

## Отчёт

### о проделанной работе по программе «Здоровье»

#### Цели и задачи программы:

1. Формирование у школьников знаний о здоровом образе жизни и привитие навыков ответственного отношения к нему, профилактика вредных привычек.
2. Содействовать сохранению здоровья каждого школьника.
3. Сформировать основания для критического мышления по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленным на сохранение здоровья.
4. Обеспечить обучающихся необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.

По программе здоровье проводилась оздоровительная работа в 1-9 классах:

Модули	Содержание модуля	Мероприятия	Результат реализации
1	2	3	4
Модуль 1	Рациональный режим дня	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изучение тем, связанных с рациональным распределением времени в учебных курсах (биология, физическая культура, обществознание)</li> <li>• На уроках учителя проводили профилактические мероприятия по сохранению здоровья обучающихся (физкультминутки, гимнастику для глаз и т.д.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• умение планировать и рационально распределять учебные нагрузки и отдых в период подготовки к экзаменам;</li> <li>• знание основ профилактики переутомления и перенапряжения</li> </ul>
Модуль 2	Двигательная активность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Реализация программ по физической культуре</li> <li>• Физкультурно-оздоровительная работа: <ul style="list-style-type: none"> <li>- продолжили работу организованные в начале учебного года спортивные кружки и секции</li> <li>- конкурсная программа «А ну-ка, парни!», посвященная Дню Защитника Отечества</li> <li>- участие в районных соревнованиях «Безопасное колесо»</li> <li>- школьные соревнования по биатлону</li> <li>- школьный этап Всероссийских игр школьников «Президентские спортивные игры»</li> <li>- школьный этап Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания»</li> <li>- участие в районных соревнованиях «Туристический слет», «Зарница»</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• представление о необходимой и достаточной двигательной активности, элементах и правилах закаливания, выборе соответствующих возрасту физических нагрузок и их видах</li> <li>• потребность в двигательной активности и ежедневных занятиях физической культурой</li> <li>• умение осознанно выбирать индивидуальные программы двигательной активности, включающие малые виды физкультуры (зарядка) и регулярные занятия спортом</li> </ul>
Модуль 3	Физическое и психологическое состояние	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация «разгрузочных» мероприятий на переменах</li> <li>• Акция «Добрый мир». Классный час «Не надо ограничивать возможности»</li> <li>• Совместно с психологом были проведены консультации для родителей по темам: «Профилактика нарушения осанки», «Упражнения на развития внимания», «Упражнения на развитие зрительной и слуховой памяти», «Упражнения на развитие логического мышления».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• владение элементами саморегуляции для снятия эмоционального и физического напряжения</li> <li>• навыки самоконтроля за собственным состоянием, чувствами в стрессовых ситуациях</li> <li>• представления о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, факторах их вызывающих и условиях снижения риска негативных влияний</li> <li>• навыки эмоциональной разгрузки и их использование в повседневной жизни</li> </ul>
Модуль 4	Здоровое	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация рационального питания</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• представление о рациональном</li> </ul>

	питание	<p>обучающихся</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• В рамках внеурочной деятельности кружка «Формула правильного питания» в 7 классе по здоровьесбережению были проведены темы: «Ты готовишь себе и друзьям», «Кухни разных народов», «Кулинарная история» и др.</li> <li>• Медицинский работник Башкардин К.Н. проводил лектории «Личная гигиена»; «Рациональное питание школьника»; среди обучающихся 1-9 классов.</li> </ul>	<p>питании как важной составляющей части здорового образа жизни</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов</li> </ul>
Модуль 5	Профилактика зависимостей	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация дежурства по школе</li> <li>• Психолого-педагогические консультации (индивидуальные и групповые)</li> <li>• Просмотр видеофильмов по профилактике ПАВ</li> <li>• Классный час «Основы безопасности жизнедеятельности»</li> <li>• Общешкольное родительское собрание «Школа – территория безопасности»</li> <li>• Проведены родительские собрания в 7-9 кл. по темам: «Эмоциональное состояние», «Как уберечь от неверного шага» (Профилактика вредных привычек)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• знания обучающихся о правилах здорового образа жизни, готовность соблюдать эти правила</li> <li>• адекватная самооценка, навыки регуляции своего поведения, эмоционального состояния;</li> <li>• представление о неизбежных негативных последствиях наркотизации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности самореализации, достижения социального успеха</li> </ul>
Модуль 6	Позитивное общение	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Школьный этап соревнований «Школа безопасности»</li> <li>• Экскурсия в пожарную часть</li> <li>• Классные руководители провели для обучающихся часы общения: «Мы-за спорт!», «Береги здоровье!»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• коммуникативные навыки у подростков, умение эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в повседневной жизни в разных ситуациях</li> </ul>

Обучающиеся 1-9 классов активно принимали участие в реализации программы «Здоровье».

Далее планируется провести:

- классные часы по теме здоровьесбережения
- родительские собрания и лектории на темы здоровьесбережения обучающихся;
- мониторинг по выявлению уровня физической подготовки обучающихся;
- продолжить работу по программе «Здоровье»
- активизировать просветительскую работу по вопросам здорового образа жизни со всеми

участниками образовательного процесса:

- с родителями обучающихся
- с педколлективом
- с обучающимися
- организовывать встречи с работниками здравоохранения.