

Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
ГБПОУ СО «Богдановичский политехникум»
структурное подразделение
кадетская (казачья) школа-интернат
«Первый Уральский казачий кадетский корпус»

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 15 от 31.08.2019 г.

Директор



/С.М. Звягинцев

«31» августа 2019 год.

**Программа
формирования принципов
здорового образа жизни «Здоровье»
на 2019-2024 гг.**

Богданович
2019 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Самое ценное, что есть у человека, - это жизнь, а самое ценное в его жизни – здоровье, за которое бороться всеми силами становится не только актуально, но и экономически необходимо. Условия, когда болеть было выгоднее, чем работать ушли в прошлое. Невежество в вопросах здорового образа жизни будет дорого обходиться тем, кто своевременно не позаботится о своём здоровье, здоровье своих детей и близких.

Занятия физическими упражнениями, многостороннее воздействие которых по своей силе превышает эффективность других средств оздоровления, - это наиболее рациональный способ подготовить себя к деятельности разного характера: служению Отечеству, освоению будущей профессии, учёбе в учреждении образования, занятиям любимым делом.

Программа «Здоровье» объединяет и согласовывает работу педагогического коллектива кадетской (казачьей) школы-интерната по формированию здорового образа жизни кадет, родителей и педагогов, что выходит за рамки только физического воспитания. Она охватывает многие вопросы специальной подготовки, санитарии, гигиены и туризма, закаливания, борьбы с вредными привычками, досуга, культуры и традиций Казачества, ведь не зря говорят: «В здоровом теле – здоровый дух».

Значительную роль в реализации программы играет семья учащегося. Сегодня роль семьи в укреплении здоровья детей должна неуклонно возрастать. Забота о своём здоровье станет у учащихся необходимостью, если родители своим примером будут показывать ценность здоровья и значимость здорового образа жизни.

В укреплении здоровья кадет первостепенное значение имеет преодоление гиподинамии (недостаточности двигательной активности) и на этой основе – формирование необходимой скелетной мускулатуры, препятствующей нарушению осанки, других отклонений в состоянии здоровья.

Таким образом, программа «Здоровье», носящая комплексный характер, может и должна консолидировать усилия воспитателей, учителей,

администрации К(К)ШИ, самих кадет в деле поддержания здорового образа жизни и физического развития.

Цель программы – формирование у кадет стремления к укреплению своего здоровья и развитию своих физических способностей.

Задачи программы:

В работе с кадетами

1. Формировать личность, способную самостоятельно развивать себя духовно и физически в течение всей жизни:
 - обучать жизненно важным умениям и навыкам;
 - развивать двигательные качества;
 - обеспечивать получение знаний в области физической культуры и спорта;
 - формировать умения контролировать и корректировать изменения своего физического состояния.
- 2. Придать занятиям физическими упражнениями оздоровительно-профилактическую направленность.

В работе с педагогическим коллективом

1. Морально и материально стимулировать учителей, которые успешно организуют физкультурно-оздоровительную работу с кадетами и сами ведут здоровый образ жизни.

Организуя и оценивая работу учителей физической культуры особое внимание уделить:

- эффективности уроков физической культуры;
- приросту физической подготовленности кадет (по тестам, нормативам) за разные отрезки времени – полугодие, год;
- охвату кадет внеурочной массово-оздоровительной работой;
- организации туристической работы с кадетами, совместно с другими организациями, клубами, секциями города.

Особенно следует подчеркнуть важность туристско-краеведческой работы, которая способствует оздоровлению кадет силами природы, хорошо развивает личностные качества, такие как смелость, решительность, организованность и ответственность, умение выживать в экстремальных условиях. В походах кадеты приобретают навыки поведения и ориентирования в окружающей среде, изучают животный и растительный мир.

2. Организовать в течение учебного года серию профессиональных занятий (семинар, конференция, круглый стол и т.д.) по теме «Физическая культура учителя как часть его общепедагогической культуры». Привлечь к организации этих занятий специалистов в области педагогики, психологии, валеологии, а также врачей.

3. Подготовить и провести физкультурно-оздоровительные мероприятия для педагогического коллектива:

- совместные соревнования кадетов и педагогов (матчи, турниры, эстафеты) с освещением результатов на информационных стендах КШИ;
- участие учителей в спартакиаде и спортивных мероприятиях по различным видам спорта.

4. Систематически проводить консультации для учителей по вопросам здорового образа жизни и физического воспитания учащихся. Включить такие консультации в совещания методических объединений.

