

**Программа,
пропагандирующая здоровый образ жизни
МБОУ «ООШ № 15 н.п. Нивский»**

Сохранение и обеспечение здоровья обучающихся является главным условием и показателем личностно-направленного образования и основной задачей системы образования в целом. Ученики проводят в школе значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов.

Именно в школе в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Поэтому считается, что проблема оздоровления учащихся не кампания одного дня и деятельность не одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный срок.

Цель программы: Создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей, укрепления здоровья детей и формирования привычки здорового образа жизни.

Задачи программы:

1. Оптимизировать оздоровительную деятельность в школе путём организации здоровьесберегающего педагогического процесса, соответствующего возрастным и индивидуальным возможностям, использующего адекватные технологии развития и воспитания и способствующего усвоению учащимися ценностей здоровья и здорового образа жизни.
2. Осуществить выбор оздоровительных технологий с учетом особенностей учащихся.
3. Обеспечить системный подход, призванный в комплексе решать, как медико-социальные, так и психолого-педагогические проблемы учащихся.
4. Способствовать сохранению и укреплению здоровья учащихся путём развития здоровьесберегающих навыков и умений, формирования привычки думать и заботиться о своем здоровье.

Основные принципы программы:

1. **Принцип активности и сознательности** — определяется через участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и учащихся. Обеспечение высокой степени инициативы и творчества всех субъектов образовательного процесса.
2. **Принцип систематичности и последовательности в организации здоровьесберегающего процесса** предполагает систематическую работу по оздоровлению и воспитанию валеологической культуры школьников, постепенное усложнение содержания и приёмов работы с детьми на разных этапах педагогической технологии, сквозную связь предлагаемого содержания, форм, средств и методов работы;
3. **«Не навреди»** - Это принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий в школе, все виды педагогических и оздоровительных воздействий должны быть безопасны для здоровья и развития школьника.
4. **Доступности и индивидуализации** – Оздоровительная работа в школе должна строиться с учётом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.
5. **Системного подхода** – оздоровительная направленность образовательного процесса достигается через комплекс избирательно вовлеченных компонентов взаимодействия и взаимоотношений, которые направлены на полезный результат – оздоровление субъектов образовательного процесса.
6. **Оздоровительной направленности** — нацелен на укрепление здоровья в процессе воспитания и обучения. Оздоровительную направленность должны иметь не только физкультурные мероприятия, но и в целом вся организация образовательного процесса.

7. Комплексного междисциплинарного подхода. Работа учитывает тесную связь между медицинским персоналом школы и педагогическим коллективом.

Для создания целостной системы здоровьесбережения учащихся очень важным является организация двигательной развивающей среды. Анализ созданных условий показал, что в школе имеются необходимые условия для повышения двигательной активности учащихся, а так же для их расслабления и отдыха.

Оборудован спортивный зал, в котором имеется разнообразное физкультурное оборудование, а также пособия, которые повышают интерес к физической культуре, развивают жизненно-важные качества, увеличивают эффективность занятий.

Для проведения профилактических мероприятий в школе имеется медицинский кабинет со специальным оборудованием.

Таким образом, можно сказать, оздоровительная среда нашей школы является рационально организованной и насыщенной разнообразным оборудованием и материалами.

Разработана система оздоровительной работы по следующим направлениям:

- разнообразные виды организации режима двигательной активности учащихся;
- система работы с учащимися по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни;
- организация питания;
- оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение.

Наиболее эффективными средствами двигательной активности являются:

- фидульминутки;
- физическая культура;
- совместный досуг с родителями;
- спортивные праздники и соревнования.

Направления работы по здоровьесбережению учащихся

Медико-профилактическая работа

Цель: обеспечение, сохранение и преумножение здоровья учащихся под руководством медицинского персонала школы в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

Содержание работы:

- организация мониторинга здоровья учащихся, развивающихся в соответствии с условной возрастной нормой и имеющих ОВЗ;
- разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организация и контроль питания учащихся;
- организация и контроль физического развития учащихся и воспитанников пришкольного лагеря;
- организация профилактических мероприятий;
- организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов;
- организация здоровьесберегающего пространства в школе.

Физкультурно-оздоровительная работа

Цель: физическое развитие и укрепление здоровья учащихся (развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры).

Содержание работы:

- система работы по физкультурно-оздоровительному направлению;
- формирование правильной осанки;
- воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Образовательная работа по здоровьесбережению в школе

Цель: воспитание культуры здоровья учащихся, становление осознанного отношения школьника к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать, поддерживать и сохранять его.

Содержание работы:

- система работы по реализации задач и содержания работы по образовательным областям «Здоровое питание» и «Физическая культура»;
- организация мониторинга сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся;
- система работы по физкультурно-оздоровительному направлению;
- физкультминутки во время уроков;
- релаксация;
- гимнастика для глаз.

Социально-психологическая работа в школе

Цель: обеспечение психического и социального здоровья учащихся; эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в учреждении и семье.

Содержание работы:

- психолого-педагогическое сопровождение учащегося;
- комфортная предметно-развивающая среда школе;
- личностно-ориентированное взаимодействие с учащимися;
- общение, соответствующее возрастным особенностям учащегося;
- уважение прав и свобод личности учащегося.

Просвещение родителей

Цель: обеспечение образованности родителей в учащихся по проблемам здоровьесбережения.

Содержание работы:

- семинары, консультации, родительские собрания;
- совместные физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- совместные досуговые и развлекательные мероприятия.

Ожидаемые результаты:

- Повышение профессиональной культуры педагогов в вопросах здоровьесбережения.
- Повышение валеологической грамотности родителей.
- Улучшение здоровья детей, сформированность у учащихся навыков личной гигиены, желание вести здоровый образ жизни (быть на свежем воздухе, заниматься спортивными играми, улучшать свои результаты по освоению основных видов движений, испытывать чувство радости и удовольствия от состояния быть здоровым).
- Повышение уровня адаптации к современным условиям жизни

