

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр» с. Красносельское
муниципального района Сергиевский
Самарской области

Согласовано:

Председатель Управляющего Совета

«02» 09 2024 год
Ива Т.В.Иванова

«УТВЕРЖДАЮ»

и.о.директора школы Гусев
С.А. Гусев
«02» 09 2024 год



C=RU, O="ГБОУ СОШ"
ОЦ" с. Красносельское",
CN=С.А. Гусев,
E=so_su.kr_selsk_sch@s
amara.edu.ru
место подписания
2024.09.02 11:38:
36+04'00'

Программа "Здоровье"
по пропаганде здорового образа жизни
через воспитательную деятельность
на 2024-2025 уч.год

(Физкультурно-оздоровительное направление образовательного
и воспитательного процесса школы)

Цель программы- формирование у обучающихся стремления к
укреплению своего здоровья и развитию своих физических способностей,
внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс
школы.

Задачи программы:

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся;
- воспитание негативного отношения к вредным привычкам, активная и широкая пропаганда здорового образа жизни;
- установление тесной взаимосвязи с медицинскими работниками сельского ОВОПа по вопросам профилактики заболеваний;
- выявление обучающихся, обладающих уникальными физическими способностями, содействие полному их раскрытию;
- привлечение к соревнованиям и к конкурсам не только здоровых детей но и обучающихся с ослабленным здоровьем;

Деятельность по реализации программы предполагает:

1. Объединение обучающихся в соответствии с их спортивными интересами для совместных занятий волейболом, баскетболом, футболом, легкой атлетикой, шашками, шахматами, настольным теннисом.
2. Проведение спортивных праздников, состязаний, игр, Дней здоровья.
3. Организацию экскурсий, походов, прогулок.
4. Подготовку и проведение тематических классных часов, бесед, родительских собраний, лекториев.

5. Пропаганду здорового образа жизни обучающихся.
6. Организацию интересного и плодотворного досуга, в том числе и в каникулярное время.
7. Привлечение внимания родителей к проблемам формирования и ведения здорового образа жизни.

В реализации программы принимают участие:

- обучающиеся школы;
- члены педагогического коллектива;
- медицинские работники сельского ОВОПа.

Основные направления деятельности и формы работы:

Учет состояния здоровья детей;

1. Анализ медицинских карт обучающихся.
2. Определение групп здоровья.
3. Учет посещаемости занятий.
4. Контроль санитарно-гигиенических условий.

Физическая и психологическая разгрузка

обучающихся:

1. Организация работы спортивных секций и кружков.
2. Утренняя зарядка до занятий.
3. Проведение дополнительных уроков физкультуры, прогулок на свежем воздухе.
4. Организация подвижных перемен.
5. Дни здоровья.
6. Физминутки на уроках.

Урочная и внеурочная работа:

1. Открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности .
2. Спортивные кружки (внеурочная работа) и секции:
 - Детский фитнес (флэшмобы ЦДИ);
 - Подвижные народные игры;
 - Лыжная секция

Соревнования и спортивные праздники:

№ п/п	МЕРОПРИЯТИЯ	СРОК	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
1	Час Здоровья.	сентябрь	Учитель физкультуры, педагог-организатор, кл. руководители.
2	Кросс «Золотая осень»		
3	Школьные соревнования по футболу.		
4	Районный легкоатлетический кросс		
5	Дружеский матч по баскетболу «Мы		

