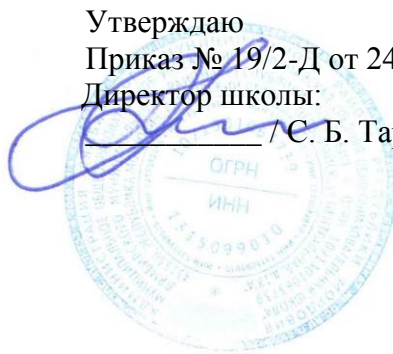


Согласовано
На педагогическом совете
МОУ «Первомайская СОШ»
Протокол № 5 от 21.05.2021г.

Утверждаю
Приказ № 19/2-Д от 24.05.2021 г.
Директор школы:
_____ /С. Б. Таратынов



ПРОГРАММА

**«КОМПЛЕКСНЫЕ МЕРЫ ПОВЫШЕНИЯ
РОЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА В ФОРМИРОВАНИИ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩИХСЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«ПЕРВОМАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА »**

НА 2021- 2025 ГОДЫ

ПАСПОРТ
школьной программы «Комплексные меры повышения роли физической культуры, спорта и туризма в формировании здорового образа жизни учащихся МОУ «Первомайская СОШ» на 2021-2025годы».

Основные разработчики программы:	Заместитель директора по ВР МО классных руководителей Учитель физической культуры
Цели программы:	- Создание условий для занятий детей и подростков физической культурой, спортом и работе с учащимися в МОУ «Первомайская СОШ». - Формирование, укрепление и сохранение здорового образа жизни всех участников образовательного процесса.
Задачи программы:	- Активизация внимания общественности к проблеме сохранения и укрепления здоровья детей; - Развитие и укрепление системы взаимосвязи и сотрудничества всех заинтересованных служб; - Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс; - Формирование у учащихся осознанного выбора здорового образа жизни; - Повышение уровня физической подготовки школьников; - Создание адаптивной образовательной среды для учащихся с проблемами в здоровье и развитии; - Обеспечение каждому ребенку физиологического и психологического комфорта в школе.
Сроки реализации программы:	2021-2025 годы.
Основные исполнители программы:	- Администрация ОУ - Заместитель директора по ВР - Учитель физической культуры - Классные руководители - Врач Первомайской сельской амбулатории и Поликлиники № 3 - Совет школьной ДО «Вместе» - Родительский комитет
Ожидаемые конечные результаты реализации программы:	- Привлечение внимания общественности к опыту работы школы и расширению материально-технических возможностей для совершенствования оптимального учебно-воспитательного процесса, конечной целью которого является выполнение важнейшего социального заказа – формирования личности, способной с наибольшей пользой для себя и общества жить и работать в современных условиях. - Повышение профессиональной компетентности педагогов и работников школы в сохранении и укреплении физического и нравственного, морального и социального здоровья школьников. - Укрепление здоровья подрастающего поколения, снижение уровня заболеваемости детей в ОУ. - Укрепление морально-психологического здоровья учащихся, развитие их коммуникативных способностей, нравственное и эстетическое усовершенствование личности каждого ребенка. - Усиление пропаганды здорового образа жизни средствами

	<p>массовой информации.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Повышение уровня физической подготовки подрастающего поколения. - Повышение эффективности психологической и медицинской помощи детям. - Совершенствование системы физического и санитарно-гигиенического воспитания в ОУ. <p>Совершенствование системы подготовки спортсменов высокого класса из числа одаренных детей.</p>
Система организации контроля за исполнением программы:	<ul style="list-style-type: none"> - Ежегодное рассмотрение хода выполнения программы на совещаниях при директоре, семинарах классных руководителей, Школьных ученических советах, родительских собраниях.
Индикаторы	<ul style="list-style-type: none"> -выполнение школьной программы до 100% -укомплектованная нормативно- правового пакета по вопросу повышение физ.культуры -охват детей занимающихся физ.культурой и спортом и туризмом 50% -посещение уроков физ.культуры 100% -повышение результативности участия обучающихся в олимпиадах и соревнованиях разного уровня -совершенствование потенциала: <ul style="list-style-type: none"> 1. учителей физ.культуры, имеющих высшее образование - 100% 2. аттестованных <ul style="list-style-type: none"> -на 1 квалифицированную категорию до 70% -на 2 квалифицированную категорию до 20% -оборудование учебных помещений, спортивным инвентарём до 100%.

