

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кузнецовская средняя общеобразовательная школа»
Горномарийского района Республики Марий Эл



Утверждаю
Директор А.В.Сарамбаев
«27» августа 2020 г.

Программа пропаганды здорового образа
жизни и профилактики вредных
привычек «Здоровье»
МБОУ «Кузнецовская СОШ»
на 2020-2023 г.

Обоснование необходимости реализации Программы

Проблема сохранения здоровья детей и подростков, обучающихся в школе, стоит остро в силу ряда объективных и субъективных причин. Это критическое состояние окружающей среды, социальные факторы развития экономики, уровень жизни семьи как первоначального звена развития ребенка. Примечательно также, что 90% инновационных процессов сводится к углублению и расширению содержания образования и только 10 % - к разработке здоровьесберегающих медицинских оправданных технологий обучения. Современное состояние общества предъявляет новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Здоровье – важный фактор жизнедеятельности человека, означающий не только свободу деятельности, но и обязательное условие его полноценного участия в физическом и умственном труде, в общественной и личной жизни.

Стране нужна интеллектуальная элита. Как совместить необходимо высокий уровень образования и сохранение соматического здоровья? Для этого нужны новые технологии педагогического плана... и возможность быть здоровым в будущем. Результатом обучения в школе должно стать овладение учащихся определенным объемом знаний, приобретение ими навыков самообразования, конкурентоспособности в жизни. Условием достижения этих целей является сохранение и укрепление физического, психического и нравственного здоровья учащихся.

Ресурсы для эффективного решения задач

Кадровые: повышение компетентности педагогов в области профилактической работы через систему семинарских занятий: «Система работы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни», «Новое социальное содержание и новые технологии профилактической работы», «Уроки профилактики наркомании в школе».

Методическое обеспечение: целенаправленная работа методического объединения классных руководителей по вопросам профилактической работы с обучающимися; повышение квалификации педагогов через систему школьных тематических семинаров; изучение и обобщение опыта работы педагогов; мониторинг деятельности.

Материально-технические условия: обновление спортивного инвентаря и оборудования; ремонт спортивного зала; оснащение спортивной площадки.

Информационное обеспечение: нормативно-правовые документы, типовые программы спецкурсов, факультативов; наличие комплекта информационно-методических материалов; формирование банка данных методических пособий и рекомендаций.

Гигиенические показатели, характеризующие урок: обстановка и гигиенические условия в классе (температура и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски); смена видов учебной деятельности (опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы); средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности; число видов преподавания (словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа); наличие и выбор места на уроке методов, способствующих

активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся; место и длительность применения ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами); физкультурные минутки и другие оздоровительные моменты; психологический климат на уроке.

Цель программы

Цель программы школы состоит в организации образовательного процесса, позволяющего решить задачи непрерывного образования и оздоровления учащихся. Цель программы – охрана и укрепление здоровья учащихся, приобщение их к ценностям здорового образа жизни.

Задачи, обеспечивающие достижение поставленной цели

Для достижения цели были определены следующие приоритетные задачи:

1. Реализация целевых программ по формированию здоровой личности в условиях образовательного пространства.
2. Улучшение качества образовательного процесса и формирования устойчивого интереса и потребности в приобретении навыков здорового образа жизни.
3. Получение качественного базового образования, включающего предметные и общие учебные умения и навыки без ущерба для здоровья детей.
4. Осуществление комплексного характера взаимодействия педагогического, психологического направлений в условиях единого целеполагания.
5. Широкое внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс. Непрерывное повышение профессиональной компетентности учителя.
6. Формирование физически здоровой личности, культуры здоровья.
7. Развитие личности учащихся, создание потребной мотивации быть здоровым, воспитание стремления к здоровому образу жизни, сохранению индивидуального здоровья и здоровья окружающих.
8. Обеспечение школы необходимым оборудованием для осуществления непрерывного образования и оздоровления учащихся.

Сроки реализации программы

1 этап. 2015-2016 учебный год.

Цель: представление программы на методическом объединении классных руководителей;

создание предпосылок функционирования школы, пропагандирующей здоровый образ жизни.

Задачи:

1. Приведение учебно-воспитательного процесса в соответствие с требованиями, предъявляемыми к сохранению здоровья учащихся.
2. Проведение тематического семинара для классных руководителей по современным здоровьесберегающим технологиям.
3. Обеспечение работы спортивных секций, кружков во внеурочное время.
4. Организация работы педагогического коллектива по программе.

2 этап. 2016-2017 учебный год.

