

Проект «Гимназии - центр физической культуры и ЗОЖ в рамках реализации программы развития «От успеха в гимназии – к успеху в жизни» на 2019-2024 годы

Введение

Актуальность: по данным Всемирной организации здравоохранения, общественное здоровье на 20% зависит от состояния окружающей среды, на 15% от состояния здравоохранения, на 15% от социально-экономической ситуации и на 50% от образа жизни человека. В начале 90-х годов социальноэкономическая и экологическая ситуация привела к резкому ухудшению состояния здоровья населения России, главным образом детского.

Проблема организации помощи ребенку в сохранении, укреплении и формировании здоровья весьма актуальна. Решить проблему здоровья в рамках учебно- воспитательного процесса может созданная система физкультурно-оздоровительной деятельности «Гимназии – центр физической культуры и здорового образа жизни».

Актуальность программы по созданию системы физкультурно- оздоровительной деятельности в гимназии заключается, прежде всего, в том, что она ориентирована на решение таких значимых проблем, устранение которых в сумме может дать максимально возможный положительный эффект оздоровления учащихся.

Цели и задачи проекта

Цель: формирования психически здорового, физически развитого и социально - адаптированного человека.

Задачи:

- Предоставление базового образования
- Формирование потребности здорового образа жизни
- Формирование взаимоотношений с окружающим миром, обществом, самим собой
- Организация физкультурно-оздоровительной работы, направленной на формирование у школьников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.

Полнота состава действий, необходимых для достижения поставленной цели – формирования, сохранения и укрепления здоровья учащихся, согласованность в действиях специалистов разных профессий, соответствие между желаемым и возможным определяют целостность программы, ее реалистичность и рациональность.

Знание конечной и ряда промежуточных целей позволяет отслеживать результаты поэтапной деятельности и соотносить их с теоретически ожидаемыми результатами. Своевременное обнаружение отклонения реального положения дел от предусмотренного программой

гарантировано максимально возможной детализацией функциональных специалистов в области здоровья.

Цель и планируемые действия по таким приоритетным направлениям, как учебно-воспитательная, физкультурно-оздоровительная, научно-методическая, информационно-просветительская, коррекционная соответствует не только сегодняшним, но и будущим требованиям, предъявляемым к образовательному учреждению и условиям его деятельности, что и определяет прогностичность данной программы.

I. Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения

- Состояние и содержание здания и помещений гимназий в соответствии с требованиями СанПиНа (2010г.)
- Оснащенность кабинетов физкультурного зала, спортивных площадок необходимым оборудованием и инвентарем.
- Наличие и необходимое оснащение медицинского и стоматологического кабинетов.
- Наличие и необходимое оснащение школьной столовой.
- Организация качественного горячего питания.
- Необходимый (в расчете на количество учащихся) и квалифицированный состав специалистов, обеспечивающий работу с учащимися (медицинские работники, учителя физкультуры, психолог, социальный педагог, логопед).

II Организация учебного процесса. Виды деятельности в соответствии с программой

1.Рациональная организация учебного процесса

-Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (домашние задания) учащихся на всех этапах обучения

-Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям учащихся (использование методик, прошедших апробацию).

-Введение любых инноваций в процессе только под контролем специалистов.

-Строгое соблюдение всех требований к использованию средств обучения (специального оборудования и инвентаря) в соответствии с требованиями техники безопасности.

-Рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера.

-Индивидуализация обучения физической культуре (учет индивидуальных особенностей развития), работа по индивидуальным программам в старших классах.

