

Программа «Береги здоровье смолоду»

Цель: формирование у учащихся стремления к укреплению своего здоровья и развитию своих физических способностей.

Задачи:

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся;
- выявление одаренных детей, обладающих уникальными физическими способностями, содействие полному их раскрытию;
- привлечение к соревнованиям и конкурсам не только здоровых детей, но и учащихся с ослабленным здоровьем, физическими недостатками, обеспечивая при этом равные шансы на победу для всех участников;
- воспитание негативного отношения к вредным привычкам, активная и широкая пропаганда здорового образа жизни;
- установление тесной взаимосвязи с медицинскими учреждениями города по вопросам профилактики заболеваний.

Деятельность по реализации программы предполагает:

- 1) Объединение учащихся в соответствии с их спортивными интересами для совместных занятий волейболом, баскетболом, футболом, легкой атлетикой, шашками, настольным теннисом. Создание школьного клуба.....
- 2) Проведение разнообразных спортивных праздников и состязаний, игр, Дней здоровья.
- 3) Подготовку и проведение тематических классных часов, бесед, родительских собраний, лекториев.
- 4) Организацию экскурсий, походов, прогулок.
- 5) Пропаганду здорового образа жизни детей и подростков.
- 6) Организацию интересного и плодотворного досуга, в том числе и в каникулярное время.
- 7) Привлечение внимания родителей и других представителей взрослого населения города к проблемам формирования и ведения здорового образа жизни.

В реализации программы принимают участие:

- учащиеся школы;
- члены педагогического коллектива;
- медицинские работники;
- родители.

Основные направления деятельности и предполагаемые формы работы

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
I	Учет состояния здоровья детей.		
	Анализ медицинских карт учащихся. Определение групп здоровья.	сентябрь	мед. сестра
	Учет посещаемости занятий.	постоянно	кл. рук.
	Контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.	постоянно	Директор
II	Физическая и психологическая разгрузка учащихся.	в течение года	Зам. дир. по УВР уч. физ. культуры
	Организация работы спортивных секций, кружков, клубов.		
	Проведение дополнительных уроков физической культуры.		
	Динамические паузы.		
	Организация спортивных перемен.		
	Дни здоровья.		

	Физкультминутки для учащихся 1-5 классов.		
	Организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием		
III.	Урочная и внеурочная работа.		
	Открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ.	в течение года	Зам. дир. по УВР уч. физ. культуры
	Открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности.	в течение года	
	Спортивные кружки и секции: - баскетбол; - волейбол; - футбол; - шашки и шахматы; - настольный теннис; - легкая атлетика; - лыжи.	по расписанию	уч. физкультуры
	Открытие школьного клуба «Здоровый образ жизни».		
IV.	Основные направления пропаганды здорового образа жизни.	постоянно	Зам. дир. по ВР, кл. руководители
	Тематические классные часы, лекции, познавательные игры, агитбригады, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции.		
	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения, алкоголизма.		
	Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.		
	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры.		
V.	Соревнования и спортивные праздники.		Зам. дир. по ВР, кл. руководители
	«Веселые старты»	сентябрь	
	«Папа, мама, я - спортивная семья»	октябрь	
	«Самый сильный, самый смелый»	ноябрь	
	Малые олимпийские игры	декабрь	
	снежные спартакиады	февраль	
	спортивный КВН	апрель	
	общешкольные соревнования по баскетболу, волейболу, пионерболу, мини-футболу	март	
	русские народные игры и забавы	январь, март	
VI.	Профилактика заболеваний учащихся.		
	проведение общешкольного конкурса «Самый здоровый класс»;	в течение года	уч. физ. культуры
	проведение общешкольного творческого конкурса «Час здоровья».	апрель	
	беседы, лекции, просмотры научно-популярных	в	

