

Проект 1.5.1.

«Здоровье»

В соответствии с Законом "Об образовании Российской Федерации" одним из приоритетных направлений деятельности школы является обеспечение комплексных мер по охране здоровья детей, поиск резервов по оздоровлению детей внутри учебного учреждения. Состояние здоровья ребенка – важное условие успешного усвоения школьных программ по общеобразовательной подготовке. Поэтому необходима комплексная работа коллектива школы по сохранению и укреплению здоровья учащихся.

Интегративным показателем результата здоровьесберегающей и здоровьесохранной деятельности школьников является культура здоровья, под которой понимается ответственное отношение человека к своему здоровью и здоровью окружающих, стремление не только сохранить природный потенциал, но и приумножить его за счет волевых качеств, направленных на созидание своего организма, гармонии с самим собой и окружающим миром, способности создавать душевное равновесие у себя и окружающих, способности воспринимать и создавать прекрасное вокруг себя.

Цель и задачи проекта

В рамках программы развития школы разработан проект «Здоровье школьника», **целью** которого является создание условий для формирования у детей стремления к здоровому образу жизни, представления о нравственном и физическом здоровье, их тесной взаимосвязи, осознание здоровья как одной из главных жизненных ценностей.

Задачи:

1. Развитие единого здоровьесберегающего пространства в рамках школы как образовательно-культурного центра, обеспечивающего развитие личности с учетом физиологических и интеллектуальных особенностей учащихся.
2. Обеспечение организационных условий для формирования у школьников мотивации к здоровому образу жизни.
3. Создание условий для воспитания ценностного отношения школьников к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей.
4. Привлечение внимания школьников к физической активности как составной части здорового образа жизни.
5. Освоение учащимися знаний о здоровом питании.

Основное содержание проекта

Срок реализации проекта 3 года.

Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов.

Под психическим здоровьем понимается: высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение); состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (*медицинское определение*).

Под социальным здоровьем понимается здоровье общества, а также окружающей среды для каждого человека.

Под нравственным здоровьем понимается комплекс характеристик мотивационной и потребностно - информативной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.

Под духовным здоровьем понимается система ценностей и убеждений.

Под здоровым образом жизни понимается:

- благоприятное социальное окружение;
- духовно-нравственное благополучие;
- оптимальный двигательный режим (культура движений);
- закаливание организма;
- рациональное питание;
- личная гигиена;
- отказ от вредных пристрастий (курение, употребление алкогольных напитков, наркотических веществ);
- положительные эмоции.

Принципы здоровьесберегающей деятельности:

1. Принцип триединого представления о здоровье физическом, нравственном, психическом.
2. Принцип соответствия содержания и организации процесса обучения и воспитания возрастным особенностям учащихся.
3. Принцип отсроченного результата.
4. Принцип активной обратной связи.
5. Принцип культуры сотрудничества в достижении общей цели.

Направления Проекта «Здоровье»:

- рациональная организация образовательного процесса;
- организация физкультурно-оздоровительной работы;
- просветительско-воспитательная работа с учащимися;
- организация системы просветительской и методической работы с педагогами и родителями;
- профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья.

Формы работы: проведение Дней здоровья, тематические беседы и классные часы, встречи с психологами и врачами, организация занятий физкультурой и спортом во внеурочной деятельности. Организация участия в городских мероприятиях: туристическом слёте, соревнованиях по легкой атлетике, осеннем кроссе, первенстве по баскетболу.

