

Принято на педагогическом совете школы.

Протокол педсовета № 1
от «28» августа 2014г.

Программа «Здоровый образ жизни – наш выбор!»

Высшее благо достигается на основе полного физического и умственного здоровья.

Марк Туллий Цицерон

Введение

В последние годы законодательные документы, формулирующие государственную политику в области образования, подчёркивают приоритетность задач воспитания подрастающего поколения. Одной из стратегических целей государственной политики является создание условий, ориентирующих граждан на здоровый образ жизни.

Здоровье подрастающего поколения – важный показатель качества жизни общества и государства. Стратегические направления государственной политики в области сохранения здоровья порастающего поколения регламентируются федеральным и региональным законами «Об образовании», Семейным кодексом Российской Федерации, «Основами законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан».

В целях совершенствования физкультурно-спортивной работы, популяризации здорового образа жизни всех участников образовательного процесса НОУ СОШ «Образовательный центр ОАО «Газпром», дальнейшего развития материально-технической спортивной базы школы разработана данная программа, которая является документом, определяющим концептуальные основы в направлении «Здоровье и экология» воспитательной деятельности Образовательного центра.

Пояснительная записка

Программа «Здоровый образ жизни – это наш выбор» представляет собой логическую взаимосвязанную систему элементов, включающую:

- определение понятия здорового и безопасного образа жизни;
- ключевые приоритеты как факторы здорового и безопасного образа жизни, а также задачи, направленные на реализацию каждого фактора.

Здоровый образ жизни - понятие, включающее в себя индивидуальную систему поведения современного человека, обеспечивающую его **физическое совершенство, безопасность жизнедеятельности, духовное и социальное благополучие и благоприятные условия для успешной учебы, эффективного труда и жизнедеятельности.**

Факторы здорового образа жизни - причины и условия, определяющие основные составляющие здорового образа жизни, включая:

- высокая двигательная активность,
- благоприятный психоэмоциональный климат,
- повышение защитных свойств организма,
- отказ от вредных привычек,
- организацию быта и досуга.

Стратегической **целью** предложенной Программы является

- создание системных условий, способствующих принятию здорового и безопасного образа жизни как базовой жизненной ценности для всех участников образовательного процесса школы, сохранению и укреплению здоровья учащихся и педагогов;
- воспитание потребности вести здоровый образ жизни, формирование культуры здоровья.

Принимая во внимание исключительную важность составляющих здорового образа жизни, достижение целей Программы предлагается осуществлять в рамках следующих **ключевых приоритетов**:

1. Укрепление духовного и нравственного благополучия.
2. Формирование положительного общественного мнения об идее здорового образа жизни.
3. Создание благоприятных условий для занятия физической культурой и спортом, а также ведения здорового образа жизни в процессе учебы, труда и жизнедеятельности.

Задачи, направленные на содействие физическому совершенству и активному долголетию:

1. Вовлечение учащихся, родителей и педагогов школы в занятия физической культурой и спортом.
2. Обучение нормам и правилам рационального и полноценного питания.
3. Обучение гигиеническим нормам и правилам.
4. Реализация комплекса мер, способствующих профилактике и преодолению вредных привычек.
5. Обеспечение доступности и качества медицинской помощи, развитие профилактического направления медицинской помощи.

Задачи, направленные на укрепление духовного и нравственного благополучия:

1. Развитие новых форм досуга (викторины, игры, беседы, дискуссии и др.), способствующих ведению здорового образа жизни.
2. Оказание содействия учащимся в развитии личностных культурных и духовно-нравственных ресурсов, поведенческих навыков.
3. Повышение эффективности организации психологической консультационной помощи учащимся.
4. Реализация комплекса мер, направленных на формирование у учащихся, родителей и педагогов знаний и навыков конструктивного поведения в стрессовых ситуациях.
5. Эффективное использование механизмов предупреждения девиантного (антисоциального) поведения

Задачи, направленные на формирование благоприятного общественного мнения к идее здорового образа жизни:

1. Формирование мотивации всех участников образовательного процесса к занятиям физической культурой и спортом, здоровьесберегающему поведению, образовательной, интеллектуально-развивающей деятельности.
2. Раскрытие учащимся ценности общения, социальной реализации, отношений с другими людьми, толерантности.
3. Укрепление института семьи, возрождение и сохранение преемственных здоровьесберегающих и спортивных семейных традиций.
4. Организация информационно-просветительской работы в информационном поле Образовательного центра, включая социальную рекламу на школьном телевидении, в школьных печатных изданиях.

Общие задачи:

- превращение охраны здоровья учащихся и охраны природы в одно из приоритетных направлений школы;

- сотрудничество со специалистами здравоохранения;
- организация работы по предупреждению детского травматизма;
- воспитание у школьников экологической грамотности, любви к природе и ответственности за её сохранение;
- развитие способности у учащихся видеть и находить решения экологических проблем.
- внедрение новых форм и методов физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