2. Внедрение обучающих программ

- Включение в систему работы программ, курсов, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.
- Информационная работа с учащимися
- Проведение лекций, бесед, консультаций по проблемам сохранения здоровья, профилактики вредных привычек.
- Организация и проведение конкурсов, праздников, дней здоровья.
- Создание общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей.
- Пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по вопросам оздоровления, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.
- Организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами, родителями
- Организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами, родителями .
- Повышение квалификации работников гимназии и уровня знаний родителей по проблемам охраны и укрепления здоровья учащихся
- Сотрудничество с центром «Диалог»,МКУЗ «Родильный дом № 1», ТОГУ, ДВФУ, ДВГУПС, ДВАГС, ПИТОГУ, Совет ветеранов , библиотека, гродяковский музей и др.
- Проведение лекций, семинаров, консультаций, курсов по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье с привлечением специалистов медицинских и просветительских центров.
- Приобретение необходимой научно-методической литературы.
- Привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек.
- Внедрение оздоровительных процедур в организацию учебного процесса
- Полноценная и эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (на уроках, секциях, занятиях внеурочной деятельности).
- Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья учащихся.
- Витаминизация;
- Систематические мероприятия по коррекции нарушений осанки, зрения.
- Консультации логопеда, психолога, узких специалистов.
- Использование лечебных и оздоровительных процедур (закаливание в летний период, солнечные ванны)
- Использование рекомендательных и утвержденных методов профилактики заболеваний, не требующих постоянного наблюдения врача (витаминизация, профилактика нарушений осанки, зрения).
- Регулярный анализ и обсуждение на педагогических Советах данных о состоянии здоровья школьников, доступность сведений для каждого педагога.

3. Организация и обеспечение физкультурно-оздоровительной работы

- Комплексная работа по сохранению и укреплению здоровья учащихся.
- Организация утренней гимнастики до учебных занятий.
- Организация физкультминуток и физкультурных пауз на уроках.
- Организация часа активных движений (динамическая пауза для начальной гимназия) между 3-4 уроком.
- Регулярное проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий (дни здоровья, уроки здоровья, турниры, турпоходы и т.д.).

Данный программа охватывает все виды двигательной активности и в свою очередь решает определенные задачи по укреплению и сохранению здоровья, развивает все физические качества, улучшает работоспособность учащихся, как умственную, так и физическую. Формирует устойчивый интерес и потребность заниматься физической культурой, воспитывает волю, смелость, настойчивость, дисциплину, чувство коллективизма, навыки культурного и физически компетентного поведения.

Правильно организованная физкультурно-оздоровительная работа может стать основой рациональной организации двигательного режима школьников, способствует нормальному физическому развитию и двигательной подготовленности учащихся всех возрастов. Позволит повысить адаптивные возможности организма, а значит, станет средством сохранения и укрепления здоровья школьников.

Прогнозируемый результат: Человек, здоровый физически, психически, нравственно, с развитым мышлением, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни.

Приоритетные направления деятельности:

Учебно-воспитательная работа

Научно-обоснованная, строго-регламентированная, оптимально организованная учебная, физкультурно-спортивная и трудовая деятельность, которая должна способствовать формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся, обеспечению правильного физического и психического развития, формированию здорового образа жизни, повышению качества образования в целом.

Диагностическая работа

Комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья учащихся, изучение подвижности адаптационных перестроек и работоспособности под действием системы физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Профилактическая и коррекционная работа

Предупреждение и своевременное выявление отклонений в развитии и состоянии здоровья школьников, профилактика обострений и прогрессирования болезненного процесса.

Научно-методическая и опытно-экспериментальная работа

Внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику образования, разработка новых авторских учебных программ, методик и методов обучения, а также их экспериментальное внедрение в учебный процесс.

Информационно-просветительская работа

Пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем оздоровительным вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.

Научно-методическая и опытно-экспериментальная работа

Внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику образования, разработка новых авторских учебных программ, методик и методов обучения, а также их экспериментальное внедрение в учебный процесс.

Информационно-просветительская работа

Пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем оздоровительным вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.

Формы деятельности

Для внедрения программы в полном объеме необходимо реализовать следующие функции:

1. *Теоретические:* изучение опыта работы других образовательных учреждений, нормативной литературы, проведение теоретических семинаров с сотрудниками.
2. *Методические:* корректировка действующих учебных программ с учетом психологических, оздоровительных требований, составление и разработка специальных учебных программ по физической культуре для учащихся различных возрастных групп, составление перечней функциональных обязанностей специалистов службы, планирование учебно-воспитательной работы в соответствии с основными направлениями работы лицея, разработка основных классификаций параметров здоровья.
3. *Организационные:* подбор специалистов, повышение их квалификации, пополнение необходимым диагностическим и лечебно-профилактическим оборудованием, оснащение классных кабинетов, комнаты психофизиологической разгрузки. Обеспечение необходимыми учебниками, методическими пособиями, наглядными, раздаточными и дидактическими материалами, спортивным оборудованием и инвентарем.

