.

III. Ресурсы, которыми располагает ОУ для эффективного решения выявленных проблем.

Как следует из результатов мониторинга, школа-интернат располагает достаточным количеством ресурсов для эффективного решения выявленных проблем, а именно:

1. Кадровый состав

Администрация – 5 чел., педагогический коллектив школы – 28 чел., служащие – 28 чел., технические работники – 5 чел.

Обеспечение непрерывного совершенствования профессиональной квалификации учителей осуществляется посредством обучения на курсах повышения квалификации, участия в семинарах и конкурсах различных уровней.

2. Материально-техническое обеспечение

Информационно-технические ресурсы

В единую сеть школы, имеющую выход в глобальную сеть Интернет входят:

- 9 административных компьютеров;
- 1 ноутбук в кабинете начальной школы.

Учебное оборудование

- производственное оборудование мастерских;
- видео-аудио техническое оснащение кабинетов;
- учебные пособия для всех кабинетов.

Среда, адекватная потребностям развития и здоровьесозидания обучающихся

- библиотека;
- кабинеты, оборудованные ученической и преподавательской мебелью;
- столовая, пищеблок, оснащённый современным кухонным оборудованием;
- специализированные учебные мастерские по профессиональным направлениям обучения;
- спальный корпус;
- медицинский блок;
- комната психологической разгрузки;
- кабинет ЛФК;
- спортивный зал;
- уличная спортивная площадка.

Обеспечение безопасности

- паспорт комплексной безопасности;
- декларация по пожарной безопасности;
- система видеонаблюдения;
- автоматическая система пожарной сигнализации в комплексе с системой передачи радиосигнала и системой оповещения;
- система пропускного режима в здание ОУ через металлодетектор;

- круглосуточная охрана ОУ посредством вахтёров – в дневное время, сторожей - в ночное время;
- тревожная кнопка (телефон) с выводом на пульт вневедомственной охраны.

Здание и помещения школы соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

IV. Основные направления по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса.

В связи с переходом образования в качественно новое состояние, представленное в государственной стратегической инициативе «Наша новая школа» перед современным образованием четко сформулирована главная задача: раскрытие способностей каждого ученика, воспитание личности, готовой к жизни в высокотехнологичном, конкурентном мире. Реализация этой задачи неразрывно связана с внедрением новых технологий и методик здоровьесозидающего обучения, обеспечивающих «формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью, здорового образа жизни всех участников образовательного процесса».

Федеральный государственный образовательный стандарт впервые определяет такую составляющую, как здоровье школьников, в качестве одного из важнейших результатов образования, а сохранение и укрепление здоровья – в качестве приоритетного направления деятельности образовательного учреждения.

Целевая программа «Центр здоровья» направлена на формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья обучающихся как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов адаптированной образовательной программы. Стандартом предусматривается также обеспечение:

-коррекционной работы с обучающимися, направленной на коррекцию недостатков психического и (или) физического развития обучающихся, преодоление трудностей в освоении основной образовательной программы основного общего образования, оказание соответствующей помощи и поддержки;

-профессиональной ориентации обучающихся, направленной на оказание психолого-педагогической и информационной поддержки обучающихся в выборе ими направления дальнейшего обучения в учреждениях профессионального образования, а также в социальном, профессиональном самоопределении.

Целью программы «Здоровое поколение» является сохранение и укрепление здоровья, формирование культуры здоровья обучающихся образовательного учреждения.

Задачи:

- создание условий для обеспечения охраны здоровья обучающихся, их полноценного физического развития и формирования потребностей здорового образа жизни;
- определение содержания педагогического процесса в образовательном учреждении, способствующего формированию сохранению и укреплению здоровья, формированию культуры здоровья обучающихся образовательного учреждения;
- создание условий для совместной деятельности медицинских и педагогических работников в оздоровлении детей;
- повышение квалификации педагогических работников учреждения в вопросах развития и охраны здоровья ребенка;
- определение и использование в учебно-воспитательном процессе эффективных форм деятельности педагогических работников, способствующих сохранению и укреплению здоровья, формированию культуры здоровья обучающихся образовательного учреждения;
- создание программно-методического обеспечения образовательного процесса в школе, соответствующее современным требованиям дидактики и возрастной психофизиологии.
- совершенствование материально-технической базы, способствующей сохранению, укреплению здоровья и формированию культуры здоровья;
- просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья ребенка;
- создание условий для полноценного питания школьников.

Концептуальные положения, ведущие подходы и принципы, определяющие реализацию программы.

На протяжении многих лет приоритетной средой обитания для детей школьного возраста являются общеобразовательные учреждения, в которых должны быть созданы не только необходимые, но и безопасные условия для успешной образовательной деятельности детей. Организм ребенка может существовать, успешно развиваться и овладевать программами обучения и воспитания только, находясь в единстве с окружающей средой. В связи с этим, образовательная среда, под которой понимается вся совокупность факторов, формируемая укладом жизнедеятельности школы: материальные ресурсы школы, организация учебного процесса, питания, медицинской помощи, психологический климат, определяет не только успешность обучения и воспитания детей и подростков, но состояние их здоровья.

В настоящей концепции понятие «здоровье» определяется не только как отсутствие болезней и физических дефектов, а как состояние физического, душевного и социального благополучия человека. Являясь целостным социально-психологическим явлением, здоровье школьника представляет интегративный критерий качества современного образования. Подготовить обучающегося к самостоятельной жизни - это значит сформировать у него адекватные механизмы физиологической, психологической, социальной адаптации к окружающей действительности, готовность к самостоятельному жизнепрживанию.

В эпоху быстрой смены технологий речь идёт о формировании принципиально новой системы непрерывного образования, предполагающей постоянное обновление, индивидуализацию спроса и возможностей его удовлетворения. При этом ключевой характеристикой такого образования становится не только передача знаний и технологий, но и формирование творческих компетентностей, инициативности, активной жизненной позиции. Вместе с тем, «стратегический приоритет политики в сфере детства – это формирование и развитие ценностей здорового образа жизни. Разумеется, этот вопрос касается не только детей. Мы, старшие, сами должны подавать соответствующий пример. Всему нашему обществу пора преодолеть инфантилизм в вопросах здорового образа жизни»
Становится очевидным, что необходимо создать в ОУ такие условия, чтобы образование носило действительно качественный фундаментально-продуктивный характер деятельности. Для этого необходимо использовать все разнообразие инновационных инструментов образовательной среды: применять современные образовательные технологии, обновить содержание самого образовательного процесса, индивидуализировать его направленность, создать ресурсные условия (кадровые, материально-технические, финансовые), направленные на сохранение здоровья его участников, формирования у них культуры здорового и безопасного образа жизни.

Это обеспечит ученику возможность сохранения своего здоровья на протяжении всего периода обучения в школе, родителям - возможность увидеть перспективы и потенциал своего ребенка, образовательному учреждению - стать подлинно культурным центром здоровья и безопасности для детских и взросло-детских сообществ, педагогу - повысить свою профессиональную культуру и компетентность в вопросах организации здоровьесозидающего обучения.

Исходя из вышеизложенного, возникла необходимость в разработке программы «Центр здоровья» на базе ГКОУ СО «Красноуфимской школы-интерната». Для реализации данной программы в ОУ созданы такие условия, чтобы обучающийся в полном объёме мог получить: прочные знания по предметам; развить общекультурный кругозор; индивидуальные способности; приобрести опыт общения с людьми; сформировать: способность ориентироваться в жизни, умение вести себя в социуме; дать представление о различных профессиях, представление о ценностях, смысле жизни; умение мыслить самостоятельно; сформировать навыки здорового образа жизни, т.е. дать ребенку социальные ориентиры – чтобы он мог определить свою роль в обществе и адекватную манеру поведения. Оказать помощь в выявлении школьных трудностей, определении группы риска по школьной и социальной адаптации, создать в школе атмосферу, где не будет места развитию заболеваний (психических нарушений, связанных с нарушением такта учителей – дидактогенных заболеваний, проявлений буллинга или моббинга).

Необходимо сформировать у детей навыки эффективной адаптации в обществе, позволяющие в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя, и наркотиков. Обучить родителей и педагогов, как пробудить интерес детей, к различным видам полезной деятельности, позволяющей реализовать потребности в признании, общении, получении новых знаний. Сформировать у обучающихся представление о ценности здоровья и необходи-

мости бережного отношения к нему, расширить знания о правилах ЗОЖ, способствовать развитию самовоспитания обучающихся, в деле соблюдения этих правил:

- развивать умение: оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение) и других людей;
- формировать представление об особенностях своего характера, навыков; управления своим поведением, эмоциональным состоянием;
- развивать коммуникативные навыки (умение строить свои отношения с окружающими в различных ситуациях, избегать конфликтов);
- формировать умение противостоять негативному давлению со стороны окружающих, осознанно выполнять правила здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды;
- способствовать мотивации к различным видам полезной деятельности, позволяющей реализовывать потребность в признании, общении, получении новых знаний;
- просвещать родителей в вопросах формирования у детей позитивного представления о ЗОЖ;
- формировать навыки современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- способствовать формированию убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- способствовать осознанию обучающихся, ценности экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни; к выбору индивидуального рациона здорового питания;
- формировать установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей;
- формировать знания о современных угрозах для жизни и здоровья людей, в том числе экологических и транспортных, готовности активно им противостоять;
- учить использованию современных оздоровительных технологий, в том числе на основе навыков личной гигиены;

Формирование современного уровня культуры безопасности является общешкольной задачей, так как изучение всех школьных предметов вносит свой вклад в формирование современного уровня культуры безопасности.