I. Обоснование необходимости разработки Программы.

«Без здоровых детей у страны нет будущего».

В соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» здоровьесберегающее обучение и воспитание отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. Здоровье детей – это актуальная проблема общества в целом. По данным Всемирной организации здравоохранения, общественное здоровье на 25% зависит от состояния окружающей среды и на 50% от образа жизни. В начале XXI века социально-экономическая и экологическая ситуация привела к резкому ухудшению состояния здоровья населения России, главным образом, детского.

Катастрофический демографический спад привел к резкому сокращению численности населения, а также к биологической и психической деградации. Как свидетельствует статистика, тенденция эта продолжает развиваться:

- средняя продолжительность жизни по стране уменьшилась на 6-8 лет;
- резко сократилась рождаемость;
- только 15% детей рождаются практически здоровыми, около 7% выпускников средних школ признаются практически здоровыми, более 50% имеют различные функциональные отклонения. Снизились требования к составу и качеству пищевых продуктов. Несбалансированность питания, излишнее употребление углеводной пищи, как наиболее дешевой, способствует развитию ожирения, болезням обмена веществ, кариеса и др. заболеваний;

- недостаточность этического воспитания является главной причиной бескультурья, приобщения молодежи к алкоголю, курению, наркотикам, полного безразличия к жизни;

- главной отдушиной в жизни ребенка, жаждущего общения, нередко становится экранный мир. Многочасовое сидение у экранов телевизоров, работа с компьютером приводит к росту заболевания глаз, нарушениям опорно-двигательного аппарата. Результатом гиподинамии являются многочисленные невротические, сердечно-сосудистые заболевания и др;

- острой и требующей срочного решения является проблема низкой физической подготовки учащихся, около 60% юношей допризывного и призывного возраста не выполняют нормативов по физической подготовке.

- неблагоприятные перемены в состоянии здоровья являются причиной профессиональных ограничений в ряде массовых профессий, затрудняют призыв в ряды Вооруженных сил.

К сожалению, вышеуказанные факты, несомненно, отражаются на уровне здоровья учащихся нашей школы. На начало 2021-2022 учебного года из 64 учеников

Большая группа детей, ученики со 2 группой здоровья.

У 50% учащихся обнаружены различные хронические заболевания

За период школьного обучения у детей в 5 раз вырастает частота нарушения органов зрения, в 3 раза – патология пищеварения и мочеполовой системы, в 5 раз – нарушение осанки, в 4 раза – нервно-психических расстройств. Отмечена прямая связь между школьными нагрузками и состоянием здоровья: у многих учащихся ухудшается самочувствие к концу учебного дня, более 60% учащихся плохо засыпают, сказываются учебные перегрузки: после 6 уроков, а в старших классах зачастую и 7 уроков на выполнение домашних заданий многие школьники тратят 3-4 часа ежедневно. На лицо нервное переутомление, которое хронически накапливаясь приводит и к подрыву здоровья, и к падению интереса к учебе. Анализ динамики нервно-психического здоровья детей в школьный период показывает, что абсолютно здоровыми и оптимально адаптированными можно считать 1/3 первоклассников, к шестому году обучения таких детей становится около 22 %.

Анализируя статистические данные по состоянию здоровья учащихся Республики Мордовия, отмечается рост числа заболеваний. Усугубляется положение тем, что в школе не уделяется степени развития туризма и краеведения, не на должном уровне происходит изменение подходов к урокам физической культуры, их совершенствованию. Содержание спортивно-массовой работы стереотипно, родители практически не вовлечены в совместную деятельность по формированию у

детей осознанного отношения к своему здоровью, стимулированию здорового образа жизни, не прослеживается тесная взаимосвязь с медицинской службой, нет взаимозаинтересованности. Поэтому необходимо активно работать над реализацией Программы: «Комплексные меры повышения роли физической культуры, спорта и туризма в формировании здорового образа жизни учащихся», так как проблема организации помощи ребенку в сохранении, укреплении и формировании здорового образа жизни весьма актуальна.

