

«УТВЕРЖДАЮ»
директор СОШ №40

/Ф.Ю.Бзарова/

« 30 » 08 20 14 г.



ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ» на 2014 – 2019 гг.

МБОУ СОШ №40 г. Владикавказа

Цель

Обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья за период обучения, формирования необходимых ЗУН и ЗОЖ, использование полученных знаний в повседневной жизни.

Задачи

- 1) Формировать у детей ценностного отношения к ЗОЖ.
- 2) Добиться старательного выполнения элементарных правил здоровьесбережения в соответствии с требованиями их практического использования.
- 3) Обеспечить вариативное использование правил ЗОЖ в зависимости от конкретных практических обстоятельств.

Обоснование проблемы

Потребность быть здоровым - основная потребность человека. И она должна быть обеспечена в обществе конституционным правом на жизнь, следовательно, общество обязано создать минимум условий, призванных сохранять здоровье человека.

Общее здоровье человека складывается из здоровья психического, физического и социального.

Ребёнок, рано утративший здоровье - это человек с комплексом проблем, ибо на пути его развития и самореализации возникает непреодолимая преграда, борьба с которой может отнять все силы. Статистика заявляет, что 90% всех выпускников покидают школу хронически больными, хотя пришли в школу здоровыми. Исследования показали, что только за один год обучения в 1 классе школьник теряет около 20% своего здоровья. Почему так происходит?

- 1) Большинство школьных зданий - коробки, спроектированные так, ребенок чувствует себя в них некомфортно; он - одинокая песчинка, что противоречит детскому самоощущению.
- 2) Гиподинамия, т.е. недостаток двигательной активности. Малая активность в течение всего дня противопоказана всем детям, а особенно мальчикам. Прибавьте к этому малопроветриваемые классы, низкий температурный режим, неудобная мебель, которая не учитывает рост ученика, неверное освещение, старые доски, с которых ничего не видно.
- 3) Уроки физкультуры должны на всю жизнь воспитывать в человеке сознание великой ценности здоровья, стремление его хранить, укреплять, делать зарядку. Посещать спортивные мероприятия, вести здоровый образ жизни.

А на самом деле школьная физкультура не только не помогает сохранять здоровье, но и нарушает его. Почему?

- а) 2-х уроков в неделю не только недостаточно, но и вредно. Первая половина - малоподвижна т.е. - детренировка, затем - интенсивный урок, где ученику нагоняют пульс и давление, а после чего - сидение в том-же классе. Так расшатывается сердечно-сосудистая система. Для нормального развития необходимо 4-5 уроков физической культуры в неделю при условии утренней гимнастики.
- б) В наших школах стали преподавать не физкультуру, а спорт. Завышенные нормативы - вот что поставлено во главу, вот что стало критерием оценки урока. А должно - снижение заболеваний, укрепление здоровья.
- в) Учебное расписание должно учитывать работоспособность ученика. Но нагрузка учителей не позволяет составить такое расписание.
- г) Группы здоровья работает плохо, т.к. многие родители не хотят, чтобы занимались после уроков. Поэтому дети получают либо ту-же нагрузку, что и весь класс, либо весь урок сидят на скамеечке. И как следствие - многие симулируют нездоровье, критические дни и т.д.
- д) В школе сокращается количество спортивных секций, клубов по интересам. Педагоги стали меньше водить детей в туристические походы.
- е) В спортивных залах нет необходимого инвентаря, в школах мало проводится спортивных праздников.
- ж) Школе важна не только гигиена труда, но и особый психологический климат, потому что в школе ребенок проводит 1/3 часть своей жизни.

4) В школе проведены исследования по изучению состояния здоровья школьников, которые показали, что у них отмечается отрицательная динамика всех показателей здоровья. Чаще стали регистрироваться хронические заболевания желудочно-кишечного тракта, аллергические заболевания, отклонения в нервно-психическом состоянии, стало больше детей с близорукостью, заболеванием щитовидной железы. Хуже стало физическое развитие: чаще встречаются дети с плоскостопием, сколиозом.

Здоровые школьники —30% от общего количества, а среди старшеклассников - 20%. От класса к классу возрастает число учащихся с отклонениями в здоровье, а хроническая патология начинает уже формироваться с 12 лет, причем состояние здоровья девочек находится на более низком уровне, чем у мальчиков.

Если раньше отмечался рост числа детей с избыточной массой, то теперь идет обратная тенденция, увеличивается число детей с недостаточной массой. Возросла заболеваемость подростков, которая ограничивает выбор профессии; такая ограниченность - около 30%.

Мероприятия по реализации программы «Здоровье» на 2014 – 2019 гг.

1. Ремонт отопительной системы Создание нормального температурного режима.
2. Приобретение недостающего спортивного оборудования.
3. Выявление хронических заболеваний у учащихся. Анализ заболеваемости учащихся за прошлый год, расследование причин школьных травм. Анализ ежегодного медицинского осмотра учащихся 2, 5, 7 классов.
4. Проведение традиционного месячника «Нравственно-правового воспитания и профилактика вредных привычек»; конкурс плакатов, рисунков; проведение Дней здоровья; участие в районных соревнованиях по всем видам спорта; профилактические беседы по теме «Здоровье»; написание и защита рефератов. Организация работы спортивных секций и кружков
5. Организация на базе школы групп ГДП и пришкольного оздоровительного лагеря в каникулярное время.
6. Проведение спортивных праздников: «Молодёжь и спорт против курения»; «Папа, мама,

я – спортивная семья»; «Веселые старты»; первенство школы по баскетболу; День туриста; соревнования по стрельбе; «Нартские игры»; первенство школы по минифутболу.

7. Дальнейшее развитие органов детского самоуправления.
8. Развитие психологической службы

Ожидаемый результат:

1. Снижение роста заболеваемости учащихся;
2. Рост личностных и спортивных достижений;
3. Повышение уровня валеологической грамотности родителей и учащихся;
4. Рост комфортности субъектов образовательного процесса.