Решение выше обозначенных проблем нам видится за счет разработки и реализации программы «Центр здоровья», основанной на базовых теоретических концепциях профилактической направленности:

-теория продвижения к здоровью: приоритетной становится концепция человеческого здоровья, а не болезни. Предпочтение отдается подходу «моделирование здоровья», а не подходу «моделирование болезни» как менее перспек-

тивному. Состоянием своего здоровья и благополучия человек способен управлять сам.

-теория мотивации: если человек не приходит к пониманию необходимости постоянных изменений своего мышления и стиля жизни, его жизнь сложится неудачно, он будет обречен на психическую и социальную дезадаптацию. Ясно одно, что риск приобщения его к легальным и нелегальным наркотикам резко увеличивается.

-теория жизненных навыков: акцент в данной теории ставится на развитие самоуправяемого поведения, с учетом выбранного жизненного стиля, развитие самооценки, социальной чувствительности и личностного контроля. Выработка жизненного стержня (позиции), в которой не будет места злоупотреблению психоактивными веществами.

-концепция социальной поддержки: смысл данной концепции заключается в получении разных видов поддержки от семьи, друзей, значимых лиц, что, в конечном счете, облегчает адаптацию, способствует развитию индивида.

-модель копинг-поведения: в ее контексте деятельность личности рассматривается как деятельность по поддержанию и сохранению баланса между требованиями среды и ресурсами, удовлетворяющими этим требованиям. Копинг-поведение регулируется посредством реализации копинг-стратегий на основе личностных и средовых копинг-ресурсов.

Из вышесказанного можно сделать вывод, что на современном этапе необходимо формировать у детей устойчивые мировоззренческие представления об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни как необходимом условии реализации личностных устремлений. Процесс формирования здоровья невозможен без целостной системы воспитания, которую и представляет собой программа «Здоровое поколение»

Описание основных направлений по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса, повышение культуры здоровья в ОУ.

Основными направлениями по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса и повышение культуры здоровья в ГКОУ СО «Красноуфимской школе-интернате» являются:

Оптимизация учебно-воспитательного процесса - знакомство обучающихся с основами здоровьесозидания в учебное и внеурочное время с использованием инновационных педагогических технологий.

Медицинское - предполагает обеспечение гигиенических условий образовательного процесса. Под гигиеническими понимается соблюдение внешних условий организации учебного процесса: составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований, проведение физкультминуток, динамических пауз, организация питания обучающихся, контроль за здоровьем обучающихся.

Просветительское - предполагает организацию деятельности по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; работа по предупреждению детского травматизма на дорогах; работа по предупреждению роста заболеваемости обу-

чающихся школы. Особое место отводится *работе с родителями*, так как прежде всего в семьях формируется образ жизни обучающихся, закладываются основы мировоззрения. Просветительская работа должна сочетать в себе как традиционные, так и современные интерактивные приемы воздействия на обучающихся и их родителей.

Психолого - педагогическое - предполагает прежде всего использование *здоровьесозидающих технологий*, форм и методов в организации учебной и внеурочной деятельности, а также предупреждение проблем в развитии ребенка, *обеспечение адаптации* на разных этапах обучения, развитие познавательной и учебной мотивации, формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля.

Спортивно - оздоровительное - предполагает организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщения обучающихся к здоровому досугу.

Дополнительное образование – предполагает организацию деятельности по формированию ответственного отношения к окружающей среде, которое строится на базе экологического сознания, соблюдении нравственных и правовых принципов природопользования.

V. Условия реализации программы.

Основные принципы формирования культуры здоровья основываются на:

- программно-целевых подходах, которые предполагают единство системы планирования и своевременного внесения корректив в планы работы ГКОУ СО «Красноуфимской школы-интерната»;
- преемственности данной программы с программой развития ГКОУ СО «Красноуфимской школы-интерната»;
- информационной компетентности участников образовательного процесса о реализации программы «Центр здоровья»;
- включении в решение задач программы всех субъектов образовательного пространства;
- целостности и системности процесса создания здоровьесформирующей образовательной среды и использовании ее педагогических возможностей. Интеграции ценностей культуры здоровья в содержание образования и использовании здоровьесозидающих технологий;
- учете возрастных, половых и индивидуальных особенностей обучающихся;
- рациональном сочетании умственной и физической нагрузки;
- развитии двигательной активности и учете индивидуально-личностных возможностей обучающихся;
- вовлечении всех участников образовательного процесса в разнообразные формы деятельности по сохранению и укреплению здоровья;
- обеспечении охраны здоровья обучающихся, формировании у них культуры здоровья - фундаменте благополучия будущих поколений;

- активизации деятельности участников образовательного процесса в направлении реализации целей и задач, обозначенных государством на современном этапе развития;
- организации аналитической деятельности по выявлению эффективности программы.

В ГКОУ СО «Красноуфимской школе-интернате» ведётся системная работа, направленная на сохранение и укрепление здоровья, формирование культуры здоровья.

Для повышения эффективности данной деятельности необходимо, в соответствии с Федеральными требованиями, создать систему условий, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья обучающихся.

Система необходимых условий, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья обучающихся

№ п/п	План действий	Ответственный, контроль	Полезный эффект
1.	Отражение в адаптированной образовательной программе образовательного учреждения, уставе и локальных актах образовательного учреждения направлений деятельности, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, безопасный образ жизни обучающихся	Директор, зам. по УВР	системность деятельности по вопросам здоровьесозидания
2.	Взаимодействие образовательного учреждения с органами исполнительной власти, правоохранительными органами, научными учреждениями, учреждениями дополнительного образования детей, культуры, физической культуры и спорта, здравоохранения и другими заинтересованными организациями по вопросам охраны и укрепления здоровья, безопасного образа жизни обучающихся.	Зам. по УВР	Охрана и укрепление здоровья, безопасного образа жизни обучающихся
3.	Преимущество и непрерывность обучения здоровому и безопасному образу жизни (здоровью) на различных ступенях, уровнях образования.	Зам. по УВР	Охрана и укрепление здоровья, безопасного образа жизни обучающихся
4.	Психолого-педагогическая, медико-социальная поддержка различных групп обучающихся.	Педагог-психолог, медицинский ра-	комплексный подход в оказании психоло-

		ботник	го-педагогической, медико-социальной поддержки различных групп обучающихся
5.	Непрерывность отслеживания сформированности здорового и безопасного образа жизни обучающихся.	Медицинский работник, зам. по УВР	Системность диагностики – своевременность решения вопросов сохранения и укрепления здоровья, профилактики заболеваемости.

Создать организационные условия образовательной среды, обеспечивающие стабилизацию с последующим улучшением состояния здоровья обучающихся.

Здоровьесозидающая инфраструктура образовательного учреждения

№ п/п	План действий	Ответственный, контроль	Полезный эффект
	<i>Развитие материально-технической базы, инфраструктуры ОУ</i> согласно санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся	администрация образовательного учреждения	Соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся
2	<i>Организация питания</i> - возможность получения диетического питания в соответствии с рекомендациями врача	администрация образовательного учреждения	Организация качественного питания обучающихся

3. 3.1	<i>Развитие МТБ, инфраструктуры физкультурно-оздоровительной направленности</i> Анализ состояния и перспективное планирование оснащения согласно требованиям ФГОС СО. Пополнение МТБ	администрация образовательного учреждения	Оснащённость кабинетов, физкультурного зала необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём. Соответствие помещений требованиям СанПиН.
4.	<i>Развитие МТБ, инфраструктуры ОУ</i> Отлаженная работа служб сопровождения образовательного процесса: медицинской, психолого-педагогической, логопедической, дефектологической.	администрация образовательного учреждения	Наличие необходимого (в расчёте на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (учитель физической культуры, психолог, логопед, дефектолог, медицинский работник)

Повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Рациональная организация учебной и внеурочной деятельности обучающихся

№ п/п	План действий	Сроки	Ответственный, контроль	Полезный эффект
1. 1.1	<i>Определение оптимальной нагрузки обучающихся школы</i> Составление годового учебного графика, учебного плана ОУ согласно требованиям ФГОС, СанПиН,	Август ежегодно	Учитель-классный руководитель, администрация ОУ	Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обу-
1.2	Составление расписания уроков и внеурочной деятельности обучающихся согласно требованиям ФГОС, СанПиН	Август ежегодно		
1.3	Осуществление целенаправленного внутришкольного контроля за нормированием нагрузки обучающихся – труда и отдыха:	В системе 2018-2019 гг.		

