

Утверждено:

Директор ГАПОУ НСО

«КАРАСУКСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

Ю.В. Вебер

« 01 » 09 201 7 г.

Программа

"Формирование здорового образа жизни"

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В ситуации стремительных и непредсказуемых новаций, которые сегодня происходят во всех сферах жизни, несовершенство системы обучения неблагоприятно отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Мы стоим перед фактом не только физического, но и психологического здоровья детей. Резерв сохранения здоровья человека заложен в организации образа его жизни, который во многом зависит от культуры здоровья индивидуума. Последнее включает в себя знание психологических возможностей своего организма; знание способов укрепления здоровья; умение распространять знания о здоровье на свое окружение и в целом на окружающую среду. Здоровье зависит от жизненных позиций и усилий человека, его способности активно регулировать собственное состояние с учетом индивидуальных особенностей своего организма, реализовать программы самосохранения, самоорганизации и саморазвития.

В настоящее время существуют различные проекты профилактической работы среди подростков по предупреждению и снижению уровня наркомании, алкоголизма, асоциального и других форм отклоняющегося поведения. Однако вопросам обучения здоровьесберегающему поведению уделяется недостаточно внимания.

Особенностями данной программы являются доступность получения практических знаний в области сохранения и преумножения здоровья, формирование мотивации здорового образа жизни у детей и подростков.

Одним из приоритетных направлений работы пед.коллектива ГАПОУ НСО «Карасукский политехнический лицей» является сохранение и улучшение здоровья обучающихся в рамках лицейной программы «Формирование здорового образа жизни». Мероприятия по реализации данной программы предусматривают тесную связь и совместную работу администрации лицея, педагогического коллектива, медработников, родителей и других заинтересованных организаций.

Здоровье – это главная ценность жизни. Каждое поколение в той или иной степени адаптируется к меняющимся условиям в современном мире. Сегодня только 30% детей рождается без нарушений здоровья, а в школу они приходят ещё более ослабленными. Система воспитания в свою очередь продолжает дело разрушения их здоровья. Молодой организм должен формироваться в оптимальных для учёбы, труда и быта условиях. Отклонение в здоровье в зрелом и пожилом возрасте формируется в детстве и молодости, и часто является нарушением гигиенических норм поведения. Здоровье – мера реализации генетических потенциалов. Это резервы жизни, жизнеспособность человека как целостного творения в единстве его телесных, психических и духовно – нравственных характеристик. Причём эти

резервы, эта жизнеспособность не даны изначально в готовом виде. Они, словно ростки, формируются, развиваются и укрепляются в процессе развития и воспитания. Только сообразное человеческой природе воспитание раскрывает и приумножает эти видовые резервы жизнеспособности. Воспитание же, несообразное природе, разрушает их от поколения к поколению.

По определению Всемирной организации здравоохранения, «здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезни и физических дефектов».

Можно сказать, что критериями здоровья являются :

- Соматическое и физическое здоровье «я могу».
- Критерий, характеризующий потенциальные возможности человека его антропологическим показателям в соответствии с возрастом и полом.
- Группа критериев, характеризующих индивидуальные особенности личности и его жизненные позиции.
- Психическое здоровье - «я хочу».
- Нравственное здоровье – «я должен».

Анализ ситуации, сложившейся в подростковой среде в нашей стране и регионе в последнее время свидетельствует о том, что отсутствие должного внимания общества к организации свободного времени школьников ведёт к самым негативным последствиям.

Исходя из результатов мониторинга здоровья, число детей, имеющих отклонения в здоровье, растёт, поэтому наличие и реализация программы «Формирование здорового образа жизни» актуально для нашего лица.

Рост детской преступности, наркомании, алкоголизма и других вопиющих проявлений нравственной болезни общества пока захлестнул города и посёлки. В сельской местности в связи со своим менталитетом этот процесс идёт медленнее, но отдельные факты и проявления становятся всё заметнее и в условиях села. Особенно подвержены этому влиянию дети 13-14 летнего возраста из неблагополучных по каким-то критериям семей. Исходя из вышеизложенного, педколлектив нашего лица считает, что только практические действия могут принести положительный результат. Здоровый образ жизни должен стать основой в профилактике болезней современности.

Цели и задачи программы.

Цель:

-сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов и формирование у обучающихся навыков организации здорового образа жизни посредством развития здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в лицее.

Задачи:

- привести в соответствие образовательную и воспитательную деятельность с особенностями состояния физического и духовного здоровья детей;
- обеспечить совместную деятельность педагогов, медработников и родителей по профилактике заболеваний и оздоровления детей;
 - формировать у детей через цикл учебных дисциплин и внеучебных форм деятельности системы знаний о здоровье человека и здоровом образе жизни, мотивации на сохранение своего здоровья и здоровья окружающих людей;
 - на основе нравственного и физического совершенствования научить детей секретам здорового образа жизни;
 - содействовать объединению детей и взрослых, родителей общими делами и интересами через воспитательные мероприятия;
 - продолжить систему просветительской работы о здоровом образе жизни с детьми, педагогами, родителями.
 - уважение к личности ребенка (ведущая идея гуманистической педагогики: ребенок – центр, цель и результат педагогической деятельности);
 - сотрудничество, сотворчество, содружество (педагог – педагог, педагог – ребенок);
 - поддержка детских инициатив, творчества;
 - сочетание общечеловеческих и российских национальных культурных ценностей в организации жизнедеятельности детей;
 - индивидуальный подход и коллективное творчество;
 - позитивное разрешение конфликтных ситуаций;
 - педагогическая целесообразность (планирование, анализ, диагностика)