Примерный план реализации проекта

Мероприятия	Целевая группа	Сроки
Профилактика нарушения осанки, зрения	учащиеся	ежедневно
Организация динамических пауз, физкультминутки, спортивных перемен	учащиеся	ежедневно
Проведение утренней гимнастики перед началом учебных занятий	учащиеся	ежедневно
Просветительская работа среди родителей об	родители	1 раз четверть

организации рационального питания детей		
Организация горячего питания	учащиеся	ежедневно
Формирование у учащихся мотивации к выполнению утренней зарядки дома, соблюдению режима дня	учащиеся	ежедневно
Приобретение научно-методической литературы по ЗОЖ	учащиеся, родители, педагоги	по мере необходимости
Организация работы спортивных секций, кружков	учащиеся	ежегодно
Проведение школьных спортивных соревнований	учащиеся	по плану
Кросс «Золотая осень»	учащиеся	сентябрь
Проведение предметных недель, посвящённых здоровью	учащиеся	ноябрь, январь
Пробег памяти А. Раевича	учащиеся	сентябрь
Классные часы о культуре питания	учащиеся	2 раза в год
Месячник безопасности детей	учащиеся	ноябрь
Выпуск газет «Овощи и фрукты – полезные продукты» 1- 4 классы. Выпуск газет «Продукты, полезные для здоровья» 5-11 классы	учащиеся	ежегодно
Участие в легкоатлетической эстафете памяти учителя физкультуры А.Ф.Рыбина	учащиеся	сентябрь
Участие в пробеге им. Р.Зорге	учащиеся	октябрь
Беседа «Профилактика простудных заболеваний»	учащиеся	ежемесячно
Конкурс «Реклама полезных и необходимых продуктов»	учащиеся	ежегодно
Анкетирование субъектов образовательного процесса. Изучение мнения учащихся, родителей об утренней зарядке, спорте, физической культуре, культуре питания	учащиеся, педагоги, родители	ежегодно
Весёлые старты	учащиеся	ежегодно
Конкурсная программа «Зарядка» 1-7 классы	учащиеся	ноябрь
Беседа для учащихся 5 классов «Как питаешься, так и улыбаешься»	учащиеся	2 раза в год
«Мы за ЗОЖ», агитбригада «Неболит» 8-11 классы	учащиеся	ноябрь
Методический семинар «Профилактика употребления ПАВ, экстремизма и детского суицида»	педагоги	ноябрь
«Папа, мама, я – спортивная семья», 1-4 классы	учащиеся, родители	март

Конкурсы плакатов о правильном рациональном питании	учащиеся	октябрь
«Лыжи, санки», конкурсы на снегу 5-7 классы	учащиеся	январь
Анализ пропусков уроков, выявление причин	учащиеся	ежедневно
Родительские собрания об организации питания детей, с целью формирования правильных целевых установок по отношению к рациональному питанию	родители	ежегодно
Беседа о вреде наркотиков «Умей сказать «НЕТ!»»	учащиеся	декабрь
Пробег «Твой километр планеты»	учащиеся	апрель
Легкоатлетическая эстафета памяти С.М. Кирова	учащиеся	май
Выставка научно-методической литературы «Нет вредным привычкам»	учащиеся, педагоги, родители	ежегодно
Весенний кросс «О спорт, ты – мир!»	учащиеся	май
Беседа «Правила поведения у водоемов»	учащиеся	апрель, май
Родительские собрания «Рациональная организация летней оздоровительной кампании»	родители	апрель
Организация работы летнего оздоровительного лагеря «Здоровячок»	учащиеся	май-август
Беседа «Как отдыхать летом без вреда для здоровья» в летнем лагере с дневным пребыванием детей	учащиеся	июнь - август

Ожидаемые результаты

1. Наличие единого здоровьесберегающего пространства в рамках школы как образовательно-культурного центра, обеспечивающего развитие личности с учетом физиологических и интеллектуальных особенностей учащихся.
2. Формирование устойчивой мотивации школьников к здоровому образу жизни, ценностного отношения школьников к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей.
3. Положительная динамика состояния здоровья школьников.
4. Позитивная динамика результатов обученности за счет сокращения количества уроков, пропущенных по болезни.
5. Рост количества учащихся, активно занимающихся физической культурой и спортом.
6. Улучшение взаимоотношений семьи и школы, повышение ответственности педагогов и родителей за здоровье ребенка.
7. Освоение учащимися знаний о здоровом питании.