	<ul style="list-style-type: none"> - нормы домашних заданий к объему классных работ (проверка дневников, журналов, тетрадей уч-ся, посещение уроков); -организация динамических перемен, прогулок детей после занятий; - контроль за тепловым и световым режимом, -состоянием кабинетов к организации образовательного процесса; - организация работы системы дополнительного образования (кружки, секции, др.); - организация питания 	<p>ежедневно не менее 3-4 раз в год</p> <p>ежедневно</p>	<p>Отвественный за питание</p>	<p>чения – сохранение здоровья школьника, выполнение требований здоровьесберегающей педагогики.</p> <p>Отсутствие нареканий органов надзора и контроля.</p>
2.	<i>Применение здоровьесозидающих технологий обучения</i>			
2.1	Повышение профессионального уровня педагогических кадров согласно годовому плану работы	2018-2019 гг.	Зам. директора по УВР,	Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию)
2.2	Работа по проектированию инновационного образовательного процесса: апробация современных технологий, соответствующих требованиям ФГОС, возрастным возможностям и особенностям обучающихся		Руководители МО,	
2.3	Осуществление целенаправленного внутришкольного контроля за организацией образовательного процесса	В течение года по плану	Администрация	
2.4	Диагностика готовности, развития, состояния здоровья обучающихся в процессе обучения: медицинская, психолого-педагогическая, логопедическая, дефектологическая		Учитель, служба сопровождения	

3.	<i>Оптимизация построения лично-стно ориентированного образовательного процесса</i>			Индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности)
3.1	Диагностика готовности к обучению вновь поступивших учеников службами сопровождения	Август 2018-2019 гг.	Администрация	
3.2	Наполнение направлений внеурочной деятельности (родительские собрания)	Ежегодно	Учитель, администрация	
3.3	Организация адаптационного периода пятиклассников	Ежегодно май, сентябрь		
3.4	Дни открытых дверей для родителей			
3.5	Работа медико-психолого-педагогических комиссий	сентябрь-январь		
3.6	Построение лично-стно ориентированного образовательного процесса: дифференциация подходов на уроке к различным обучающимся, планирование форм работы, смены деятельности	сентябрь, октябрь, апрель		
3.7	Дни консультаций для родителей учителя, служб сопровождения, администрации	в теч.года		
3.8	Внутришкольный контроль	в теч.года		
4.	<i>Работа с детьми с ослабленным здоровьем</i>		социальный педагог учитель, администрация, учителя физкультуры	Ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и детьми с ограниченными возможностями здоровья, посещающими специальные медицинские группы под строгим контролем медицинских работников.
4.1	Диагностика служб сопровождения: медико-психолого-педагогической	2-4 раза в год Август 2018-2019		
4.2	Введение в учебный план, расписание третьего часа физкультуры			
4.3	Организация внеурочной деятельности с усилением форм работы по спортивно-оздоровительному направлению на основе запросов родителей, данных медицинской диагностики	В теч.года		
4.4	Организация Дней здоровья в школе	1-2 раза в год		
4.5	Организация спортивно-оздоровительных, познавательных	2 -3 раза в год		Сохранение и укрепление

4.6	походов Организация профилактических классных часов, презентаций по теме: «Если хочешь быть здоров», «Профилактика ОРЗ, ОРВИ», «Как развить память и внимание», др.	Не реже 1 раз в мес.		здоровья, улучшения физического развития обучающихся;
4.7	Работа психолога по коррекции и поддержке обучающихся	В теч. года		Формирование навыков здорового образа жизни.

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы

Обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
- организацию часа активных движений (динамической паузы) и спортивного часа во второй половине дня;
- организацию физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (соревнований, походов и т. п.).

Реализация дополнительных образовательных программ

Поиск оптимальных средств и условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, создание наиболее благоприятных условий для формирования у обучающихся позитивного отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха:

- организация целенаправленной педагогической деятельности по формированию у школьников культуры здорового и безопасного образа жизни, формирование ответственного отношения к своему здоровью как базовой ценности, предопределяющей успешность жизненного пути;
- формирование у обучающихся научных представлений о принципах и путях снижения факторов риска в деятельности человека и общества, потребности предвидеть возможные жизненные экстремальные ситуации, выработать

навык правильного анализа и адекватного поведения, т. е. грамотные действия в тех условиях, которые могут сегодня встретиться на его жизненном пути;

- обеспечение условий реализации процесса обучения и воспитания младших школьников по формированию универсальных учебных действий;
- реализация всех возможностей лица по формированию психически здорового, социально адаптированного, физически развитого человека;
- формирование: устойчивой мотивации поведения, обеспечивающего личную безопасность.

Методы и методики, используемые при реализации программы

- тренинги;
- интерактивные игры, ролевые игры;
- создание тематических презентаций;
- лекционные занятия и беседы;
- индивидуальные и групповые консультации;
- тесты и анкетирование;
- диспуты; круглые столы и школьные конференции;
- родительские собрания и лектории, родительские чтения;
- выпуск газет, плакатов;
- просмотр тематических видеофильмов;
- экскурсии;
- конкурсы;
- спортивные мероприятия.

Педагогические средства

- анкета склонности к вредным привычкам;
- методические рекомендации классным руководителям по формированию у обучающихся гигиенических навыков;
- программа учебных предметов (ОБЖ, физическая культура), формирующих основы здорового образа жизни;
- дни здоровья;
- психодиагностика и психокоррекция;
- программа для обучающихся начальной школы «Азбука здоровья» (3-4 классы);
- программа «Здоровье» (5-6 классы)

VI. Этапы и сроки реализации программы

Этап работы по Программе и	Характеристика этапа	Содержание этапа	Основные ожидаемые результаты этапа
----------------------------	----------------------	------------------	-------------------------------------

его период			
<p><i>I этап</i> 2018-2019 годы</p>	<p><i>Подготовитель-но-аналитический этап</i></p> <p>Подготовка проекта:</p> <p>-анализ уровня ценностной ориентации обучающихся на здоровый образ жизни на основе мониторинга психофизического развития, физической подготовленности и образа жизни обучающихся (диагностика основных параметров, характеризующих психическое и духовное здоровье обучающихся);</p> <p>-планирование работы образовательного учреждения по данному направлению</p>	<p><i>Конструирование учебно-воспитательного процесса, направленное на формирование, сохранение и укрепление здоровья, формирование культуры здоровья обучающихся.</i></p> <p>-организация режима дня детей, учебной нагрузки, питания, состояния физкультурно-оздоровительной работы, мероприятий, способствующих формированию навыков гигиены, рационального питания и профилактики вредных привычек и т.д.;</p> <p>-организация просветительской работы образовательного учреждения с обучающимися и родителями (законными представителями);</p> <p>-выделение приоритетов в работе образовательного учреждения с учётом результатов проведённого анализа макро- и микросреды, а также возрастных особенностей обучающихся (подготовка проекта).</p> <p>- разработка программы «Здоровое поколение», а так же программы «Азбука здоровья» для обучающихся 3-4 классов и программы «Здоровье» для обучающихся 5-6 классов.</p>	<p><i>Создание основ работы по совершенствованию школьной образовательной среды, механизма управления и инфраструктуры</i></p> <p>- развитие спектра вариативности и содержания образования с учетом здоровьесозидающей и безопасной составляющих;</p> <p>-качественный рост мастерства педагогов, управляющего персонала по проблеме формирования культуры здорового и безопасного образа жизни;</p> <p>- создание программы «Здоровое поколение»</p>

<p><i>II этап</i> 2019-2020 годы</p>	<p><i>Внедренческий этап</i> -реализации программы по формированию «Здоровое поколение», -организация работы образовательного учреждения по данному направлению.</p>	<p><i>Реализация модели по формированию, сохранению и укреплению здоровья, формированию культуры здоровья обучающихся:</i> -повышение компетенции всех участников образовательного процесса в области самооценки, саморазвития и самосовершенствования; -просветительско-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни; -просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников образовательного учреждения и повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей.</p> <p><i>Принятие управленческих решений по дальнейшему формированию, сохранению и укреплению здоровья, формированию культуры здоровья обучающихся на основе анализа результатов мони-</i></p>	<p><i>Развитие в школе системы образования, полностью отвечающего современным требованиям ФГОС</i> -основные «точки роста» - значимые эффекты от реализации направлений вариативности и содержания образования, применения инновационных технологий развивающего личностно-ориентированного образования; -внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, которые должны носить модульный характер, реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс; -лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактике вредных привычек; -проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни; -проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.; -знакомство педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) с необходимой научно-методической литературой, освещающих данный вопрос;</p>
--	--	--	---

		<i>торинга и выявления несоответствий.</i>	-привлечение педагогов, медицинских работников, психологов, логопедов, дефектологов и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.
<i>III этап 2020 год</i>	<i>Аналитико - коррекционный этап</i> реализации программы «Здоровое поколение» -реализация модели по формированию, сохранению и укреплению здоровья, формированию культуры здоровья обучающихся; -актуализация цели и задач на основе оценки уровня сформированности компетенций у всех участников образовательного процесса и выявленных несоответствий	Повышение компетенции всех участников образовательного процесса в области самооценки, саморазвития и самосовершенствования: -активное внедрение технологий в учебно-воспитательный процесс, поддержка ресурсных условий, отвечающих требованиям формирования и обеспечения формирования, сохранения и укрепления здоровья, формирования культуры здоровья обучающихся. Принятие управленческих решений по дальнейшему формированию, сохранению и укреплению здоровья, формированию культуры здоровья обучающихся на основе анализа результатов мониторинга и выявления несоответствий.	Достижение конкурентоспособности в предоставлении образовательных услуг включающих решение задач по формированию, сохранению и укреплению здоровья, формированию культуры здоровья обучающихся

VII. Ожидаемые результаты программы

Ожидаемые результаты программы

- создание безопасных условий жизнедеятельности обучающихся и охрану труда работников;
- повышение функциональных возможностей организма обучающихся. Развитие физического потенциала детей и подростков;
- рост уровня физического развития и физической подготовленности обучающихся;
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- повышение уровня самостоятельности и активности обучающихся;
- соблюдение обучающимися режима труда и отдыха;
- повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья обучающихся.