Этапы реализации программы

<i>Этап</i>	<i>Наименование мероприятий</i>	<i>Сроки реализации</i>	<i>Исполнитель</i>
<i>1. Анализ и создание условий, необходимых для сохранения и укрепления здоровья школьников.</i>			
1.1.	Осуществление контроля за соблюдением норм СанПиНа	2017-2020 г.	Администрация лица, медицинская сестра
1.2.	Разработка и издание методических рекомендаций по применению здоровьесберегающих технологий на различных уроках, учебных, диагностических, оздоровительных программ.	2017-2020 г.	Школьное метод.объединен ие классных руководителей
1.3	Нормативное обеспечение лица мед.препаратами, формирование мед.аптечек.	2017-2020 г.	Руководитель лица, Кл.руководители
1.4	Обеспечение и организация профилактических прививок.	2017-2020 г.	Медицинские работники
1.5	Организация и проведение неспецифических профилактик в период подъема заболеваемости	2017-2020 г.	Кл. руководители
<i>2. Организация и проведение диагностических мероприятий</i>			
2.1.	Организация и осуществление комплексного мониторинга состояния здоровья обучающихся	2017 - 2020 г.	Администрация лица, медицинские работники,

2.2.	Создание базы данных о состоянии здоровья обучающихся и учителей на основе комплексной оценки	2017 - 2020 г.	Администрация лицея, медицинские работники,
3. Организация профилактических, оздоровительных и коррекционных мероприятий для обучающихся			
3.1	Обеспечение качественного и рационального питания обучающихся и педагогов	2017- 2020 г.	Медработники, работники столовой, директор лицея, комиссия.
3.2	Проведение уроков физкультуры согласовано учебной программы и планам – графика прохождения учебного материала	2017-2020 г.	Учитель физической культуры, Кл.руководители
3.3	Осуществление дифференцированного подхода на учебных занятиях к детям, имеющим слабое физическое развитие и отклонение в состоянии здоровья	2017-2020 г.	Руководитель физического воспитания
3.4	Проведение месячника «За здоровый образ жизни»	2017-2020 г.	Руководитель физического воспитания, зам. директора по ВР, Соц.педагог
4. Формирование системы знаний о здоровьесбережении			
4.1.	Различные формы урочной и внеурочной деятельности	2017-2020 г.	Учитель физкультуры, медицинские работники, классные руководители, социальный педагог,
4.2.	Организация и проведение олимпиад, спортивных	2017-2020 г.	Заместитель директора по

	<p>праздников и состязаний для обучающихся с участием педагогов и родителей обучающихся</p>		<p>воспитательной работе, Руководитель физического воспитания</p>
<p>5. Работа с родителями обучающихся</p>			
5.1.	<p>Различные формы работы с родителями обучающихся</p>	<p>2017-2020 г.</p>	<p>Администрация лица, родительский комитет, классные руководители МПО</p>

Ожидаемые результаты реализации программы

1. изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательным воздействиям окружающей среды, желания и умения вести здоровый образ жизни;
2. повышение социально-психологической комфортности в детском и педагогическом коллективе;
3. увеличение числа обучающихся, занимающихся в спортивных кружках и секциях;
4. повышение уровня знаний обучающихся по вопросам здорового образа жизни;
5. повышение информированности обучающихся по вопросам здоровьесбережения.

Перспективный план реализации программы на 2017-2020г.

мероприятие	сроки	ответственные
Поддержание санитарно-гигиенического режима в лицее (световой, тепловой, проветривание, состояние мебели, окон).	ежегодно	Администрация лицея
Эстетическое оформление интерьера кабинета, лицея (информационные стенды, уголки природы, смотр кабинетов).	ежегодно	Администрация лицея, кл.руководители
Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок.	ежегодно	Зам. директора лицея по УР
Приобщение семьи к занятиям физической культурой и спортом, организация лектория по пропаганде здорового образа жизни.	ежегодно	Зам. директора по УВР, учитель Руководитель физического воспитания
Вовлечение в активные занятия физической культурой и спортом подростков в свободное время, применение здоровьесберегающих технологий на уроках.	ежегодно	Учителя - предметники, Руководитель физического воспитания.
Организация детских оздоровительных площадок.	ежегодно	Администрация

		лица
Оздоровление детей в детских лагерях и санаториях.	ежегодно	Администрация лица
Тестирование учащихся по выявлению вредных привычек	ежегодно	Зам. директора по ВР, социальный педагог.
Организация месячника «За здоровый образ жизни»	ежегодно	Зам. директора по ВР, социальный педагог.
Анализ состояния здоровья, занятости учащихся физкультурой и спортом: 1) определение группы здоровья, выявление отклонений; 2) занятость в спортивных секциях; 3) участие в спортивных соревнованиях.	ежегодно	Кл.руководители, Руководитель физического воспитания, Работники мед.пункта
Создание условий для занятия спортом детям, состоящих на внутрилицейном учете		