Модели здоровья школьника и педагога

Главное условие для успешного решения оздоровительной программы - воспитание соответствующей культуры у педагога и ученика:

- культуры физической (управление движением);
- культуры физиологической (управление своим телом);
- культуры психологической (управление своими ощущениями, внутренним состоянием);
- культуры интеллектуальной (управление мыслительными процессами и размышлениями).

Модель здоровья школьника

- Здоровье физическое: совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде. Здоровье социальное: моральное самообеспечение, адекватная оценка своего «я», самоопределение, способность делать выбор.
- Здоровье психическое: высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к действию.

Модель здоровья педагога

- Профессиональная компетентность, владение психолого-педагогическими, методическими, исследовательскими, прикладными умениями, педагогический такт, интуиция, эмпатия, эмоциональная уравновешенность, коммуникативность, способность создавать атмосферу тепла и взаимного доверия, соблюдение здорового образа жизни и распространение идей здоровья, социально активная, толерантная, компетентная и адаптивная к новым инновационным технологиям.
- Педагог должен соединять в себе психолога, валеолога, физиолога, понимающего ребенка, создающего ситуации общения и деятельности, самостоятельности воспитанника; он – специалист, умеющий выстраивать индивидуальную траекторию развития для каждого воспитанника; он – правозащитник, охраняющий его права и здоровье, он – посредник между ребенком и взрослым миром

Работа с детьми

- Привитие школьникам чувства ответственности за свое здоровье.
- Обучение школьников здоровому образу жизни.
- Обучение школьников личной гигиене.
- Беседы, семинары, конференции обучающего характера.
- Выпуск учащимися методичек о здоровье.
- Привитие школьникам чувства этики, эстетики.

Работа с родителями

- Родительские собрания, индивидуальная работа с родителями по созданию установки на совместную работу с лицом, с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребенка.
- Консультации врачей родительского комитета по итогам мониторинга здоровья детей.
- Психологическое просвещение родителей, помощь в создании экологической и психологической среды в семье.

- Включение родителей в воспитательный процесс в гимназии.

Работа с педагогами

- Просветительская работа по направлениям «Урок здоровья» и «Здоровый урок», по программе здоровьесберегающих технологий.
- Консультации учителей по результатам мониторинга здоровья и последующих рекомендаций. Постановка новых целей и задач по развитию школьников в социальном, психическом, физическом аспектах.
- Консультации учителей со специалистами центра здоровья, медперсоналом по сохранению собственного здоровья.

Информирование педколлектива о состоянии и профилактике заболеваемости, об адаптационных изменениях психики при повышенной умственной нагрузке, о последствиях психической травматизации

Поэтапность реализации проекта «Гимназии – центр физической культуры и ЗОЖ» *1 этап (подготовительный) – 2019-2020г.*

- Изучение и анализ ситуации в области здоровья в ОУ.
- Подготовка кадров (повышение квалификации)
- Создание материально-технической базы, системы учебно-воспитательного процесса в гимназии.
- Создание благоприятного психологического климата в коллективе.

2 этап (основной) – 2020-2023г.

- Разработка и внедрение подпрограммы диагностического комплекса.
- Разработка и внедрение подпрограммы в области здоровья.
- Разработка и внедрение подпрограммы по физкультурно-оздоровительной работе в гимназии.

3 этап (заключительный) – 2024г.

- Организация мониторинга эффективности реализации программы.
- Коррекция основных направлений и подпрограмм.
- Разработка перспективных направлений развития программы.
- Создание системы физкультурно-оздоровительной, психологопедагогической деятельности в гимназии.
- Распространение опыта работы гимназия в статусе «Гимназии – центр физической культуры и здорового образа жизни»