	ПОМНИМ».		
6 7 8 9 10 11 12	Районные соревнования по волейболу Игра «Весёлые старты» Соревнования по волейболу Дружеская встреча с учащимися соседних школ «Здоровая нация» Спортивная встреча с учащимися соседних школ «Сильные, смелые, ловкие» Встреча с работниками ОВОП «Страшная правда»(профилактика употребления ПАВ, алкоголя) Цикл классных часов «Курение, алкоголь — страшная ловушка»	октябрь	Учитель физкультуры, кл. руководители, педагог-организатор.
13 14 15 16 17	Соревнования по пионерболу Игра «Последний герой» Игра «Городки» Акция «Наркотики ? – Нет!» Школьный турнир по теннису	Ноябрь	Учитель физкультуры, педагог - организатор.
18 19 20	Школьный турнир по шахматам и шашкам Школьный турнир по теннису Спортивная встреча с обучающимися соседних школ	декабрь	Учитель физкультуры, педагог-организатор.
21 22 23 24 25 26 27	Зимние забавы «Выходи играть!» Районная лыжная эстафета Игры на свежем воздухе Час развлечений «Зимние забавы» Зимние забавы «Скорее на каток!!!» Районные соревнования по лыжам «Лыжные гонки»	январь	Учитель физкультуры, педагог-организатор, кл. руководители.
28 29 30 31 32 33	Районная лыжная эстафета «Здоровое поколение» Соревнования по лыжам «Лыжные гонки» «Лыжная эстафета» Сельские лыжные гонки «Снежные барсы-2025» Районные лыжные гонки «Юность России»	февраль	Учитель физкультуры, педагог-организатор, кл. руководители.
34 35	Соревнования по баскетболу Круглый стол с работниками ОВОПа - «Поколение 21 века – за здоровую жизнь человека!» (профилактика ЗОЖ)	март	Учитель физкультуры, педагог-организатор,

36	- «Травмы от ожогов»		кл. руководители.
37	Смотр строя и песни «Аты-Баты»	апрель	Учитель физкультуры, педагог-организатор, кл. руководители.
38	Районные соревнования по лёгкой атлетике.		
39	Час Здоровья		
40	Соревнования по лёгкой атлетике.		
41	Районная эстафета «Этот День Победы»	май	Учитель физкультуры, педагог-организатор, кл. руководители.
42	Велокросс		
43	Районная игра «Школа безопасности»		
44	Спортивные соревнования по народным подвижным играм: «Лапта», «Чиж»		

Основные направления пропаганды здорового образа

жизни;

1. Тематические беседы, классные часы, лекции, игры, конкурсы рисунков, плакатов.

2. Совместная работа с органами внутренних дел и медработниками по профилактике курения, токсикомании, наркомании и употребления алкоголя.

3. Обучение обучающихся оказанию первой медицинской помощи.

Профилактика заболеваний обучающихся;

- организация медицинского обследования;
- соблюдение гигиенических норм и правил обучающихся;
- соблюдение гигиенических условий и факторов (шум, освещенность, воздушная среда, температурный режим, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи и др.);
- соблюдение санитарно-гигиенических требований к уроку, рассаживание обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями (рациональное расписание занятий), дозирование домашних заданий;
- осуществление мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди обучающихся;
- обеспечение психолого-педагогических факторов (психологический климат в классе, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.)
- беседы, лекции, просмотры научно-популярных программ, видеофильмов;
- проведение общешкольных конкурсов по здоровьесбережению "Самый здоровый класс" и победители среди них, и "Спортсмен года".

Тематика родительских собраний по проблеме формирования здорового образа жизни:

СРОК	СОДЕРЖАНИЕ	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
Сентябрь	<p>6 класс: Круглый стол «Первые проблемы подросткового возраста»</p> <p>7 класс: Родительский лекторий «Особенности подросткового возраста»</p> <p>9 класс: Встреча «Особенности развития подростков и семейные отношения»</p>	<p>Ефремова С.И.</p> <p>Вершинина Л.Н.</p> <p>Егорова Н.П.</p>
Октябрь	<p>8 класс: Беседа, психолого-педагогическая помощь родителям:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Психофизическое развитие подростков»; 2. «Важные моменты обучения детей в 8 классе»; 3. «Сбор сведений о занятости детей в свободное время» 	<p>Гусев С.А.</p>
Ноябрь	<p>5 класс: Круглый стол «Телевидение и Интернет — их роль в воспитании детей»</p> <p>9 класс: Беседа-дискуссия «Как подготовиться себя и ребёнка к экзаменам»</p>	<p>Первова А.В.</p> <p>Егорова Н.П.</p>
Декабрь	<p>3 класс: Спортивная встреча «Как сформировать у ребёнка стремление к здоровому образу жизни»</p> <p>8 класс: Профилактическая беседа «Как помочь подростку приобрести уверенность в себе»</p>	<p>Бугурусланова Е.В.</p> <p>Гусев С.А.</p>
Январь	<p>7 класс: Беседа-дискуссия «Агрессия детей: её причины и предупреждение»</p>	<p>Вершинина Л.Н.</p>
Февраль	<p>1 класс: Беседа-дискуссия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Маленькие секреты здоровья»; 2. «Правши и левши» <p>6 класс: Встреча «Компьютер в жизни школьника»</p>	<p>Бугурусланова Е.В.</p> <p>Ефремова С.И.</p>
Март	<p>2-4 класс: Беседа-дискуссия «Детская агрессия: что делать?»</p> <p>«Поощрения и наказания».</p>	<p>Салосина Л.А.</p>
Апрель	<p>6 класс: Итоговое родительское собрание «Физическое развитие школьников»</p>	<p>Ефремова С.И.</p>

	9 класс: Круглый стол «Жизненные цели современных подростков» ОБЩЕШКОЛЬНОЕ РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ	Егорова Н.П. Гусев С.А., Дьякова Л.В.
Май	1 класс: Дискуссия «Как воспитать помощника?» 2-4 класс: Круглый стол «Ступень вверх. Трудности адаптации в средних классах. Способы эмоциональной разгрузки» 10 класс: Семинар-практикум «Снятие стресса у старшеклассников»	Бугурусланова Е.В. Салосина Л.А. Гордеева Л.А.

Инструктажи по предупреждению травматизма (ПДД, ПТБ на уроках труда, физкультуры, поведение во время прогулок, экскурсий и походов.

Тематика бесед, классных часов по вопросам гигиены, охраны здоровья и формирования здорового образа жизни

№	МЕРОПРИЯТИЯ	СРОК	КЛАС С	ОТВЕТСТВЕННЫ Е
1.	Ежедневные: зарядка, игры на переменах	сентябрь	1-4	Кл. руководители
2.	Беседа «Друзья здоровья»	сентябрь	1	Кл. руководитель
3.	Беседа «Почему надо отказаться от вредных привычек»	сентябрь	1	Кл. руководитель
4.	Прогулка в осенний лес «Час отдыха»	сентябрь	2, 4	Кл. руководитель
5.	Беседа «В гостях у доктора Нехворайки»	сентябрь	3	Кл. руководитель
6.	Беседа «Меры безопасного поведения на территории школы»	сентябрь	3	Кл. руководитель
7.	Беседа «Вредные привычки и их влияние на здоровье»	сентябрь	3	Кл. руководитель
8.	Час общения «Физические особенности развития»	сентябрь	7	Кл. руководитель

	мальчика и девочки»			
9.	Прогулка в осенний лес «Час отдыха»	октябрь	10	Кл. руководитель
10.	Беседа «Наркотик – орудие самоубийства»	октябрь	9	Кл. руководитель
11.	Час общения «Гигиена питания - гигиена тела»	октябрь	7	Кл. руководитель
12.	Беседа «Стрессы и их влияние на здоровье»	октябрь	7	Кл. руководитель
13.	Викторина «История Олимпийских игр»	октябрь	5	Кл. руководитель
14.	Беседа «Друзья - вода и мыло»	октябрь	3	Кл. руководитель
15.	Беседа «Можно ли самому творить здоровье?»	октябрь	3	Кл. руководитель
16.	Беседа «Как сохранить зрение?»	октябрь	3	Кл. руководитель
17.	Беседа «Скажем вредным привычкам – НЕТ!»	октябрь	2,4	Кл. руководитель
18.	Беседа «Осторожно – лёд!»	октябрь	2,4	Кл. руководитель
19.	Беседа о здоровой пище «Осенний калейдоскоп»	октябрь	2,4	Кл. руководитель
20.	Беседа «Путешествие в страну здоровья»	октябрь	1	Кл. руководитель
21.	Подвижные игры «Выходи играть во двор!»	октябрь	1	Кл. руководитель
22.	Беседа «Сам себе я помогу и здоровье сберегу»	октябрь	1	Кл. руководитель
23.	Беседа «Правильное питание – залог здоровья»	ноябрь	1	Кл. руководитель
24.	Беседа «Правила безопасной прогулки»	ноябрь	1	Кл. руководитель
25.	Беседа «Чтоб болезней не бояться – надо спортом заниматься»	ноябрь	3	Кл. руководитель
26.	Беседа «Здоровые зубы и уход за ними»	ноябрь	3	Кл. руководитель
27.	Беседа «Чтобы ГРИППа не бояться – надо, братцы, закаляться!»	ноябрь	3	Кл. руководитель
28.	Беседа «Мат – опасен для здоровья»	ноябрь	5	Кл. руководитель