Цель: проанализировать положительные аспекты программы и возможные трудности.

Задачи:

1. Организация и проведение диагностик уровня и качества работы по оздоровлению учащихся.
2. Организация и проведение работы с родителями.
3. Организация деятельности педагогического коллектива в соответствии с современными требованиями.

3 этап. 2017-2018 учебный год.

Цель: переход программы от режима апробации к режиму функционирования.

Задачи:

1. Организация здоровьесберегающей деятельности учащихся в школе. Организация профилактической работы.
2. Отработка системы мониторинга уровня здоровья учащихся школы.
3. Формирование потребности к ведению здорового образа жизни.

Перечень и описание программных мероприятий по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни.

1. Санитарно-просветительская работа с обучающимися и родителями

№	Мероприятие	Классы	Ответственный
1.	Беседы врача-нарколога, педиатора, специалистов центра «Семья» с учащимися: -личная гигиена; -режим дня; -режим питания; -гигиена труда; -о вредных привычках; -наркомания; -профилактика заболеваний.	1-4 1-6 5-8 8-10 7-9 8-11 1-8	Заместитель директора по ВР
2.	Классные часы: -безопасное поведение в школе; -о вреде табачного дыма; -бытовой и уличный травматизм; -правильное питание -уход за кожей; -о вредных привычках;	1-4 5-7 1-11 4-7 8-10 6-9	Классные руководители
3.	Беседа на уроках физкультуры: -гигиенич. правила при занятиях спортом; -оказание первой помощи;	5-8 8-10	Учитель физкультуры

	-первая доврачебная помощь; -тренировочные нагрузки	5-9 9-11	
4.	Беседы на уроках биологии, ОБЖ, природоведения	1-9	Учителя-предметники
5.	Беседы с родителями учащихся на родительских собраниях	1-11	Классные руководители
6.	Лекторий для родителей «Поговорим о здоровье»	1-11	Классные руководители

2. Спортивно-оздоровительные мероприятия

№	Мероприятие	Классы	Сроки	Ответственный
1.	Конкурс «Весёлые старты»	1-4	каникулы	Учитель физкультуры
2.	Динамические паузы на уроках	1-5	в течение года	Классные руководители
3.	«Папа, мама, я – спортивная семья»	1-5	Ноябрь, март	Учитель физкультуры
4.	Дни здоровья	1-11	февраль	Учитель физкультуры
5.	Прогулки на свежем воздухе.	1-8	Каникулы	Классные руководители
6.	Военно-спортивная эстафета	8-11	февраль	Учитель физкультуры
7.	Туристические походы	6 - 11	май	Учитель физкультуры
8.	Игра «Сильные, ловкие, смелые»	5-7	февраль	Учитель физкультуры
9	Соревнования по - футболу; - волейболу; - пионерболу; - баскетболу; - теннису; -шахматам; - шашкам.	2-11	В течение года	Учитель физкультуры
10	Лыжные гонки на приз Деда Мороза	9-11	декабрь	Учитель физкультуры
11	Олимпиада по физической культуре	8-10	январь	Учитель физкультуры

12	Соревнования «Быстрее, выше, сильнее»	7-9	март	Учитель физкультуры
13	Участие в районных и окружных соревнованиях.	5-11	В течение года	Учитель физкультуры
14	Занятия спортивных секций	1-11	В течение года	Учитель физкультуры
15	Подвижные перемены для учащихся.	1-4	В течение года	Учитель физкультуры

3. Мероприятия по активизации творческой активности учащихся в сфере сохранения и укрепления здоровья

№	Мероприятие	Классы	Сроки	Ответственный
1.	Классные часы, беседы о здоровом образе жизни	1-11	В течение года	Классные руководители
2.	Конкурс частушек о здоровье	3-5	октябрь	Классные руководители
3.	Всероссийский интернет-урок «Имею право знать»	6 – 11	ноябрь	Зам.дир. по ВР
4.	Конкурс плакатов «Наркотикам-нет»	9-11	декабрь	Классные руководители
5.	Выступление агитбригады «О вредных привычках»	5-8	январь	Классные руководители
6.	Участие в районном конкурсе по ПДД	5-7	Январь-февраль	Зам.дир. по ВР
7.	Конкурс рисунков «Здоровье – лучшее богатство»	1-6	март	Классные руководители

Ожидаемые конечные результаты реализации Программы

1. Формирование потребности к ведению здорового образа жизни.
2. Уменьшение факторов риска употребления наркотиков и других психоактивных веществ среди обучающихся в школе.
3. Усиление личностных ресурсов сознания обучающихся, препятствующих развитию саморазрушающих форм поведения.
4. Развитие стратегии преодоления проблем и избегания ситуаций, связанных с риском заболеваний.
5. Привлечение к массовым занятиям спортом до 90% детей от всего контингента школьников.
6. Создание благоприятного психологического климата в ученическом и педагогическом коллективах.