Реализация программы направлена на формирование у обучающихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя

- физиологическую культуру: способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма;
- физическую культуру: способность управлять физическими природосообразными движениями;
- психологическую культуру: способность управлять своими чувствами и эмоциями;
- интеллектуальную культуру: 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.

VIII. Методики оценки качества эффективности реализации программы.

Методы контроля и выявление эффективности программы

- проведение заседаний методического совета ГКОУ СО «Красноуфимская школа-интернат»;
- посещение и взаимопосещение занятий, уроков, проводимых в рамках программы «Здоровое поколение»;
- создание методической копилки инновационных форм учебной деятельности, способствующих созданию и развитию здоровьесозидающей среды;
- мониторинг состояния здоровья обучающихся и морально-психологического климата в школе;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению и посещению внеурочных мероприятий, кружков, секций, способствующих здоровьесозиданию обучающихся;
- осуществление контроля за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью обучающихся.

Система контроля за выполнением основных разделов программы

Показатель мониторинга	Методика	Сроки проведения	Ответственный
Уровень физической подготовленности обучающихся	Тестирование	Два раза в год	Учитель физкультуры
Состояние здоровья обучающихся и сотрудников школы	Сбор информации (данные врачебной амбулатории)	Ежегодно	Медицинский работник
Уровень творческой активности обучающихся	Диагностика уровня творческой активности обучающихся (М.И. Рожков)	Ежегодно	Заместитель директора по УВР
Уровень социальной адаптации, активности, нравственной воспитанности обучающихся	Изучение социализированности обучающихся (М.И. Рожков)	Ежегодно	Педагог-психолог Заместитель директора по УВР
Удовлетворенность обучающихся, педагогов и родителей жизнедеятельностью в школе и результатами образовательного процесса	Изучение удовлетворенности обучающихся школьной жизнью (А.А. Андреев), изучение удовлетворенности педагогов жизнедеятельностью в образовательном учреждении (Е.Н. Степанов), изучение удовлетворенности родителей жизнедеятельностью образовательного учреждения (А.А. Андреев)	Ежегодно	Педагог-психолог Заместитель директора по УВР

IX. Возможные сложности реализации программы и пути их преодоления

Проблемы	Способы решения
Внедрение здоровьесозидающих образовательных технологий и обеспечение медико-психолого-педагогического сопровождения.	
Приоритет традиционных форм и методов организации образовательного процесса, низкий процент использования здоровьесозидающих инновационных технологий обучения в области.	Апробация и внедрение современных образовательных здоровьесозидающих технологий.
Недостаточность материальной базы для создания необходимого здоровьесозидающего пространства и стимулирования условий, обеспечивающих физическое развитие школьников.	Развитие спортивной базы. Создание в рамках ОУ целостной здоровьесозидающей среды, охватывающей физический, нравственный, психический аспекты жизни школьника
Отсутствие специфических критериев оценки деятельности педагогического и медицинского персонала школы по профилактике заболеваемости и укреплению здоровья обучающихся.	Разработка системы критериев и показателей качества медико-педагогического сопровождения обучающихся.
Недостаточный уровень включенности педагогического коллектива школы в работу по вопросам охраны и укрепления здоровья школьников.	Принятие педагогическим коллективом категории здоровья как профессиональной и личностной ценности. Повышение информированности и технологической грамотности педагога в вопросах здоровьесбережения.

X. Основные термины и понятия программы

- *Буллинг* (зади́рание , тра́вля, от англ. *bully* — задирать, запугивать) — агрессивное преследование одного из членов коллектива (особенно коллектива школьников и студентов, но также и сотрудников) со стороны остальных членов коллектива или его части
- *Здоровье* - это состояние полного физического, психологического и социального благополучия. Педагог В. А. Сухомлинский писал: «Забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя. От здоровья и жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, вера в свои силы». Поэтому, та школа, которая обеспечит здоровье детей, будет всегда успешной и востребованной.
- *Здоровьесозидающие* образовательные технологии - комплекс концептуально взаимосвязанных между собой задач, содержания, форм, методов и приемов обучения, сориентированных на развитие ребенка с учетом сохранения его здоровья. Формирование здорового образа жизни.

- *Здоровьесозидающая* образовательная среда - совокупность социально-гигиенических, психолого-педагогических условий и физиологических факторов, способствующих реализации адаптивных возможностей индивида, формированию, сохранению и укреплению психического и физического здоровья обучающихся, воспитанников и гармоничному развитию личности.
- *Копинг-ресурсы*, помогают справиться со стрессогенными ситуациями относятся: ресурсы личности (Я-концепция; интернальный локус контроля; ресурсы когнитивной сферы; аффилиация; эмпатия; позиция человека по отношению к жизни, смерти, любви, вере; духовность; ценностная мотивационная структура личности) и ресурсы социальной среды (окружение, в котором живет человек, а также его умение находить, принимать и оказывать социальную поддержку).
- *Методология* (от *метод* и *греч.* — слово, понятие, учение), система принципов и способов организации и построения теоретич. и практич. деятельности, а также учение об этой системе.
- *Моббинг* (от *англ. mob* — толпа) — форма психологического насилия в виде травли сотрудника в коллективе, как правило, с целью его последующего увольнения. Также моббинг часто встречается в школе. Школьники издеваются, высмеивают своих же одноклассников, которые возможно не так, как принято в их среде, одеваются, слишком хорошо учатся и т. п.
- *Созидание* мн. нет, ср. (книжн. ритор.). Действие по глаг. созидать, творчество. Созидание новых форм жизни. Синонимы слова образование: воспитание, просвещение, культура, цивилизация, прогресс; образованность; выделка, изготовление, созидание, фабрикация, формирование (формировка), организация, устройство.

XI. План мероприятий программы.

Перечень основных мероприятий по реализации программы «Здоровое поколение»

«Здоровье - это здорово!»

5 класс

(план работы)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Воспитатель	Сочинение-рассуждение «Что такое здоровье?»	Кл. час «Как живешь, пятиклассник?» Конкурс рисунков о здоровье	Диаграмма «Мои жизненные ценности» (1 этап)	ПДД: Дорожные «ловушки»
2	Воспитатель и педагог-	Сопровождение адаптационного процесса		Психологический тренинг	Психологическое занятие

	психолог	Проведение дней психологической адаптации	Адаптационная игра «Правила трех С – сотрудничество, сочувствие, самоконтроль»	«Ребята, давайте жить дружно!»	«Дружеский десерт»
3	Воспитатель и учителя-предметники, педагог дополнительного образования	Природоведение: «Закаливание организма».	Природоведение: «Питание и здоровье человека».	Природоведение: «Роль режима труда и отдыха в сохранении здоровья человека»	ОБЖ: Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, Литература: Устное народное творчество. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки (сказки, пословицы и поговорки о здоровом образе жизни)
4	Воспитатель и медицинский работник	Фиточай и его польза.			
		Мониторинг санитарно-гигиенических условий Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Мини - исследование «Много ли ты употребляешь витаминов?»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся	Мониторинг показателей здоровья обучающихся. Составление кроссвордов о витаминах	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья»
5	Воспитатель и родители	Психологическая беседа «Особенности адаптационного периода» (педагог-психолог)	Психологическая беседа «Трудности приспособления к темпу школьной жизни и их причины» (психолог)	Собрание «Как сохранить здоровье ребенка?»	Родительское собрание «Семейное воспитание и здоровье наших детей» (психолог)
6	Воспитатель и учитель физической культуры	День туризма.	Игровая программа «Спортлото»	День здоровья «Ледовые забавы»	День туризма

«Здоровье – это здорово!»
(план работы)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Воспитатель	Беседа «Определение здорового образа жизни»	Кл. час «Курение – медленная смерть»	Беседа «Как противостоять влиянию подростковых антиобщественных группировок»	Викторина «В плену вредных привычек»
2	Воспитатель и педагог-психолог	Анкетирование «Это сладкое слово «успех»	Анкетирование «Хорошие и плохие привычки»	Тренинг «Привычки и воля»	Игра по развитию толерантности «Волшебный кристалл»
3	Воспитатель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся. Составление кроссвордов о витаминах	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья»
4	Воспитатель и родители	Круглый стол «Первые проблемы подросткового возраста» (психолог)	Собрание «Компьютер в жизни школьника»	Родительское собрание «Физическое развитие школьников»	Просмотр видеороликов «Мы говорим – НЕТ!»
5	Воспитатель и педагог-организатор, ПДО	Беседа «Разрешение конфликтов без насилия»	И снова о вреде курения	Беседа «Уголовная ответственность несовершеннолетних»	Дискуссия «Согласны ли вы с тем, что в жизни надо пробовать все?»
6	Воспитатель и учитель физической культуры	День туризма	Веселые состязания «Праздник мяча».	День здоровья «Ледовые забавы»	День туризма

7 класс

«Здоровье – это победа над собой!»

