Программа воспитания здорового образа жизни школьников "Здоровье" для специальных коррекционных общеобразовательных школ VIII вида

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют всё новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические показатели:

Физиологически зрелыми рождаются не более 14 % детей.

25–35 % детей, пришедших в 1 класс школы, имеют физические недостатки или хронические заболевания.

90– 92 % выпускников средних школ находятся в “третьем состоянии”, т. е. они ещё не знают, что больны

Только 8–10 % выпускников школ можно считать действительно здоровыми.

5 % взрослого населения страны хронически больны, а 95 % – находятся в “третьем состоянии”.

Нарушение интеллекта у ребёнка в преобладающем большинстве случаев сочетается с нарушениями в развитии двигательной сферы, становление которой неотделимо от познания мира, овладения речью, трудовыми навыками. В физическом развитии, так же как и в умственном, у большинства обучающихся воспитанников наблюдается существенное отставание или отклонение от показателей развития нормального ребёнка. Несомненно, что раннее нарушения в центральной нервной системе вызывает нарушения в эмоционально – волевой сфере и влияет на характер ребёнка. Эти дети не защищены от негативного влияния в окружающей среде.

Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у детей разного возраста, снизили их творческую активность, замедлили их физическое и психическое развитие, вызвали отклонения в социальном поведении.

Прогрессивно нарастающие требования социальной среды вызвали появление массовых состояний психоэмоционального напряжения, лавинообразное увеличение форм саморазрушающего поведения, на первом месте из которых вышла наркотизация подростков, а так же различные виды злоупотреблений психоактивными веществами.

За последние три года в Белгородской области отмечается неуклонный рост числа подростков, потребляющих наркотики и другие психоактивные вещества. Если в 2000 году среди несовершеннолетних потребителей она составляла 5,2 %, то в 2003 году – 12,7 %, аналогичная тенденция наблюдается и среди потребителей токсических веществ. В общем, количестве данной категории подростков наблюдается рост доли девочек, потребляющих наркотики.

Ежегодно всё большее число несовершеннолетних вовлекается в сферу незаконного оборота наркотиков. В 2003 году их доля в общем числе лиц, совершивших наркопреступления, составила 8,9 %

Проблема наркотиков давно превратилась в глобальную проблему, грозящую гибелью для человечества. Как и всякая глобальная проблема, она не может не стать содержанием современных образовательных программ.

Даже самая счастливая и благоприятная школьная семья не может существовать в отрыве от социальной действительности, для которой распространение наркотиков в среде молодёжи всё более и более становится нормой. Детей нельзя оградить от наркотика, но научить их сознательно отказываться от него можно и нужно. В силу этих причин проблемы сохранения здоровья детей становиться особенно актуальными во всех сферах человеческой деятельности и особенно остро – в образовательной области.

В программе по формированию здорового образа жизни объединен весь позитивный опыт, накопленный педагогическим коллективом, детской организацией, родителями учащихся.

Необходим комплексный подход по отношению к детям, имеющим проблемы в развитии, обучении, общении и поведении. Только совместная работа классных руководителей, социальных педагогов, психологов, медицинских работников, родителей может дать реальные результаты.

Необходимо сопровождать, а не направлять развитие ребёнка, не решать проблемы за детей, а учить их принимать верные решения самостоятельно.

Цель программы:

Представление всех возможностей школы для формирования психически здорового, социально – адаптивного, физически развитого выпускника.

Задачи:

Формирование потребности здорового образа жизни у учащихся.

формирование здоровых взаимоотношений с окружающим миром, обществом и самим собой.

Повышение квалификации педагогов в вопросах развития и охраны здоровья ребёнка.

Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

Прогнозируемый результат:

Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий своё место и предназначение в жизни выпускник.

Участники программы:

Учащиеся;

Классные руководители;

Учителя – предметники (ОБЖ, биология, физкультура, СБО и др.);

Врач – педиатр, закреплённый за учреждением;

Врачи – специалисты (стоматолог, нарколог, гинеколог);

Школьные специалисты (психолог, логопед, социальный педагог);

Учителя ЛФК, ритмики;

Родители.

Педагогические средства:

Анкета склонности к вредным привычкам.

Методические рекомендации классным руководителям, воспитателям по формированию у школьников гигиенических навыков.

Учебные предметы (ОБЖ, биология, ритмика, ЛФК), формирующие основы здорового образа жизни;

Психодиагностика и психокоррекция (программа работы психолога)

Школьные мероприятия спортивно – массовой, оздоровительной работы, Дни здоровья, акции за здоровый образ жизни.