Выполнение мероприятий Программы позволит:

- создать нормативно-правовую базу развития физической культуры и спорта в школе;
- увеличить число занимающихся физической культурой, спортом и туризмом;
- укрепить материально-спортивную базу ОУ;
- вести целенаправленную пропаганду физической культуры, спорта и туризма подрастающего поколения для формирования здорового образа жизни.

II. Цели и задачи Программы:

Цели:

- Создание условий для занятий детей и подростков физической культурой, спортом и работе с подростками в МОУ «Первомайская СОШ».
- Формирование, укрепление и сохранение здорового образа жизни всех участников образовательного процесса.

Задачи:

- Активизация внимания общественности к проблеме сохранения и укрепления здоровья детей;
- Развитие и укрепление системы взаимосвязи и сотрудничества всех заинтересованных служб;
- Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс;
- Формирование у учащихся осознанного выбора здорового образа жизни;
- Повышение уровня физической подготовки школьников;
- Создание адаптивной образовательной среды для учащихся с проблемами в здоровье и развитии;
- Обеспечение каждому ребенку физиологического и психологического комфорта в школе.

Принципы:

1. Принцип непрерывности физического воспитания.
2. Принцип дифференцированного подхода.
3. Принцип динамического совершенствования системы оздоровления.
4. Принцип психологической комфортности.

Основные направления деятельности по реализации Программы:

1. Нормативно-правовое обеспечение реализации Программы:
нормативно-правовое сопровождение реализации Программы;
разработка нормативных документов, касающихся реализации Программы.

2. Диагностика и мониторинг состояния здоровья, физического и психического развития школьников.

Проведение комплекса диагностических мероприятий по изучению состояния здоровья детей, выявление факторов риска, состояния учебной и внеучебной нагрузки, уровня образования в области здоровья:

особенности физического здоровья;

диагностика заболеваний, имеющих у учащихся;

анализ пропусков учебных дней по болезням;

диагностика нарушений осанки, зрения и др.;

наблюдение за состоянием детей, состоящих на диспансерном учете;

оценка организаций учебного процесса, учебной и внеучебной нагрузки в течении дня, недели;

расписание учебных занятий;

изучение эмоционального состояния ребенка;

динамика школьной мотивации.

3. Медико-профилактическая работа:

медико-профилактический контроль за физическим развитием детей;

осуществление медико-профилактических, лечебных и реабилитационных мероприятий;

организация профессиональных консультаций врачей;

использование немедикаментозных методов коррекции здоровья школьников.

организация оздоровительных мероприятий в каникулярное время.

4. Физкультурно-массовая работа:

включение каждого ребенка в систематическое занятие физической культурой и спортом.

обеспечение выполнения детьми суточных норм двигательной активности, повышение удельного веса и качества занятий физической культурой.

внедрение здоровьесберегающих технологий на уроках физ.культуры.

проведение физкультурно-массовой внеклассной работы.

5. Реализация Программы в учебном процессе:

соблюдение гигиенических нормативов объема учебной, внеучебной нагрузки и домашних заданий.

рациональная организация учебной деятельности с учетом динамики работоспособности

использование здоровьесберегающих технологий обучения на основе доступности содержания, вариативности, дифференциации, межпредметной интеграции, блочно- модульного построения.