(план работы)

Девиз: Не стремись победить других,
все победы начинаются
с победы над самим собой

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Воспитатель	Диаграмма «Мои жизненные ценности»	Диспут «Что значит быть здоровым?»	Практикум «Как бороться с конфликтами»	Беседа «Что для меня ценно?»
2	Воспитатель и педагог-психолог	Беседа с элементами анкетирования «Как я отношусь к себе и как ко мне относятся другие»	Психологическая игра «На пути к образованному человеку»	Классный час «Конфликты и пути их разрешения»	Тренинг «Как подготовиться к экзаменам и сохранить здоровье?»
3	Воспитатель и учителя-предметники, педагог дополнительного образования	Беседа «Алкоголь и его влияние на организм подростка»	Беседа-игра «Как перехитрить грипп»	Кл. час «Профилактика нервных и психических заболеваний. Наркотики. Алкоголизм» Беседа «Токсикомания»	Беседа «Навыки сохранения зрения и его коррекция»
4	Воспитатель и медицинский работник	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся. Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.
5	Воспитатель и родители	Дискуссия «Пока не поздно! Права и обязанности родителей, права и обязанности ребенка»	Собрание «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»	Лекторий «Подготовка к взрослости»	Собрание «Положительные эмоции в жизни человека» (психолог)

6	Воспитатель и учитель физической культуры	День туризма	Игра «Снайпер»	День здоровья «Ледовые забавы»	День туризма
---	---	--------------	----------------	--------------------------------	--------------

8-9 класс
«Здоровье – это умение общаться!»
(план работы)

Девиз: Для успеха в жизни умение общаться с людьми не менее важно, чем обладание талантом.

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Воспитатель	Театрализованная игра «Суд над сигаретой»	Круглый стол «Мои проблемы»	Кл. час «Я хочу пожелать вам «Здоровствуйте!»	Встреча со специалистами СПИД-центра. Деловая игра «Разговор на чистоту»
2	Воспитатель и педагог-психолог	Урок толерантности «Толерантность к проявлению чувств другими людьми»	Тренинг «В гармонии с собой и окружающими»	Классный час «Эмоции и чувства. Их влияние на здоровье человека»	Анкета «Насколько ты эмоционален»
3	Воспитатель и медицинский работник	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Беседа мед. работника «Последствия ранних половых связей и беспорядочной половой жизни для здоровья женщины»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ».	Мониторинг показателей здоровья обучающихся. Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья».	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья»
4	Воспитатель и родители	Собрание «Не дай нам Бог судьбу ребенка увидеть на конце иглы»	Беседа «В здоровом теле – здоровый дух!»	Психологическая беседа с результатами исследования «Агрессия: ее причины и последствия»	Родительское собрание «Ребенок становится трудным» (педагог-психолог)

5	Воспитатель и педагог-организатор	Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!»	Беседа «Юридическая ответственность за злоупотребление ПАВ»	«Наркотики – мой яд!»	Анкета: употребление алкоголя, сигарет, наркотиков.
6	Воспитатель и учитель физической культуры	День туризма	Деловая игра «От спорта к здоровью»	День здоровья «Ледовые забавы»	День туризма

Классные часы по вопросам гигиены и охраны здоровья детей.

Месяц	3 – 4 классы	5 – 9 классы
Сентябрь	Предупреждение травматизма по пути в школу.	Предупреждение дорожно-транспортных происшествий.
Октябрь	Личная гигиена школьника.	Инфекционные заболевания.
Ноябрь	Гигиена внешней среды.	Меры предупреждения заболеваний, передаваемых от домашних животных.
Декабрь	Правила ухода за зубами.	Правила ухода за зубами.
Январь	Предупреждение травматизма при спортивных занятиях.	Предупреждение травматизма при спортивных занятиях.
Февраль	Как содержать в чистоте своё тело.	Некоторые вопросы здоровья и нравственности.
Март	Зарядка и физкультура в жизни школьника.	Вредные привычки и их преодоление.
Апрель	Влияние курения на организм человека.	Организация свободного времени.
Май	Правила купания и езды на велосипеде.	Развитие человека и вопросы гигиены.

Просветительская работа с родителями

Класс	Название родительского собрания	Дата проведения
3-9 классы	Поговорим «О школьной форме», «Режим питания ребенка. Школьный завтрак». Встреча учащихся и родителей с психологом школы по вопросу «Как избежать стрессов и психических расстройств младшего школьника».	сентябрь
3-9 классы	Наркомания - знамение времени. Как уберечь ребенка от дурного влияния, пагубных привычек, наркотика. Особенности полового развития старше-	декабрь

	го подростка (15-16 лет). Плоды «свободной любви». Подросток- преступник: причины, последствия.	
8-9 классы	Особенности физического и психического развития подростка 13-14 лет» (с привлечением психолога). Встречи с работниками РОВД по вопросу профилактики преступности.	февраль
5-9 классы	«Физическая культура и спорт». «Об особенностях физического развития младшего подростка». «Профилактики ранней преступности».	апрель

*Индивидуальная коррекционная работа с обучающимися и родителями.
(педагог – психолог)*

Индивидуальные беседы по вопросам диагностики и коррекции:

- готовности обучения в школе	май – сентябрь;
- конфликтного общения	в течение года;
- низкой успеваемости	в течение года;
- фобий	в течение года;
- результатов исследований	в течение года;
- снятие стрессового состояния	в течение года;

План лечебно-оздоровительных мероприятий

n\п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Лабораторные обследования: -общий анализ крови, мочи; -исследование кала на гельминты.	В течение года (1 раз в год)	Врач
2	Профилактические прививки	По плану	Врач
3	Реализация национального проекта - вакцинации против гепатита В, краснухи.	В течение года (1 раз в год)	Врач
4	Диспансерный осмотр специалистами 3-9 кл.	В течение года (1 раз в год)	Врач
5	Профилактика близорукости у детей – гимнастика для глаз.	Ежедневно	Учителя
6	Сквозное проветривание помещений.	Ежедневно	Учителя
7	Проведение физминуток на уроках	Ежедневно	Учителя
8	Соблюдение мероприятий по улучшению адаптационного периода у вновь поступающих детей, по-	В течение года	Классные руководители.

	сле пропусков по болезни: - назначение щадящего режима обучения		
9	Строгое соблюдение режима дня в образовательном учреждении и дома.	Ежедневно	Кл. руководители, родители
10	Строгое соблюдение санитарно – гигиенических требований.	Ежедневно	Директор, Врач, Зам директора по АХЧ.
11	Проведение санитарно – просветительской работы родителей, учителей по теме: - «Режим дня для часто болеющих детей»; - «Питание ребенка дома и в школе»; - «Вредные привычки у родителей: курение, употребление алкоголя и их влияние на детей»; - «Организация зрительного режима в вечернее время и в выходные дни у детей». Для детей курс лекций по программе «Азбука здоровья»	По плану врача	Врач, педагога, зам. директора по ВР

**Образовательная программа
Азбука здоровья**

«Здоровье – это ещё не всё, но всё без здоровья – ничто»
Сократ

Пояснительная записка

Поступление ребёнка в школу – первая большая и серьёзная ступень в его жизни.

От периода раннего детства – поры беспечных игр и достаточно большой свободы – дети переходят к новому напряжённому учебному труду, новому режиму, иному ритму жизни.

Все мы – родители, врачи, педагоги – хотим, чтобы наши дети хорошо учились, год от года становились сильнее, выросли и входили в большую жизнь людьми не только знающими, но и здоровыми. Ведь здоровье – это бесценный дар, который даёт человеку природа. Без него жизнь не будет интересной и счастливой. Но часто мы, растрачиваем этот дар попусту, забывая, что потерять здоровье легко, а восстановить очень и очень трудно.

В процессе обучения в соответствии с идеями здоровьесозидающих образовательных технологий ставится задача сформировать у младших школьников необходимые знания, умения и навыки здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Обучение младших школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства – актуальная задача современного образования. Предлагаемый курс занятия «Азбука здоровья» нацелен на формирование у ребёнка ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков обучающихся по гигиенической культуре.

Курс «Азбука здоровья» должен стать «школой здорового образа жизни» обучающихся, где любая их деятельность будет носить оздоровительно – педагогическую направленность и способность воспитанию у младших школьников потребность к здоровому образу жизни, формирование навыков принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления здоровья.

Программа «Азбука здоровья» рассчитана на обучающихся начальной школы и предназначена для работы в любой системе начального образования.

Цель программы: формирование личности, способной реализовать себя максимально эффективно в современном мире, творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками здоровьесозидания и безопасного поведения

Задачи программы:

- формирование у младших школьников мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни, чувства ответственности за сохранение и укрепление здоровья;
- развитие познавательной активности младших школьников, творческих способностей, любознательности, расширение кругозора обучающихся; развитие умения сравнивать, анализировать жизненные ситуации; развитие умения проводить самостоятельные наблюдения;
- воспитание у младших школьников потребности к здоровому образу жизни.

При решении задач обучения, развития и воспитания обучающихся акцент делается на задаче развития: знания и умения являются не самоцелью, а средством развития интеллектуальной и эмоциональной сферы, творческих способностей обучающихся, личности ребёнка.

Принципы построения программы:

Данная программа позволяет реализовать в школьной практике принципы государственной политики и общие требования к содержанию образования в Законе «Об образовании».

Принцип сознательности – нацеливает на формирование у обучаемых глубокого понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности.

Принцип систематичности и последовательности – проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового, и опираясь на него, приступить к

познанию последующего, более сложного материала. Систематически проводимые формы организации познавательной деятельности в сочетании со здоровьесозидающими мероприятиями приучат обучающихся постоянно соблюдать оздоровительно воспитательный режим.

Принцип повторения знаний, умений и навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы. Характер элементов деятельности пожелает проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приёмов, в различных формах заданий.

Принцип постепенности. Стратегия и тактика систематического и последовательного обучения важна для формирования здоровьесберегающих условий всестороннего образования ребёнка.