Критерии оценки достижения результатов по каждому направлению

Эффективность программы будет оцениваться по количественным и качественным показателям:

- оценка качества материалов, подготовленных в ходе реализации программы;
- снижение числа обучающихся, поставленных на внутришкольный учёт за совершение поступков, связанных с употреблением веществ, вредных для здоровья.

Система классных часов в 1 классе.

№	Сроки	Тема классного часа	Ответственный
1.	Сентябрь	Правила поведения в школе	Классный руководитель
2.	Октябрь	Травмоопасные участки в школе	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Режим дня школьника	Классный руководитель
4.	Декабрь	Одежда осенью и зимой	Классный руководитель
5.	Январь	Правила поведения в общественных местах	Классный руководитель
6.	Февраль	Вред табачного дыма	Школьный врач
7.	Март	Укусы насекомых	Школьный врач
8.	Апрель	Подвижные игры во время перемен	Учитель физкультуры
9.	Май	Основы личной безопасности дома	Классный руководитель

Система классных часов в 2 классе.

№	Сроки	Тема классного часа	Ответственный
1.	Сентябрь	Правила поведения в школе	Классный руководитель
2.	Октябрь	Травмоопасные участки в школе	Классный руководитель

3.	Ноябрь	Режим дня школьника	Классный руководитель
4.	Декабрь	Самопознание через чувство, ощущение, образ.	Классный руководитель
5.	Январь	Правила поведения в общественных местах	Классный руководитель
6.	Февраль	Вред табачного дыма	Школьный врач
7.	Март	Гигиена учебного труда и отдыха	Школьный врач
8.	Апрель	Что такое закаливание	Учитель физкультуры
9.	Май	Основы личной безопасности дома и вне дома.	Классный руководитель

Система классных часов в 3 классе.

№	Сроки	Тема классного часа	Ответственный
1.	Сентябрь	Безопасное поведение в школе во время уроков и перемен.	Классный руководитель
2.	Октябрь	Способы решения конфликтных ситуаций.	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Бытовой и уличный травматизм.	Классный руководитель
4.	Декабрь	Строение тела человека. Здоровье и болезнь.	Классный руководитель
5.	Январь	Правила поведения в экстремальных ситуациях.	Классный руководитель
6.	Февраль	Вред табачного дыма. Что такое алкоголь.	Школьный врач
7.	Март	Профилактика инфекционных заболеваний. Микробы.	Школьный врач
8.	Апрель	Питание – основа жизни Правильное питание.	Учитель физкультуры
9.	Май	Основы личной безопасности дома	Классный руководитель

Система классных часов в 4 классе.

№	Сроки	Тема классного часа	Ответственный
1.	Сентябрь	Безопасное поведение в школе во время уроков и перемен.	Классный руководитель
2.	Октябрь	Я и другие.	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Режим дня школьника	Классный руководитель
4.	Декабрь	Как защититься от простуды и гриппа.	Школьный врач
5.	Январь	Кого я могу назвать своей подругой, другом.	Классный руководитель
6.	Февраль	Правильное питание – залог здоровья.	Школьный врач
7.	Март	Поведение в общественных местах.	Классный руководитель
8.	Апрель	Правила поведения на водоёме.	Учитель физкультуры
9.	Май	Основы личной безопасности дома.	Классный руководитель

Система классных часов в 5 классе.

№	Сроки	Тема классного часа	Ответственный
1.	Сентябрь	Правила поведения в школе	Классный руководитель
2.	Октябрь	Способы преодоления стресса.	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Психоактивные вещества.	Школьный врач
4.	Декабрь	Режим дня школьника.	Классный руководитель
5.	Январь	Функции основных систем организма.	Классный руководитель
6.	Февраль	Переутомление и его признаки.	Школьный врач
7.	Март	Правильное питание.	Школьный врач

8.	Апрель	Критика, её виды, способы реагирования.	Классный руководитель
9.	Май	Основы личной безопасности дома и на дорогах.	Классный руководитель

Система классных часов в 6 классе.