Перспективный план работы

№	Мероприятие	Сроки исполнения	Ответственные
Медицинская и психологическая направленность			
1.	Проведение профилактических медицинских осмотров школьников	Ежегодно	Стрижакова Е.А., мед.работники школы
2.	Консультирование психологической службы в решении проблем взаимоотношений между участниками образовательного процесса	Систематически	Булахова В.А., психологическая служба
3.	Организация работы комнаты психологической разгрузки для учащихся и педагогов. Организация тренингов для педагогов - группа поддержки для профилактики эмоционального выгорания.	2014 -1015	Булахова В.А., психологическая служба
4.	Организация работы психолого-педагогической службы: -индивидуальные и групповые сеансы психологической разгрузки, - занятия с учащимися начальной школы по диафрагмальному дыханию по методике Сметанкина А.А. (кабинет Здоровья)	Систематически	Булахова В.А., психологическая служба
Спортивная направленность			
5.	Организация урока физической культуры с учётом индивидуальных особенностей учащихся	Постоянно	Рундзя А.П., МО учителей физической культуры
6.	Активное привлечение учащихся в спортивные студии и секции	Ежегодно	Учителя физической культуры, педагоги дополнительного образования
7.	Награждение лучших спортсменов школы включением в состав группы зарубежной культурно-образовательной поездки.	Систематически	Администрация школы, педагоги дополнительного образования
8.	Включение номинации «Самый спортивный класс» в рамках конкурса «Самый классный класс»	Январь – май 2015	Координационный совет конкурса
9.	Проведение массовых спортивных праздников в День семьи с участием	Сентябрь	Шуленина О.В., Рундзя А.П.,

Негосударственное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр ОАО «Газпром»

	выпускников, родителей, педагогов Образовательного центра		учителя физической культуры, педагоги дополнительного образования
10.	Спортивные мероприятия: соревнования по футболу, волейболу, мини-волейболу, плаванию, теннису; эстафеты «Мама, папа, я – спортивная семья», «Весёлые старты»	Январь-май, Сентябрь-декабрь, январь, февраль, март, апрель	Рундзя А.П., учителя физической культуры
11.	Проведение утренней зарядки в 1-11 классах «Бодрое утро»	Ежедневно	Учителя физической культуры, педагоги дополнительного образования
12.	Организация работы столов для настольного тенниса в холлах школы	Ежедневно	Шуленина О.В., Федосова М.В.
13.	Проведение соревнований по настольному теннису среди учащихся и педагогов школы	2015 год	Шуленина О.В., отряд советников
14.	Обеспечение групп продлённого дня спортивным инвентарём (мячи, бадминтон, теннисные ракетки, шахматы и др.)		Федосова М.В.
Просветительская направленность			
15.	Организация встреч «Олимпийские уроки» с известными спортсменами России, олимпийскими чемпионами (Е. Кафельников, Ш. А. Тарпищев)	Январь-май, 2015	Курасова Е.В., Шуленина О.В., Григорьева С.А.
16.	Организация и проведение диспутов и иных форм обсуждения по актуальным вопросам здорового образа жизни.	Два раза в год	Абакумова О.В., органы ученического самоуправления; воспитатели
17.	Внедрение в программу воспитательной работы классных часов «Культура питания», «Уроки здоровья», «Экология и здоровье», «Радуга здоровья»	2014-2015 учебный год	Воспитатели ГПД
18.	Проведение мероприятий, направленных на укрепление здоровья девочек подросткового возраста и девушек «Красота и здоровье»	2014 - 2015 год	Воспитатели и классные руководители
19.	Классные часы, беседы по безопасности дорожного движения, безопасности жизнедеятельности	Систематически	Классные руководители, воспитатели
20.	Мероприятия по пропаганде здорового образа жизни, соблюдению правил личной и общественной гигиены	Систематически	Классные руководители, воспитатели
21.	Организация и проведение Фестиваля видео	Март, 2015 год	Шуленина О.В.,

Негосударственное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр ОАО «Газпром»

	роликов социальной рекламы «Мы любим жизнь» среди 7-8 классов		классные руководители, воспитатели
22.	Освещение спортивных событий школьной жизни в телевизионных новостях и печатных школьных изданиях.	Систематически	Климентьева Е.В., Назимова М.В.
23.	Трансляция телевизионного фильма о спортивных секциях школы, о лучших спортсменах	2015 год	Климентьева Е.В.
Экологическая направленность			
24.	Организация и проведение цикла лекций «Окружающий мир», «Эта удивительная планета»	Систематически	Солуянова Н.В.
25.	Экологический цикл встреч «Живая планета» в библиотеке.	Систематически	Сильвестрович Н.В.
26.	Организация работы экоклуба «Заповеди». Экологический календарь	Систематически	Пузанова А.Ю.,
27.	Работа над проектами УНПК экологической направленности	Систематически	Саватеева Г.Г.
28.	Организация акций по изготовлению скворечников, посадке деревьев, сбору макулатуры	Систематически	Пузанова А.Ю.
28.	Работа школьной туристической секции: туристические слёты, соревнования, походы.	По плану секции	Калякин А.А., Абакумова О.В., Горский С.С.
29.	Летняя экологическая экспедиция в Национальный парк «Угра».	Июнь, 2015	Абакумова О.В., Горский С.С.
Мероприятия для педагогов			
30.	Организация и проведение для педагогов школы занятий, направленных на улучшение психологического климата в коллективе: - занятия живописи, - хоровое пение, - плавание, - волейбол, - фитнес.	Систематически	О.В. Шуленина Т.В. Потапова Е.В. Кашеева Н.В. Чепурнова Е.Ю. Свиридов
37.	Выездные экскурсионные поездки (Озеро Байкал)	Июнь, 2015	Н.В. Солуянова