Принцип индивидуализации осуществляется на основе закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности обучающихся, педагог всесторонне развивает каждого ребёнка, планирует и прогнозирует его развитие. С учётом уровня индивидуальной подготовленности, его двигательных способностей и состояния здоровья, намечают пути совершенствования умений и навыков.

Принцип непрерывности выражает закономерности построения педагогики оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха.

Принцип цикличности способствует упорядочению процесса педагогики оздоровления. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность ученика к каждому последующему этапу обучения.

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий.

Принцип наглядности – обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств к процессу познания. Принцип наглядности направлен для связи чувственного восприятия с мышлением.

Принцип активности – предполагает у обучающихся высокую степень подвижности, самостоятельности, инициативы и творчества.

Принцип всестороннего и гармонического развития личности. Содействует развитию психофизических способностей, знаний, умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее – физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое – развитие личности ребёнка.

Принцип оздоровительной направленности решает задачи укрепления здоровья школьника.

Принцип формирования ответственности у обучающихся за своё здоровье и здоровье окружающих людей.

Участники программы:

В реализации программы участвуют обучающиеся 3-4 года обучения.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на два года обучения, 1 час в неделю.

3 год обучения- 34 часа;

4 год обучения- 34 часа;

Итого - 68 часов

Формы и режим занятий.

Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Занятия в классе и на природе.

- Уроки – путешествия.
- Уроки – КВН.
- Праздники.
- Игры.
- Викторины.
- Экскурсии.

Методы и приёмы работы

Эффективность занятий по программе в значительной степени будет зависеть от разнообразия средств и методов, которые использует педагог в своей работе.

«Азбука здоровья» предусматривает следующие **методы** работы с детьми: занимательная беседа, рассказ, чтение, обсуждение детских книг по теме занятия, инсценирование ситуаций, просмотр мультфильмов, кинофильмов и др.

Чтобы изучение программы способствовало развитию обучающихся, на занятиях необходимо использовать логические **приёмы** мышления: сопоставление, сравнение, выявление различий и сходства в различных жизненных ситуациях, выявление причин и др.

Результативность работы по программе «Азбука здоровья» во многом зависит от степени подготовленности педагога, его эрудиции и профессионализма. Учитель должен найти нужный тон в общении с обучающимися, избегать назидательности, создавать на занятиях обстановку непринуждённости и взаимопонимания.

Ожидаемые результаты

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;	работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место; принимать цели и	выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов; делать простейшие обобщения, срав-	вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс); использовать при-

<p>способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;</p> <p>готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе;</p> <p>бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.</p>	<p>произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;</p> <p>активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;</p>	<p>наглядно классифицировать на наглядном материале;</p> <p>пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;</p> <p>работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных, электронных и других носителях).</p>	<p>исполнять ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;</p> <p>обращаться за помощью и принимать помощь;</p> <p>слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту.</p>
--	--	--	--

*Тематическое планирование
Курса «Азбука здоровья».*

3 класс

34 часа

№	Тема занятия	Количество часов
1.	Чего не надо бояться.	1
2.	Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным.	2
3.	Почему мы говорим неправду.	2
4.	Почему мы не слушаемся родителей.	2
5.	Надо уметь сдерживать себя.	2
6.	Не грызи ногти , не ковыряй в носу.	2
7.	Как относиться к подаркам.	2
8.	Как следует относиться к наказаниям.	1
9.	Как нужно одеваться.	1
10.	Как вести себя с незнакомыми людьми.	1
11.	Как вести себя, когда что-то болит.	1

12.	Как вести себя за столом.	2
13.	Как вести в гостях.	1
14.	Как вести себя в общественных местах.	2
15.	«Нехорошие слова». Недобрые шутки.	2
16.	Что делать, если не хочется в школу.	1
17.	Чем заняться после школы.	1
18.	Как выбрать друзей.	2
19.	Как помочь родителям.	1
20.	Как помочь беспомощным и больным.	2
21.	Повторение.	3

Всего-34 часа

Содержание программы

3 класс – 34 часа

Чего не надо бояться(1ч)

Как воспитывать уверенность и бесстрашие

Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным(2ч)

Учимся думать .Спешит делать добро

Почему мы говорим неправду(2ч)

Поможет ли нам обман. «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках

Почему мы не слушаемся родителей(2ч)

Надо ли прислушиваться к советам родителей. Почему дети и родители не всегда понимают друг друга

Надо ли уметь сдерживать себя(2ч)

Все ли желания выполнимы. Как воспитать в себе сдержанность

Не грызи ногти, не ковыряй в носу(2ч)

Как отучить себя от вредных привычек. Как отучить себя от вредных привычек(продолжение)

Как относиться к подаркам(2ч)

Я принимаю подарок. Я дарю подарок

Как следует относиться к наказаниям(1ч)

Наказание

Как нужно одеваться(1ч)

Одежда

Как вести себя с незнакомыми людьми(1ч)

Ответственное поведение

Как вести себя, когда что – то болит(1ч)

Боль

Как вести себя за столом(2ч)

Сервировка стола. Правила поведения за столом

Как вести себя в гостях(1ч)

Ты идёшь в гости

Как вести себя в общественных местах(2ч)

Как вести себя в транспорте и на улице. Как вести себя в театре, в кино, школе

«Нехорошие слова». Недобрые шутки(2ч)

Умеем ли мы вежливо общаться. Умеем ли мы разговаривать по телефону

Что делать. Если не хочется в школу(1ч)

Помоги себе сам

Чем заняться после школы(1ч)

Умей организовать свой досуг

Как выбрать друзей(2ч)

Что такое дружба. Кто может считаться настоящим другом

Как помочь родителям(1ч)

Как доставить родителям радость

Как помочь больным и беспомощным(2ч)

Если кому –нибудь нужна твоя помощь. Спешите делать добро

Повторение(3ч)

Огонёк здоровья. Путешествие в страну здоровья. Культура здорового образа жизни

*Тематическое планирование
курса «Азбука здоровья»*

4 класс

34 часа

№	Тема занятия	Количество часов
1.	Наше здоровье.	4
2.	Как помочь сохранить здоровье.	3
3.	Что зависит от моего решения.	2
4.	Злой волшебник – табак.	1
5.	Почему некоторые привычки называются вредными.	5
6.	Помоги себе сам.	1
7.	Злой волшебник – алкоголь.	3
8.	Злой волшебник – наркотик.	2
9.	Мы – одна семья.	2
10.	Повторение.	11
	Всего-34 часа	

Содержание программы

4 класс – 34 часа

Наше здоровье(4ч)

Что такое здоровье. Что такое эмоции. Чувства и поступки. Стресс

Как помочь сохранить себе здоровье(3ч)

Учимся думать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать.

Что зависит от моего решения(2ч)

Принимаю решение. Я отвечаю за своё решение.

Злой волшебник – табак(1ч)

Что мы знаем о курении

Почему некоторые привычки называются вредными(5ч)

Зависимость. Умей сказать НЕТ. Как сказать НЕТ. Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ. Я умею выбирать – тренинг безопасного поведения.

Помоги себе сам (1ч)

Волевое поведение

Злой волшебник – алкоголь(3ч)

Алкоголь. Алкоголь – ошибка. Алкоголь – сделай выбор

Злой волшебник – наркотик(2ч)

Наркотик. Наркотик – тренинг безопасного поведения.

Мы – одна семья(2ч)

Мальчишки и девчонки. Моя семья.

Повторение(11ч)

Дружба. День здоровья. Умеем ли мы правильно питаться. Я выбираю кашу.

Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули. Чистота и порядок. Будем делать хорошо и не будем плохо. КВН «Наше здоровье». Я здоровье берегу – сам себе я помогу. Будьте здоровы.

*Программа «Здоровье» для обучающихся 5-6 классов
(70 часов)*

Пояснительная записка

Реализация здоровьесозидающих технологий в школе.

Состояние здоровья подрастающего поколения в последние годы неуклонно ухудшается: за время обучения в школе численность здоровых учащихся сокращается в 4-5 раз. Различные патологические изменения обнаруживаются у 86 % учащихся I касса и у 93% -старшекласников. Это объясняется низким уровнем здоровья поступающих в школу детей, что неблагоприятно отражается на процессе их адаптации к школьным нагрузкам, являясь причиной дальнейшего ухудшения их здоровья и плохой успеваемости. Подобная ситуация на фоне неблагоприятных тенденций в состоянии здоровья учащихся диктует необходимость усиления воспитания и обучения культуре здорового образа жизни. Главным условием повышения здоровьесозидающей активности является:

- осознание ценности здоровья;
- формирование установки на его сохранение и укрепление;
- избавление от потребительской психологии, когда главная роль отводится работникам системы здравоохранения.

Яркой иллюстрацией низкой культуры школьников и их родителей является тот факт, что только 31,3% учащихся во время болезненных проявлений в виде насморка, кашля, головной боли никогда не посещают школу, 41,4% - иногда, а 23,5% вовсе не обращают на это внимания, тем самым, ухудшая состояние своего здоровья, способствуя переходу заболеваний в хроническую

форму. Вместе с тем, посещая занятия в болезненном состоянии, они подвергают опасности здоровье окружающих.

На основании вышеизложенного в курсе «Здоровье» предусмотрено изучение таких вопросов, как:

- личная гигиена, её значение в укреплении здоровья;
- взаимосвязь между физическим и эмоциональным состоянием;
- закаливание организма в домашних условиях;
- гигиена опорно-двигательного аппарата;
- значение регулярных занятий физическими упражнениями для формирования правильной осанки;
- отсутствие вредных привычек как составляющая здорового образа жизни.