В работе с родителями

Достичь тесного сотрудничества педагогического коллектива, кадетов и родителей в организации здорового образа жизни путём:

- демонстрации личного примера родителей и педагогов в пропаганде здорового образа жизни;
- организации выступлений преподавателей физической культуры на родительских собраниях с тематическими сообщениями: «Если хочешь быть здоров», «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»;
- проведения консультирования родителей по вопросам здоровья детей, их физического развития, соблюдения оптимального двигательного режима;

- установления тесного контакта в работе между медицинскими работниками, учителями, Казачеством и родителями учащихся;
- приглашения родителей на уроки физической культуры, оздоровительные мероприятия и соревнования;
- активного использования возможностей информационных ресурсов; сайта, стендов, написания информационных материалов и статей, посвящённых укреплению здоровья и пропаганде здорового образа жизни.

Формы работы, используемые при реализации программы «Здоровье»

В процессе реализации программы «Здоровье» используются следующие формы физкультурно-оздоровительной работы:

- уроки физической культуры;
- мероприятия в режиме учебного дня (гимнастика до учебных занятий, физкультурные минутки во время уроков, физкультурная пауза после третьего урока);
- спортивные кружки, секции, клубы;
- спортивные праздники;
- соревнования по различным видам спорта;
- туристические походы, экскурсии;
- «Дни здоровья»;
- спортивные викторины;
- устные журналы спортивной направленности;
- теоретические занятия, беседы, семинары;
- смотры-конкурсы «Самая здоровая группа», «Самый спортивный кадет»;
- тестирование уровня физического развития и двигательных качеств учащихся;
- наглядная агитация (стенд «Спортивная жизнь КШИ», плакаты, таблицы рекордов).

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

№ п/п	Мероприятие	Сроки	Ответственные
1	2	3	4
1. Работа с учащимися			
1.1	Оценка физического развития кадет	Мониторинг в течение всего учебного года	Учитель физической культуры, медицинский работник
1.2	Создание базы данных о физическом развитии и подготовленности кадет	Корректировка в начале каждого учебного года	Учитель физической культуры, медицинский работник, классные руководители
1.3	Совершенствование УМК физкультуры (разделы «Работа с учащимися», «Здоровье»)	В течение учебного года	Учитель физкультуры, методическая служба
1.4	Разработка методик и внедрение программ раннего выявления и профилактики вредных привычек	В течение учебного года	Классные руководители
1.5	Разработка и внедрение образовательных программ секционных занятий по различным видам спорта	Утверждение – август, корректировка в конце каждого учебного года	Учитель физической культуры, методическая служба
1.6	Проведение спортивных праздников	По отдельному плану	Зам. директора по УиВР, руководитель физической культуры
1.7	Организация встреч с представителями Казачества, беседы о здоровом образе жизни	В течение учебного года	Заместитель директора по УиВР, старший воспитатель
1.8	Создание и распространение агитационных материалов, направленных на пропаганду здорового образа жизни	В течение учебного года	Учитель физкультуры, педагог-организатор
1.9	Проведение мониторинга физической подготовки учащихся	В течение учебного года	Учитель физкультуры, медицинский работник
2. Работа с педагогическим коллективом			
2.1	Лекции (сообщения) по вопросам здоровья кадет, особенностях психофизического развития, профилактики вредных привычек и пропаганды здорового образа жизни	На заседаниях МО кураторов	Зам. директор по УиВР, педагог-психолог, медицинский работник
2.2	Ведение целенаправленной пропаганды здорового образа жизни с использованием	В течение учебного года	Администрация КШИ

	механизмов наглядной агитации и личного примера коллектива учителей		
2.3	Создание и поддержание условий комфортной работы, охраны труда работников и кадет КШИ	В течение учебного года	Директор, заведующий хозяйством
2.4	Информационное обеспечение по вопросам здоровьесбережения и охраны труда с использованием механизмов наглядной агитации, раздаточных материалов	В течение учебного года	Администрация
3. Работа с родителями			
3.1	Подготовка материалов и выступления перед родителями на темы: «Пропаганда здорового образа жизни в семье», «Профилактика стрессов» и т.д. (в зависимости от особенностей группы, запросов, поступивших от родителей и классных руководителей)	В течение учебного года (октябрь, февраль) – на родительских собраниях	Зам. директора по УиВР, педагог-психолог, медицинский работник
3.2	Информирование родителей по вопросам здоровья учащихся и пропаганды здорового образа жизни с использованием листовок, буклетов, информационных стендов	В течение учебного года	Учитель физической культуры, медицинский работник, классные руководители
3.3	Индивидуальное консультирование родителей по вопросам здоровья кадет и пропаганды здорового образа жизни	В течение учебного года	Классные руководители, медицинский работник
3.4	Проведение совместных мероприятий (праздников, соревнований) для кадет и родителей	По плану спортивно-массовой работы	Учитель физической культуры
3.5	Круглые столы с участием родителей по вопросам: - «Здоровое питание и распорядок дня современного учащегося»; - «Пропаганда здорового образа жизни в КШИ и дома (сотрудничество педагогов и родителей)»	Каждое полугодие	Администрация КШИ, учитель физкультуры с привлечением городских специалистов (врачей, психологов)

Разработал педагог-психолог Т.В. Голубева