	программ, фильмов	течение года	
	осуществление мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди учащихся	в течение года	зам. дир. по АХЧ, мед. работник и
	организация медицинского обследования	сентябрь	директор
	Организация медицинского всеобуча	октябрь	директор
VII.	Тематические классные часы по вопросам гигиены, охраны здоровья и формирования здорового образа жизни.	регулярно	классные руководители
VIII	Тематические родительские собрания по проблеме формирования здорового образа жизни. «Здоровье ребенка в руках взрослых». «Здоровая семья, нравственные аспекты». «На контроле здоровье детей». «Режим труда и учебы». «Физическое воспитание детей в семье». «Алкоголизм, семья, дети». «Пагубное влияние курения табака на здоровье человека». «Предупреждение нервных и сердечных заболеваний в годы юности». «Вредные привычки у детей». «Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу». «Вопросы, которые нас волнуют». «Эти трудные подростки». «Взрослые проблемы наших детей». «Физическое развитие школьника и пути его совершенствования»	по графику	Зам. директора по УВР классные руководители

Положение об общешкольном конкурсе «Самый здоровый класс»

I. Общие положения.

Школьный конкурс «Самый здоровый класс» проводится ежегодно для всех классов. Участие в нем, на добровольных началах, принимают весь класс, классный руководитель, а также родители.

Конкурс проводится сроки:

Цель: содействовать формированию у учащихся здорового образа жизни и интереса к занятиям физкультурой и спортом.

Задачи:

Привлечь максимально возможное количество учеников и их родителей к занятиям физической культурой для сохранения здоровья и улучшения работоспособности.

Обучить детей и взрослых методам и приемам организации активного отдыха.

Пропагандировать в школьном сообществе здоровый образ жизни.

II. Организация конкурса.

Общешкольный конкурс «Самый здоровый класс» проводится в течение всего учебного года. Участие в нем классных коллективов оценивается членами жюри, в состав которого входят представители администрации, педагоги, учащиеся, родители. Жюри использует следующие критерии оценки:

- участие класса в общешкольных спортивно-оздоровительных мероприятиях - 10 баллов (за каждого участника);
- привлечение родителей к работе по пропаганде здорового образа жизни - 10 баллов;
- пропуски уроков по болезни - вычитается 1 балл (за каждого ученика);
- организация классом внеклассных спортивно-оздоровительных дел для учащихся других классов и школьных коллективов - 20 баллов;
- выпуск санитарных бюллетеней, листков здоровья, газет, в которых пропагандируется здоровый образ жизни - 15 баллов;
- организация походов, экскурсий, прогулок - 5 баллов;
- участие в спортивных секциях, кружках (туристических, народного, эстрадного, бального танца) - 5 баллов (за каждого ученика);
- организация в классе ежедневной утренней зарядки - 5 баллов;
- наличие у учащихся вредных привычек - вычитается 10 баллов (за каждого ученика).

III. Награждение победителей конкурса.

Победители награждаются почетными грамотами и ценными подарками.

Положение об общешкольном конкурсе «Спортсмен года»

I. Общие положения.

Цель: выявление лучших спортсменов школы.

Задачи:

1. Популяризация занятий спортом среди учащихся.
2. Повышение спортивного мастерства школьников.
3. Приобщение детей к здоровому образу жизни.

II. Организация конкурса.

1. Конкурс проводится с 1 сентября по 15 мая.
2. Жюри подводит итоги каждый месяц. В состав жюри конкурса входят учителя физической культуры, члены Совета старшеклассников, представитель ДЮСШ, заместитель директора школы по воспитательной работе.

3. При определении победителей учитываются следующие показатели:

- получение отличной оценки по физической культуре в триместре (четверти, полугодии) - 10 баллов;
- сдача нормативов по общей физической подготовке на «5» - 10 баллов и на «4» - 8 баллов;
- участие в спортивных состязаниях:
 - а) в школьных соревнованиях - 5 баллов;
 - б) в городских, районных соревнованиях - 10 баллов;
 - в) в областных соревнованиях - 75 баллов;
- посещение занятий в спортивных секциях - 5 баллов.

4. Подведение итогов проводится в конце каждого месяца. Результаты записываются в «Книжку участника конкурса» и отражаются на стенде общешкольной газеты в разделе «Спортивные достижения».

III. Награждение победителей конкурса.

Победитель конкурса награждается почетной грамотой и ценным подарком, а участникам, занявшим второе и третье места, вручаются грамоты и памятные призы.