Основные принципы построения данного курса - интегрированность и динамичность.

По содержанию курс включает в себя сведения ряда дисциплин, тесно связанных с его целями и задачами (ОБЖ, эстетика, физическое воспитание и др.)

Цель программы «Здоровье»: формирование личности, способной реализовать себя максимально эффективно в современном мире, творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками здоровьесозидания и безопасного поведения.

Программа предусматривает получение обучающимися знаний и навыков, необходимых для формирования потребности в здоровом образе жизни, навыков гигиены и профилактики заболеваний, ухода за больными, рационального питания и других способов самосовершенствования.

Задачи:

- формирование у обучающихся потребности в здоровье и сознательном отношении к нему;
- формирование системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни;
- формирование нравственной культуры, самопознания, умений и навыков по физическому и нравственному самосовершенствованию.

Занятия проводятся в виде беседы-диалога, деловой игры, урока-практикума. Тематический план и программа курса «Здоровье» рассчитаны на 35 часов в год, т.е. 1 час в неделю.

В целях обеспечения преемственности и целевой направленности предлагается осуществлять формирование норм здорового образа жизни по следующим приоритетным направлениям:

1. Здоровье и здоровый образ жизни.
2. Режим дня, учёбы и отдыха.
3. Основы рационального питания.
4. Личная гигиена.
5. Значение физкультуры и закаливания для сохранения здоровья.
6. Антиалкогольное и антитабачное воспитание.

Одним из важных методов контроля является планомерное систематическое наблюдение за обучающимися на уроках и вне уроков. Данные такого наблюдения позволяют осуществлять индивидуальный подход к обучающимся

путём применения различных методов обучения и воспитания, проверки полученных умений и навыков.

Успех работы по реализации здоровьесозидающих технологий зависит от многих составляющих, в частности, от:

- активного участия в этом процессе самих обучающихся;
- создания здоровьесозидающей среды;
- высокого профессионализма компетентности и грамотности педагогов;
- планомерной работы с родителями;
- тесного сотрудничества с социально-культурной сферой города.

Учебно- тематический план

№	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	
		5 класс	6 класс
1	Здоровье – это здорово	3	2
2	Наше духовное и социальное здоровье	6	6
3	Здоровый образ жизни	2	-
4	Здоровый образ жизни и вредные привычки.	-	4
5	Как измерить свое здоровье	1	-
6	Режим дня школьника	3	-
7	Занятия спортом и физической культурой	-	3
8	Гигиена школьника	5	6
9	Предупреждение простудных заболеваний и закаливание	4	-
10	Предупреждение инфекционных заболеваний и вакцинация	-	2
11	Правильное питание – путь к здоровому образу жизни	3	3
12	Основы потребительских знаний	2	2
13	Основы медицинских знаний. Правила оказания первой помощи	5	5
14	Обобщающий урок	1	1
ИТОГО		35	35

5 класс

Тема 1. Здоровье – это здорово. (3 часа).

1. Что такое здоровье.

2. От чего зависит здоровье. Главная цель – сохранить здоровье. Знакомимся – академик Углов (1904-2008) и его 12 заповедей сохранения здоровья и трудоспособности.

Составляющие здоровья: физическая, духовная, социальная.

3. *Практическое занятие*: выделить факторы (физические, духовные, социальные) укрепляющие и разрушающие здоровье.

Тема 2. Наше духовное и социальное здоровье. (6 часов)

1. Что такое счастье.

2. Пять ступеней счастья.

3. *Практическое занятие*: Можем ли мы сделать свою жизнь счастливее?

Учимся искать в себе и соседи по парте привлекательные и уникальные черты внешности и характера.

4. Можем ли мы кого-то сделать счастливее (сказка Ш.Перро «Рикке с Холком»)

Практическое занятие: сочинение-рассуждение на тему.

5. Этика и этикет. История этикета. История этикета в России.

Школьный этикет: правила поведения в раздевалке на перемене, в раздевалке, в столовой.

Практическое занятие: составить правила этикета школы.

6. Этикет знакомства и приветствия. Телефонный этикет. Праздничный этикет. Транспортный этикет.

Практическое занятие: «Звонок другу».

Тема 3. Здоровый образ жизни. (2 часа)

1. Здоровый образ жизни. Пути его формирования. Кто такой здоровый человек.

2. Как сохранить здоровье. Можно ли созидать здоровье.

Практическое занятие: заполнить анкету: «Отношение обучающегося к здоровью и здоровому образу жизни».

Тема 4. Как измерить свое здоровье. (1 час)

1. Физические показатели здоровья (вес, рост, пульс, температура, артериальное давление, результаты анализов, диагностическая проба реакция Манту).

Практическое занятие: измерить пульс, определить нормальную массу тела: соотношение массы и роста подростка.

Тема 5. Режим дня школьника. (3 часа)

1. Что такое режим труда и отдыха. Значение правильного распорядка дня.

Практическое занятие: составить свой режим дня.

2. Умственные и физические нагрузки. Признаки переутомления. Значение двигательной активности. Учеба и активный отдых.

3. Значение сна. Фазы сна. Гормон сна – мелатонин.

Практическое занятие: санитарно-гигиенические требования, предъявляемые ко сну человека. Составление карты продолжительности сна за неделю.

Тема 6. Гигиена школьника. (5 часов)

1. Понятие гигиены как науки. Гигиена человека, окружающей среды, жилища.

2. Понятие личной гигиены и ее соблюдение. Кожа и ее функции. Профилактика кожных заболеваний. Гигиена кожи.
3. Ногти, их значение. Виды заболеваний, их профилактика. Правила ухода.
4. Волосы. Значение волосяного покрова. Приемы ухода за волосами. Прическа подростка.
5. Гигиена полости рта. Строение полости рта. Значение органов ротовой полости. Основные способы ухода. Классификация и виды средств гигиены рта, способы их применения. Распространенные заболевания полости рта подростков, их профилактика.

Практическое занятие: «Уход за зубами».

Тема 7. Предупреждение простудных заболеваний и закаливание. (4 часа)

1. Влияние высоких и низких температур на организм. Тепловой, солнечный удар. Солнечные ожоги.

2. Переохлаждение организма. Обморожение.

Практическое занятие: составить сезонный гардероб школьника.

3. Понятие о простудных (вирусных) заболеваниях, их профилактика.

4. Что такое закаливание. Как правильно начать закаливаться.

Практическое занятие: оценить состояние иммунитета.

Тема 8. Правильное питание – путь к здоровому образу жизни. (3 часа)

1. Роль питания в жизни человека. Рациональный режим питания.

2. Значение воды. Правильный питьевой режим.

3. Энергетический состав продуктов.

Практическое занятие: считаем калории.

Тема 9. Основы потребительских знаний. (2 часа)

1. Кто такие потребители. Что мы потребляем. Как продаются товары. Где и какой товар лучше покупать.

2. Источники информации для потребителя. Маркировка. Какую информацию можно найти на упаковке товара. Специальные символы: экологические, стандартов качества, безопасности, правила пользования товаром, состав продукта, индекс «Е», штрих-код.

Практическое занятие: «О чем может рассказать упаковка».

Тема 10. Основы медицинских знаний. Правила оказания первой помощи.

(5 часов)

1. Ранения. Виды ранений. Типы и виды кровотечений.

2. Способы временной остановки кровотечения. Использование штатных и подручных средств. Имobilизация. Ее значение.

3-5. *Практические занятия:* способы временной остановки кровотечения: пальцевое прижатие, наложение давящей повязки, максимальное сгибание конечности, наложение жгута, имobilизация.

Обобщающий урок.

Тема 1. Здоровье – это здорово. (2 часа).

1. Кто заботится о здоровье человека. Система здравоохранения в нашей стране.

Обязательное и добровольное медицинское страхование. Страховой полис. Всемирная организация здравоохранения.

2. Что выгоднее: созидать и укреплять здоровье или лечиться.

Профилактика и лечение заболеваний.

Практическое занятие: выбрать из предложенных видов страхования оптимальный страховой медицинский полис для отдыха в другой стране.

Тема 2. Наше духовное и социальное здоровье. (6 часов)

1. Умеем ли мы общаться. М/ф «Ух ты, говорящая рыба!» - Дари людям добро и оно к тебе вернется. Гормоны радости и счастья. Почему они вырабатываются, что этому способствует.

2. Отношение со сверстниками. Дружеские отношения и конфликтные ситуации.

Пути предотвращения и разрешения конфликтов.

Практическое занятие: народная мудрость: пословицы о дружбе и друзьях. В чем их смысл.

3. Ох, уж эти взрослые! Ограничение свободы или проявление заботы. Взаимопонимание и взаимоподдержка в семье. Семейные традиции.

Практическое занятие: рассказать о семейной традиции. Конкурс на самую оригинальную традицию.

4. Отношения с учителями. Уважение к труду учителя. Учитель – доверенное лицо и близкий друг.

5. Кто поможет разобраться в конфликтной ситуации. Социальные службы помощи в кризисных ситуациях. Телефоны доверия.

6. Домашний питомец – друг и член семьи. Ответственность за братьев наших младших.

Практическое занятие: как ты ухаживаешь за своим любимцем.

Тема 3. Здоровый образ жизни и вредные привычки. (4 часа)

1. Здоровый образ жизни. Пути его формирования.