№	Сроки	Тема классного часа	Ответственный
1.	Сентябрь	Правила поведения в школе	Классный руководитель
2.	Октябрь	Межличностное общение.	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Как избежать конфликтной ситуации.	Классный руководитель
4.	Декабрь	Моя семья.	Классный руководитель
5.	Январь	Правила поведения в общественных местах	Классный руководитель
6.	Февраль	Вред табачного дыма. Что такое алкоголь.	Школьный врач
7.	Март	Гигиена тела.	Школьный врач
8.	Апрель	Психоактивные вещества.	Школьный врач
9.	Май	Основы личной безопасности дома. Правила поведения на дорогах.	Классный руководитель

Система классных часов в 7 классе.

№	Сроки	Тема классного часа	Ответственный
1.	Сентябрь	Правила поведения в школе	Классный руководитель
2.	Октябрь	Я и другие. Пути решения конфликтов.	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Безопасное поведение на дорогах и в транспорте.	Классный руководитель
4.	Декабрь	Влияние наркотиков на организм человека.	Школьный врач

5.	Январь	Стресс и способы совладения со стрессом.	Классный руководитель
6.	Февраль	Правила личной гигиены подростков	Школьный врач
7.	Март	Гигиена учебного труда и отдыха	Школьный врач
8.	Апрель	Потребности организма подростка в основных веществах и энергии.	Школьный врач
9.	Май	Основы безопасности на дорогах, дома, в общественных местах.	Классный руководитель

Система классных часов в 8 классе.

№	Сроки	Тема классного часа	Ответственный
1.	Сентябрь	Правила безопасного поведения в школе	Классный руководитель
2.	Октябрь	Бытовой и уличный травматизм.	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Правила выбора гигиенических средств ухода за телом.	Школьный врач
4.	Декабрь	Признаки утомления органов зрения и слуха.	Классный руководитель
5.	Январь	Гигиена питания.	Классный руководитель
6.	Февраль	Инфекционные заболевания и иммунитет подростка.	Школьный врач
7.	Март	Болезни, передаваемые через пищу.	Школьный врач
8.	Апрель	Употребление психоактивных веществ как слабость воли, болезнь.	Классный руководитель
9.	Май	Основы личной безопасности дома и на улицах города.	Классный руководитель

Система классных часов в 9 классе.

№	Сроки	Тема классного часа	Ответственный
----------	--------------	----------------------------	----------------------

1.	Сентябрь	Правила безопасного поведения в школе.	Классный руководитель
2.	Октябрь	Самооценка личности	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Конфликты и способы их разрешения	Классный руководитель
4.	Декабрь	Режим дня и оптимальные условия функционирования организма.	Классный руководитель
5.	Январь	Питание – основа жизни.	Классный руководитель
6.	Февраль	Психоактивные вещества и последствия их употребления.	Школьный врач
7.	Март	Поведение в экстремальных ситуациях.	Классный руководитель
8.	Апрель	Правила безопасности на экскурсии и в походе	Учитель физкультуры
9.	Май	Основы личной безопасности дома и на улицах города.	Классный руководитель

Система классных часов в 10 классе.

№	Сроки	Тема классного часа	Ответственный
1.	Сентябрь	Правила безопасного поведения в школе и на улице.	Классный руководитель
2.	Октябрь	Самопознание. Ответственность и свобода выбора.	Классный руководитель
3.	Ноябрь	СПИД: пути передачи и способы предупреждения.	Школьный врач
4.	Декабрь	Уход за кожей лица.	Школьный врач
5.	Январь	Правила поведения в общественных местах	Классный руководитель
6.	Февраль	Конформизм, самостоятельность, лидерство	Классный руководитель
7.	Март	Диеты, лечебное питание, голодание.	Школьный врач

8.	Апрель	Юридическая ответственность за употребление психоактивных веществ.	Классный руководитель
9.	Май	Правила безопасного поведения на дорогах, в общественных местах.	Классный руководитель

Система классных часов в 11 классе.

№	Сроки	Тема классного часа	Ответственный
1.	Сентябрь	Правила безопасного поведения в школе, на улице.	Классный руководитель
2.	Октябрь	Любовь, вражда, одиночество.	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Психологический климат в семье.	Классный руководитель
4.	Декабрь	Формальные и неформальные объединения молодёжи.	Классный руководитель
5.	Январь	Правильное питание.	Классный руководитель
6.	Февраль	Последствия употребления психоактивных веществ.	Школьный врач
7.	Март	Ответственность при создании травмоопасной ситуации.	Классный руководитель
8.	Апрель	Модели поведения людей в экстремальных ситуациях.	Классный руководитель
9.	Май	Основы личной безопасности.	Классный руководитель