8	Осуществление тестирования уровня физической подготовки учащихся допризывного возраста.	Ежегод-но.	Учитель физ. культуры
III	Организация учебной работы		
1	Контроль за составлением расписания уроков в соответствии с дневной и недельной динамикой умственной работоспособности	Ежегод -но	Администрация ОУ
2	Контроль за соблюдением гигиенических нормативов объема учебной, внеурочной нагрузки и домашних заданий	Постоян -но	Администрация ОУ
3	Контроль за организацией учебной деятельности на уроках с учетом динамики работоспособности	Постоян-но	Администрация ОУ
4	Контроль за состоянием методик и технологий обучения возрастным возможностям учащихся	Постоян-но	Администрация ОУМО Кл.рук.
5	Проведение комплексной проверки за уровнем качества уроков (в частности физической культуры)	Ежегод-но 2021-2025г.	Администрация ОУ
6	Внедрение в практику работы начальной школы элементов здоровьесберегающей школы	Постоянно 2021-2025 г.	Администрация ОУМО Кл.рук.
IV	Спортивно-массовые мероприятия:		
1	Проведение тестирования общей физической подготовленности учащихся.	2 раза в год (октябрь, апрель).	Классные руководители Учитель физ. культуры
2	Проведение «Дня здоровья».	1 раз в четверть.	Кл. руководители Учитель физ. культуры Зам. директора по ВР
3	Организация динамических перемен.	В течение учебного года.	Классные руководители. Учитель физ. культуры
4	Проведение родительских спортивных воскресений.	В течение года 2 раза.	Кл. руководители Учитель физ. культуры Зам. директора по ВР
5	Организация спортивных секций по различным видам спорта. Всеохватность учащихся занятием спортом.	В течение года.	Администрация ОУ Учитель физ. культуры Зам. директора по ВР
6	Организация внутри школьных соревнований, спортивных встреч родителей и учащихся.	Постоян-но.	Учитель физ. культуры Зам. директора по ВР
7	Участие в районных спортивных соревнованиях.	2021-2025г.	Учитель физ. культуры
8	Посещение катков, хоккейных коробок и площадок в зимний период.	Зимний сезон.	Классные руководители. Учитель физ. культуры
9	Участие в «Кроссе наций» с. Лямбиль.	Сентябрь.	Администрация ОУ Учитель физ. культуры Зам.директора по ВР
10	Участие в легкоатлетическом пробеге, посвященному Дню Победы в с. Лямбиль.	Май.	Учитель физ. культуры
11	Участие в гонке «Лыжня России»	1 воскресенье февраля.	Учитель физ. культуры

12	Проведение спортивных праздников «Папа, мама, я – спортивная семья».	Ежегодно , май	Учитель физ. культуры Зам.директора по ВР
13	Участие в спортивных эстафетах на «День защиты детей»	Ежегодно , 1 июнь	Классные руководители. Учитель физ. культуры
14	«Президентские состязания»	сентябрь	Учитель физ. культуры
15	Участие в соревнованиях на призы Д. Нижегородова	май ежегодно	Учитель физ. культуры
16	Привлечение учащихся с девиантным поведением к занятиям спортом. «Старты надежд»	Ежегодно	Администрация ОУ Учитель физ. культуры Зам.директора по ВР
V	Медико-профилактическая работа		
1	Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс	Постоян но	Классные руководители. Учитель физ. культуры
2	Проведение медицинского обследования, медицинских углубленных осмотров ,разработкой индивидуальных карт оздоровления детей.	Ежегодно	Администрация ОУ Врач сельской амбулатории
3	Проведение физиотерапевтических оздоровительных мероприятий.	Постоян но	Администрация ОУ Учитель физ. культуры Зам. директора по ВР Врач сельской амбулатории
4	Заполнение в классном журнале «Листка здоровья», паспорта здоровья.	В начале учебно-го года.	Врач сельской амбулатории Кл.руководители
5	Обсуждение на педсоветах в ОУ, МО, родительских собраниях проблемы состояния здоровья учащихся и мер по его укреплению.	Ежегодно, октябрь.	Администрация ОУ Врач сельской амбулатории Учитель физ. культуры Зам. директора по ВР
6	Проведение тематических родительских собраний с целью улучшения состояния здоровья учеников	Ежегодно.	Классные руководители. Администрация ОУ
7	Выпуск санбюллетеней.	Постоян но	Учитель физ. культуры Врач сельской амбулатории
8	Организация медицинского ликбеза : Подросток и проблемы полового воспитания. Организация закаливания ребенка Возникновение неврозов. Представление о здоровом образе жизни его составляющие.	Ежегодно	Врач сельской амбулатории Классные руководители
9	Обучение преподавателей физической культуры по вопросам проведения занятийс детьми относящимися к специальным группам.	Постоян но	Врач сельской амбулатории
10	Соблюдение санитарно-гигиенических требований, создание оптимального теплового режима и освещенности классных комнат.	Постоян но	Врач сельской амбулатории Классные руководители. Администрация ОУ

