

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Митрофановская средняя общеобразовательная  
школа»

Программа по формированию  
здорового образа жизни  
«Модно в XXI веке быть  
здоровым человеком!»

**Цель программы:** подготовка сознания школьников, готового к воплощению в своей жизни основ здорового образа жизни.

- **Здоровье**- категория педагогическая, оно либо формируется и развивается, либо расстраивается и утрачивается в процессе воспитания человека в семье, в детском саду, в школе. На школу ложится, помимо прочих, задача сохранения физического, психологического и нравственного здоровья подрастающего поколения.

- Основная форма работы: интегрированные кружковые занятия
- Вид деятельности: игровая, познавательно-развивающая деятельность
- Направление воспитания: здоровьесберегающее, интеллектуально-познавательное

- Программа предусматривает деятельность всех участников образовательного процесса в комплексе для успешного решения следующих задач:

# Обучающие:

- Расширить представление учащихся о здоровом образе жизни
- Систематизировать знания о правилах питания и личной гигиене
- Научить ориентироваться в экстремальных ситуациях



# Развивающие:

- Развитие у детей потребности в создании здоровой окружающей среды в школе и семье
- Развитие элементарных представлений о структуре и функциях тела
- Развитие познавательных психических процессов (восприятие, внимание, воображение, мышление, память, речь);



# Воспитательные:

- Способствовать формированию ответственного поведения к своему здоровью;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Стимулировать открытость при разговоре о вредных привычках;
- Усилить связь между знаниями о своем здоровье, отношении к нему и поведением;
- Воспитывать эстетический вкус и аккуратность;
- Установление положительной психологической атмосферы в классе

- Координирование совместной работы школы и семьи по формированию и сохранению здоровья школьников;
- Формирование коллектива учителей, ориентированных на применение в учебном процессе здоровьесберегающих технологий;
- Мотивирование всех участников образовательного процесса на приобретение знаний, умений, навыков, необходимых для формирования правильных взглядов на здоровье и здоровый образ жизни.



# Содержание программы

- 1.«Что такое здоровый образ жизни?»беседа.
- 2.«Моё отношение к здоровью и здоровому образу жизни» анкетирование.
- 3.«Учимся учиться, не забывая бережно к здоровью относиться!» видеолектория по вопросам пропаганды ЗОЖ с дальнейшим обсуждением

4. « Живу, учусь и веселюсь – во всём к здоровью я стремлюсь!» «фоторежим» детей.

5. «Если хочешь быть здоров – правильно питайся!» презентация.

6. «Спорт-альтернатива вредным привычкам!»  
Малые Олимпийские игры

# Методы контроля над реализацией программы:

Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет педагогический совет школы.

- проведение заседаний Методического совета школы;

- посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОТ;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе.
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

# Ожидаемые результаты.

- Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья детей .
- Снижение количества наиболее часто встречающихся в школьном возрасте заболеваний.
- Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья учащихся: воздержание от курения, от пивного алкоголизма.
- привлечение детей к массовым занятиям спортом

- Создание благоприятного психологического климата, взаимоотношений товарищества и партнёрства в среде школьников, ровесников, семьи.
- Профилактика заболеваний учащихся на ранних стадиях в ходе систематически проводимой диагностики состояния здоровья.
- привитие учащимся потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
- Повышение профессиональной компетенции педагогов и общекультурной подготовки родителей.
- Сокращение пропусков уроков учащимися по болезни.