2. Что можно назвать вредной привычкой. Классификация вредных привычек. Репродуктивное здоровье человека и влияние на него вредных привычек. Сила воли и соблазн.

3. О вреде курения. Влияние на организм подростка. Профилактика курения.

О вреде алкоголя. Влияние на организм подростка. Профилактика употребления.

4. О вреде наркомании. Влияние на организм подростка. Профилактика употребления. Социальные службы доверия.

Практическое занятие: составить индивидуальные правила ЗОЖ.

Тема 4. Занятия спортом и физической культурой (3 часа)

1. Значение двигательной активности. Гиподинамия. Формирование опорно-двигательного аппарата человека.

2. Роль позвоночника. Зачем нужен мышечный каркас. Профилактика искривлений позвоночника у подростков.

Практическое занятие: определение гибкости позвоночника.

3. Утренняя гимнастика.

Практическое занятие: составить комплекс упражнений для укрепления позвоночника.

4. Уроки физкультуры. Спортивные клубы.

Практическое занятие: спортивные клубы нашего района

Тема 5. Гигиена школьника. (7 часов)

1. Понятие гигиены как науки. Гигиена человека, окружающей среды, жилища.

Гигиена одежды. Натуральные, искусственные, синтетические волокна. Что предпочесть? Уход за одеждой и обувью.

2. Дом, в котором мы живем. Санитарные нормы и правила. Осторожно, ремонт! Натуральные и синтетические стройматериалы.

Практическое занятие: обсуждение фильма об эксперименте с двумя крысами, живущими в домиках из разных материалов.

3. Освещенность. Влияние освещенности на зрение. Как утилизировать ртутьсодержащие лампы.

4. Микроклимат помещения. Современные климатические установки. Свежий воздух и содержание кислорода в нем. Проветривание и комнатные растения.

Практическое занятие: выбрать растение, вырабатывающее наибольшее количество кислорода, уход за ним.

5. Содержание дома в чистоте и красиво и полезно. Пылевые клещи. Аллергические реакции. Влажная уборка помещения. Средства бытовой химии.

6. Гигиена рабочего места школьника. Как правильно организовать рабочее место: настольная лампа, компьютер, эргономичная мебель.

Практическое занятие: нарисуй свой рабочий стол.

7. Подросток и компьютер. Медиабезопасность.

Тема 6. Предупреждение инфекционных заболеваний и вакцинация. (2 часа)

1. Что такое инфекции. Их виды и последствия. Пути заражения. Что такое вакцинация. История вакцинации, с чего все начиналось. Понятие иммунитета. Как он вырабатывается.

2. Заболевания, при которых показана вакцинация. Знакомимся с прививками. Прививки обязательные и необязательные. Эпидемия. Профилактические меры.

Практическое занятие: все ли ты знаешь о своих прививках.

Тема 7. Правильное питание – путь к здоровому образу жизни. (3 часа)

1. Роль питания в жизни человека. Рациональный режим питания. Белки, жиры и углеводы. Минеральный и витаминный состав продуктов.

2. Значение продуктов растительного происхождения.

3. Значение продуктов животного происхождения. Морепродукты.

4. Диеты, их виды и значение. Вред или польза.

Практическое занятие: морковь – отварная или сырая? В каком случае полезных веществ организм получит больше.

Тема 8. Основы потребительских знаний. (2 часа)

1. Гарантия и качество товаров и продуктов. Сроки хранения. Свежие, замороженные, консервированные или сушеные фрукты и овощи? Выбираем по сезону. Правила хранения. Как сохранить продукты. Как это делали наши предки.

2. Что в яблочке наливном? Использование удобрений, пестицидов, инсектицидов.

Практическое занятие: дневник наблюдения: что происходит с яблоками, выращенными в разных странах.

Тема 9. Основы медицинских знаний. Правила оказания первой помощи.

(5 часов)

1. Травмы. Виды травм. Ушибы, вывихи, растяжения, разрывы мышц и связок, переломы. Профилактика травм у школьников.

2. Правила поведения на переменах, уроках физкультуры, занятиях спортом, в быту.

Практическое занятие: составить правила поведения во время игровых видов спорта.

3. Способы оказания первой помощи при различных видах травм. Иммобилизация. Использование штатных и подручных средств. Переноска пострадавшего носилочным и безносилочным способами.

4-5. *Практическое занятие:* наложение шины на верхние конечности, наложение шины на нижние конечности. Переноска пострадавшего при помощи носилок и без них.

Обобщающий урок.

Анкета по определению уровня здоровья обучающихся

1. Как ты оцениваешь свое здоровье? (%)								
Классы	5	6	7	8	9	10	11	итог
Отличное								
Хорошее								
Удовлетворительное								
Плохое								
Очень плохое								
2. Как, по-твоему мнению, влияет школа на здоровье учащихся? (%)								
Классы	5	6	7	8	9	10	11	итог
Хорошо влияет								
Почти не влияет								
Плохо влияет								
Не знаю								

3. Испытываешь ли ты чувство усталости на уроках в школе? (%)								
Классы	5	6	7	8	9	10	11	итог
Да, почти всегда								
Да, достаточно часто								
Редко								
Нет, я совсем не устаю								
4. Возвращаясь домой из школы, чувствуешь ли ты себя обычно уставшим? (%)								
Классы	5	6	7	8	9	10	11	итог
Да, всегда								
Часто								
Редко								
Никогда								
5. Помогает ли тебе школа заботиться о своем здоровье? (%)								
Классы	5	6	7	8	9	10	11	итог
Да, помогает								
Немного помогает								
Совсем не помогает								
Не знаю								

**План спортивно-массовой работы
ГКОУ СО «Красноуфимская школа – интернат»
на 2018 – 2019 учебный год.**

№ п/п	Мероприятие	Сроки	Ответственные
1.	Соревнование по легкой атлетике в рамках Всероссийского дня бега «Кросс Наций» (Озерский территориальный отдел АМО Красноуфимский округ).	сентябрь	Орг.комитет, Сорогина И .М.
2.	Участие в соревновании по туризму в зачет 37 спартакиады работников ОУ МО Красноуфимский округ.	сентябрь	Профсоюзный комитет, учитель физкультуры.
3.	Товарищеская встреча по пионерболу (среди 7 - 9 классов).	сентябрь	Сорогина И .М.

4.	Соревнование по пионерболу среди обучающихся коррекционных школ по программе Специальной Олимпиады в соответствии с планом общества «Надежда».	сентябрь	Сорогина И .М.
5.	Первенство школы по настольному теннису.	октябрь	Сорогина И .М.
6.	Турнир по настольному теннису среди людей с ограниченными возможностями здоровья памяти Игоря Смирнова в соответствии с планом общества «Надежда».	октябрь	Сорогина И. М.
7.	Участие в соревновании по пулевой стрельбе «Командирские стрельбы» в зачет 37 спартакиады работников ОУ МО Красноуфимский округ.	ноябрь	Профсоюзный комитет, учитель физкультуры.
8.	Соревнования по шашкам «Белая дамка».	ноябрь	Сорогина И .М.
9.	Шашечно - шахматный турнир среди обучающихся коррекционных школ по программе Специальной Олимпиады в соответствии с планом общества «Надежда».	ноябрь	Сорогина И .М.
10.	Участие в соревновании по шахматам в зачет 37 спартакиады работников ОУ МО Красноуфимский округ.	декабрь	Профсоюзный комитет, учитель физкультуры.
11.	«Веселые старты» для детей с ограниченными возможностями здоровья в соответствии с планом общества «Надежда».	декабрь	Сорогина И.М.
12.	Гимнастическое троеборье.	январь	Сорогина И.М.
13.	Соревнования по лыжным гонкам «Лыжня России - 2019» (Озерский территориальный отдел АМО Красноуфимский округ).	февраль	Орг. комитет, Сорогина И.М.

14.	Участие в соревнованиях по лыжным гонкам «Лыжня России- 2019» (МО Красноуфимский округ).	февраль	Профсоюзный комитет, учитель физкультуры.
15.	Декадник по физическому и военно - патриотическому воспитанию. Смотр строя и песни, посвященный дню Защитника Отечества. Военно - спортивная игра «Зарница».	февраль	Орг.комитет, Сорогина И .М.
16.	Соревнования по лыжным гонкам на приз памяти Героя социалистического труда Мавлютовой М.С. (Озерский территориальные отдел АМО Красноуфимский округ).	март	Орг. комитет, Сорогина И.М.
17.	Участие в соревнованиях по лыжным гонкам в зачет 37 спартакиады работников ОУ МО Красноуфимский округ.	март	Профсоюзный комитет, учитель физкультуры.
18.	Веселые старты «Воспитатель и я- спортивная семья».	апрель	Сорогина И.М., воспитатели.
19.	Соревнования по легкой атлетике по программе Специальной Олимпиады среди коррекционных школ в соответствии с планом общества «Надежда».	апрель	Сорогина.И.М.
20.	Легкоатлетический кросс «Весна Победы».	май	Сорогина И.М.
21.	Соревнование по мини-футболу (среди 6 - 9 классов).	май	Сорогина И.М.
22.	Участие в соревнованиях по легкой атлетике в зачет 37 спартакиады работников ОУ МО Красноуфимский округ	май	Профсоюзный комитет, учитель физкультуры.
23.	Кубок по мини-футболу на приз памяти Игоря Смирнова среди обучающихся коррекционных школ в соответствии с планом общества «Надежда».	май	Сорогина И.М.