11	Проведение в ОУ классных часов валеологической направленности: 1класс: «Чтобы гриппа не бояться, надо, братцы закаляться» 4класс: «О пользе зарядки». 8класс: «Духовное здоровье». 9класс: «Здоровый образ жизни». класс: «Психологическое здоровье. Китайская медицина-цигун». класс: «Мужественность-это сила умаили сила тела» и т.д.	Постоян но	Классные руководители Зам.директора по ВР
12	Проведение всеобуча по проблеме ЗОЖ.	Ежегодно по плану.	Администрация ОУ
13	Введение на каждом уроке во всех классах различных оздоровительных методик	Постоян но.	МО классных руководителей Администрация ОУ
14	Проведение оздоровительных мероприятий на всех уроках: физкультминутки, тренингов для снятия напряжения и активизации резервных возможностей детей.	Постоян но	классные руководители.
15	Организация активного отдыха на переменах с использованием музыки.	Постоян но.	классные руководители Зам.директора по ВР
16	Организация консультативной работы по вопросам здоровья у учащихся, их родителями педагогами.	Постоян но.	Врач сельской амбулатории
VI	Профилактика курения, алкоголизма и наркомании в ОУ		
1	Проведение педагогического совета на тему комплексного подхода к решению проблемы курения среди учащихся и работников школы.	В начале учебного года	Администрация ОУ
2	Проведение общешкольного родительского собрания, посвященного проблеме профилактики курения, алкоголизма и наркомании.	Во 2 полуго- дии.	Администрация ОУ Родительский комитет
3	Проведение классных родительских собраний по теме: «Профилактика вредных привычек».	В течение года.	классные руководители
4	Проведение тематических классных часов по профилактике курения, алкоголизма, наркомании с 3 по 11 класс.	В течение года	классные руководители Зам.директора по ВР
5	Проведение месячника: «Курить -здоровью вредить»: а) проведение общешкольного вечера б) выпуск бюллетеней в) организация медицинского ликбеза через уроки ОБЖ.	Один раз в год.	Администрация ОУ Учитель физкультуры Зам.директора по ВР Кл. руководители
VII	<i>Информационное обеспечение реализации Программы:</i>		
1	Освещение в средствах массовой информации роли физической культуры и спорта в воспитании подрастающего поколения, вопросов организации досуга населения, профилактики правонарушений заболеваний, повышение работоспособности и пропаганды здорового образа жизни.	2021- 2025г.	Зам. директора по ВР

2	Освещение в средствах массовой информации сведений о достижениях ведущих спортсменов ОУ на муниципальных, республиканских и др. соревнованиях.	2021-2025г.	Зам. директора по ВР
VIII	Развитие материально-спортивной базы:		
1	Приобретение спортивного инвентаря, оборудования для ОУ.	Ежегодно.	Администрация ОУ
2	Приведение спортивного зала в соответствие со строительными нормами, нормами Роспотребнадзора.	Ежегодно	Администрация ОУ Учитель физ. культуры
3.	Расширение спортивного городка на территории школы.	Ежегодно	Администрация ОУ Учитель физ. культуры

Кадровое обеспечение:

Повышение квалификации учителя физ.культуры .	Ежегодно	Администрация ОУ
Проведение физиотерапевтических оздоровительных мероприятий	Постоянно.	Сельская амбулатория
Ведение в классном журнале «Листка здоровья», паспорта здоровья на каждого ученика.	Постоянно.	классные руководители
Проведение тематического родительского собрания.	Ежегодно.	ОУ, Сельская амбулатория
Создание санитарно- гигиенических требований, создание оптимального теплового режима и освещенности классных комнат.	Постоянно.	Руководитель ОУ.