Мероприятия по реализации программы.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание работы | Сроки | Ответственные | Система целесообразных форм и мер организации работы |
| 1 | Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон и т. д) | В течение года | Директор школы, учителя – предметники. |  |
| 2 | Эстетическое оформление интерьера класса и школы (разведение цветов, живые уголки, информационные центры и др.) | Директор школы, заведующий кабинетом |  |  |
| 3 | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок | Ежегодно, Сентябрь. | Заместитель директора по УВР |  |
| 4 | Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям (санитарно – гигиеническим, психофизическим, эстетическим). | Ежегодно | Директор школы, заведующий кабинетом. |  |
| 5 | Организация активного отдыха на переменах (подвижные игры, работа библиотеки и др.) | Постоянно | Заместитель директора по ВР |  |
| 6 | Работа школьной психологической службы: диагностика, организация психоэмоциональной разгрузки учителей и учащихся. Уроки псхокоррекции в 1–4-х кл. Организация кабинетов психологической разгрузкою | Постоянно | Директор школы, психолог. | Тематика родительских собраний |
| 7 | Введение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни. ОБЖ, ЛФК, СБО, ритмика) |  | Администрация школы |  |
| 8 | Проведение “здоровых уроков”, разнообразие форм проведения уроков | Постоянно | Администрация школы, учителя – предметники. | Педсовет |
| 9 | Подготовка обучающихся к экзаменам как радостному событию. | 2 – е полугодие | Администрация школы. | Семинар с учителями слесарного и швейного дела |
| 10 | Проведение мероприятий по охране зрения | Повседневно | Учителя – предметники | Мероприятия по охране зрения обучающихся. |
| 11 | Проведение акций по привлечению обучающихся воспитанников к здоровому образу жизни. | По плану | Заместитель директора по ВР |  |

2. Уровень здоровья детей. Мероприятия по сохранности и укреплению здоровья школьников.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание работы | Сроки | Ответственные | Система целесообразных форм и мер организации работы |
| 1 | Состояние здоровья обучающихся воспитанников (анализ на основе углубленного осмотра) | По плану | Школьный медицинский работник | Педсоветы, родительские собрания, родительские комитеты, где разрабатываются программы совместной деятельности. Выступление врача и школьного медицинского работника на педсоветах, родительских собраниях. Индивидуальные консультации о состоянии здоровья детей и рекомендации по его восстановлению. |
| 2 | Улучшение качества медицинского обслуживания:  - усовершенствование материальной базы медицинского кабинета  - Программа деятельности медицинского работника: работа с больными детьми; профилактическая работа через беседы, санбюллетени.  - Наблюдение врача – педиатра, закреплённого за школой. | Постоянно | Школьный медицинский работник |  |
| 3 | Организация горячего питания | Постоянно | Администрация школы |  |
| 4 | Профилактическая работа во время эпидемий |  | Администрация школы, мед. Работник. |  |
| 5 | Работа школьных специалистов во время каникул. |  | Психолог, соц. педагог. |  |
| 6 | Оздоровительная работа с детьми в летний период | Июнь | Директор, заместитель директора по ВР, медицинский работник, психолог, соц. педагог. | Организация и работа школьных оздоровительных отрядов. |

3. Гигиеническое, санитарно – просветительное воспитание школьников.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание работы | Сроки | Ответственные | Система целесообразных форм и мер организации работы |
| 1 | Тематические классные часы и беседы в группах. | 1 раз в четверть | Кл. руководители, воспитатели. | Семинар кл. руководителей, воспитателей |
| 2 | Операция “Чистюля” | 1 раз в четверть | Вожатая, актив школы | Экран соревнований |
| 3 | Организация праздников чистоты и порядка. | По плану | Кл. руководители, воспитатели |  |
| 4 | Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни. |  | Библиотекарь |  |
| 5 | Организация постоянно действующих лекториев для родителей по пропаганде здорового образа жизни. | По плану | Кл. руководители, воспитатели. |  |
| 6 | Организация работы кружков, формирующие основы здорового образа жизни. |  | Администрация школы |  |

4. Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания).