29.	Дискуссия «Ответственность и безответственность... Что прячется за этими словами?»	ноябрь	7	Кл. руководитель
30.	Классный час «Детки в пивной клетке»	ноябрь	9	Кл. руководитель
31.	Тренинг «Победи неуверенность в себе»	ноябрь	9	Кл. руководитель
32.	Беседа «Мой компьютер – плюсы и минусы»	декабрь	7	Кл. руководитель
33.	Зимние игры «Будь здоров!»	декабрь	5	Кл. руководитель
34.	Игры на свежем воздухе «В здоровом теле – здоровый дух»	декабрь	3	Кл. руководитель
35.	Беседа «Чистота – залог здоровья»	декабрь	1	Кл. руководитель
36.	Игры на свежем воздухе «Зима!»	январь	1	Кл. руководитель
37.	Спортивный час «Детские забавы»	январь	2,4	Кл. руководитель
38.	Беседа «Первая помощь при обморожении»	январь	2,4	Кл. руководитель
39.	Беседа «Первая помощь при обморожении»	январь	3	Кл. руководитель
40.	Час здоровья «Здоровому – Здорово!»	январь	3	Кл. руководитель
41.	Кинолекторий «Скажи: «НЕТ!» вредным привычкам!»	январь	5	Кл. руководитель
42.	Трудовой десант «Утепляем класс»	январь	7	Кл. руководитель
43.	Информационный час «25000 шагов к здоровью» (проблемы гиподинамии)	январь	9	Кл. руководитель
44.	Беседа о питании «Вредная пятёрка – полезная десятка»	февраль	9	Кл. руководитель
45.	Викторина «Олимпийский марафон»	февраль	5	Кл. руководитель
46.	Игра «Уроки Мойдодыра»	февраль	3	Кл. руководитель
47.	Игра «Весёлые старты»	февраль	1	Кл. руководитель
48.	Беседа «По тропинкам здоровья»	март	1	Кл. руководитель
49.	Беседа о гигиене «Не только платье красит человека»	март	3	Кл. руководитель
50.	Беседа «Здоровые привычки»	март	7	Кл. руководитель

	– здоровый образ жизни»			
51.	Презентация «Герои Российского Спорта»	март	9	Кл. руководитель
52.	Беседа «Принципы рационального питания»	апрель	7	Кл. руководитель
53.	Час здоровья «Весенний разгуляй»	апрель	3	Кл. руководитель
54.	Викторина «В мире природы»	апрель	2,4	Кл. руководитель
55.	Подвижные игры «А ну-ка, догони!»	апрель	1	Кл. руководитель
56.	Игра «Поход в лес»	май	1	Кл. руководитель
57.	Игра «Богатырская потешка»	май	3	Кл. руководитель
58.	Игра «Весёлые старты»	май	5	Кл. руководитель
59.	Профилактическая беседа «Курить или не курить?»	май	7	Кл. руководитель
60.	Беседа «Оказание помощи при простых травмах»	май	7	Кл.руководитель