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание работы | Сроки | Ответственные | Система целесообразных форм и мер организации работы |
| 1 | Результаты тестирования школьников 7 – 9-х кл. по выявлению склонностей к вредным привычкам. Определение дальнейшей деятельности школы | Ежегодно | Заместитель директора по ВР, кл. руководители, психолог, соц. педагог. |  |
| 2 | Участие в проведении: Международного дня борьбы со СПИДом;  Международного дня борьбы с курением | 1. 12  19. 11 | Заместитель директора по ВР, соц. педагог, кл. руководители, воспитатели. | -Конкурс рисунков  - Выпуск бюллетеней  - Анкеты  - беседы врача |
| 3 | Лекторий для родителей | По плану | Соц. педагог, психолог, врачи. | Круглый стол. Участники:  - Школьные родительские комитеты.  - Педагоги  - врачи узкие специалисты  - инспектора ПДН |
| 4 | Цикл бесед по профилактике вредных привычек | По плану | Кл руководители, воспитатели. |  |
| 5 | Проведение школьной акции “Школа за здоровый образ жизни”  “Дети и игла”  Недели подростка в школе | По плану | Заместитель директора по ВР, соц. педагог, кл. руководители, воспитатели, психолог. | - Выпуск санбюллетеня  - Конкурс рисунков  - Организация встреч с врачами узкими специалистами  Индивидуальные консультации со специалистами школы  - Тематические классные часы и беседы в группе |

5. Физкультурно –массовая оздоровительная работа.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание работы | Сроки | Ответственные | Система целесообразных форм и мер организации работы |
| 1 | Анализ занятости детей физкультурой и спортом:  - Определение группы здоровья  - Занятость в спортивных кружках |  | Заместитель директора по ВР, медицинский работник, учитель физкультуры | В школе должно быть:  - Расписание спортивного кружка  - Занятость детей в спортивном кружке |
| 2 | Школьные спартакиады | По плану школы | Учитель физкультуры |  |
| 3 | Школьный план спортивно-массовой оздоровительной работы. | Сентябрь | Заместитель директора по ВР, учитель физкультуры. | - Дни здоровья  - Работа школьного кружка  - Спартакиады  -Подвижные игры, конкурсы  - Спортивный праздник |
| 4 | Создание летних оздоровительных отрядов | Июнь | Директор, заместитель директора по ВР |  |
| 5 | Проведение “лечебных” уроков | В течение года | Учителя | Проведение  - ЛФК 1 -4  Ритмика 1–4-й кл. |

Примерная тематика классных часов и бесед в ГПД по пропаганде здорового образа жизни.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Класс | Тема классного часа | Дата проведения |
| 1 -2 | Чистые руки – чистое тело смело берись за любое дело | Октябрь |
| Режим дня | Декабрь |
| Подвижные игры во время перемен | Февраль |
| Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься | Март |
| Укусы насекомых | Апрель |
| 3 | Что, значит, быть здоровым человеком | Октябрь |
| Безопасное поведение в школе во время уроков и во время перемен | Декабрь |
| Профилактика инфекционных заболеваний. Микробы. | Февраль |
| Говорим мы вам без смеха - чистота залог успеха | Март |
| Питание – основа жизни | Апрель |
| 4 | Шалости и травмы | Октябрь |
| Режим дня школьника | Декабрь |
| Безопасное поведение в школе во время уроков и во время перемен. | Февраль |
| Сам себе я помогу и здоровье сберегу | Март |
| Как защититься от простуды и гриппа | Апрель |
| 5. | О вреде табачного дыма | Октябрь |
| Правильное питание – залог здоровья | Декабрь |
| Безопасность поведения в школе | Февраль |
| Вредные привычки | Март |
| Поведение в экстремальной ситуации | Апрель |
| 6 | Предупреждение заболеваний | Октябрь |
| Гигиена тела | Декабрь |
| Личная безопасность поведение в экстремальной ситуации | Февраль |
| Здоровый образ жизни | Март |
| Как сохранить здоровье | Апрель |
| 7 | Курильщик - сам себе могильщик” | Октябрь |
| Правила личной гигиены подростка | Декабрь |
| Предупреждение заболеваний | Февраль |
| Влияние наркотиков на жизненный стиль | Март |
| Что значит: быть здоровым человеком? | Апрель |
| 8 | Как не стать наркоманом | Октябрь |
| Рецепты народной медицины при простудных заболеваниях | Декабрь |
| Инфекционные заболевания и иммунитет подростка | Февраль |
| Употребление психоактивных веществ как слабость воли, болезнь | Март |
| Бытовой и уличный травматизм | Апрель |
| 9 | Выход есть: живи без вредных привычек | Октябрь |
| Гигиена тела – основа здорового образа жизни | Декабрь |
| Поведение в экстремальных ситуациях | Февраль |
| Нравственное здоровье | Март |
| Режим дня и оптимальные условия функционирования организма человека | Апрель |