

# Модифицированная программа здоровья

Классный руководитель: Ваганова О.Е.

- В соответствии с законом РФ «Об образовании» здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования.

## Цель:

Сохранение и укрепление здоровья обучающихся, формирование у школьников навыков организации здорового образа жизни посредством комплекса оздоровительных мероприятий

# Задачи:

- Формировать у школьников знания о здоровье человека, о способах сохранения и укрепления.
- Увеличение объема двигательной нагрузки учащихся на уроке и внеурочной деятельности.
- Воспитание негативного отношения к вредным привычкам.
- Распространение информации о способах оздоровления организма.
- Обучение конкретным приемам и методам оздоровления организма.
- Формировать у учащихся осознанный выбор здорового образа жизни.
- Организовать систему профилактических работ по предупреждению детского травматизма на дорогах.
- Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

## Ожидаемые результаты :

- Снижение заболеваемости школьников.
- Снижение психоэмоциональных расстройств.
- Повышение уровня физической подготовки школьников.
- Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
- Формирование осознанного отношения к своему здоровью и физической культуре.

# Деятельность по сохранению здоровья

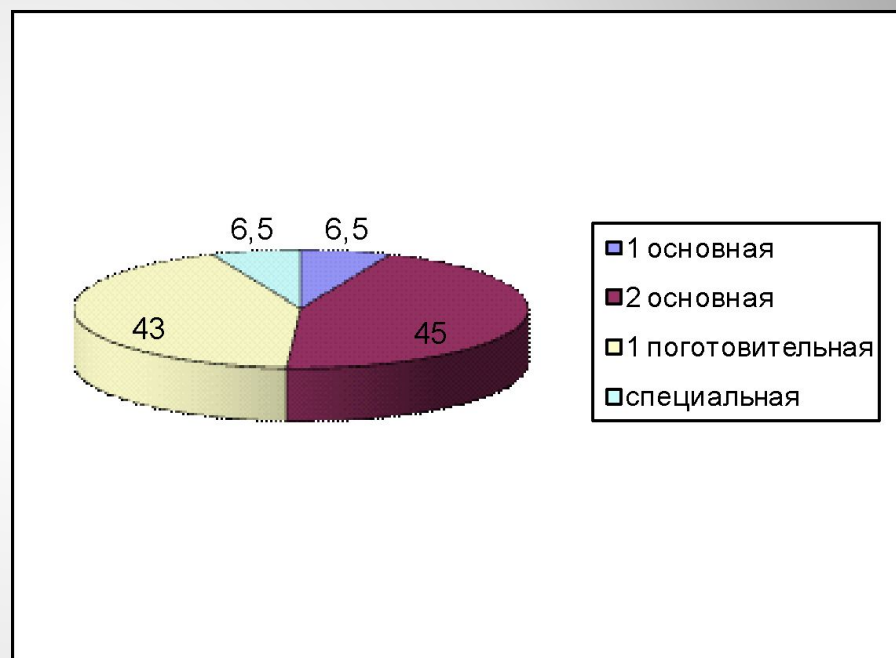
- Исследование и комплексная оценка состояния здоровья учащихся.
- Оценка психофизиологического здоровья учащихся
- Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек (кл.часы, родительские собрания)
- Профилактика травматизма
- организация активно-двигательного досуга

## Исследование и комплексная оценка состояния здоровья учащихся.

- Изучение медицинских карт
- Оценка уровня физической подготовленности учащихся 7 «Б» класса и 8 «Б»
- Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни

# Распределение по группам здоровья

- 1 основная группа-6,5 %
- 2 основная группа -45%
- 1 подготовительная без ограничений к физическим нагрузкам-43%
- Специальная медицинская-6,5%

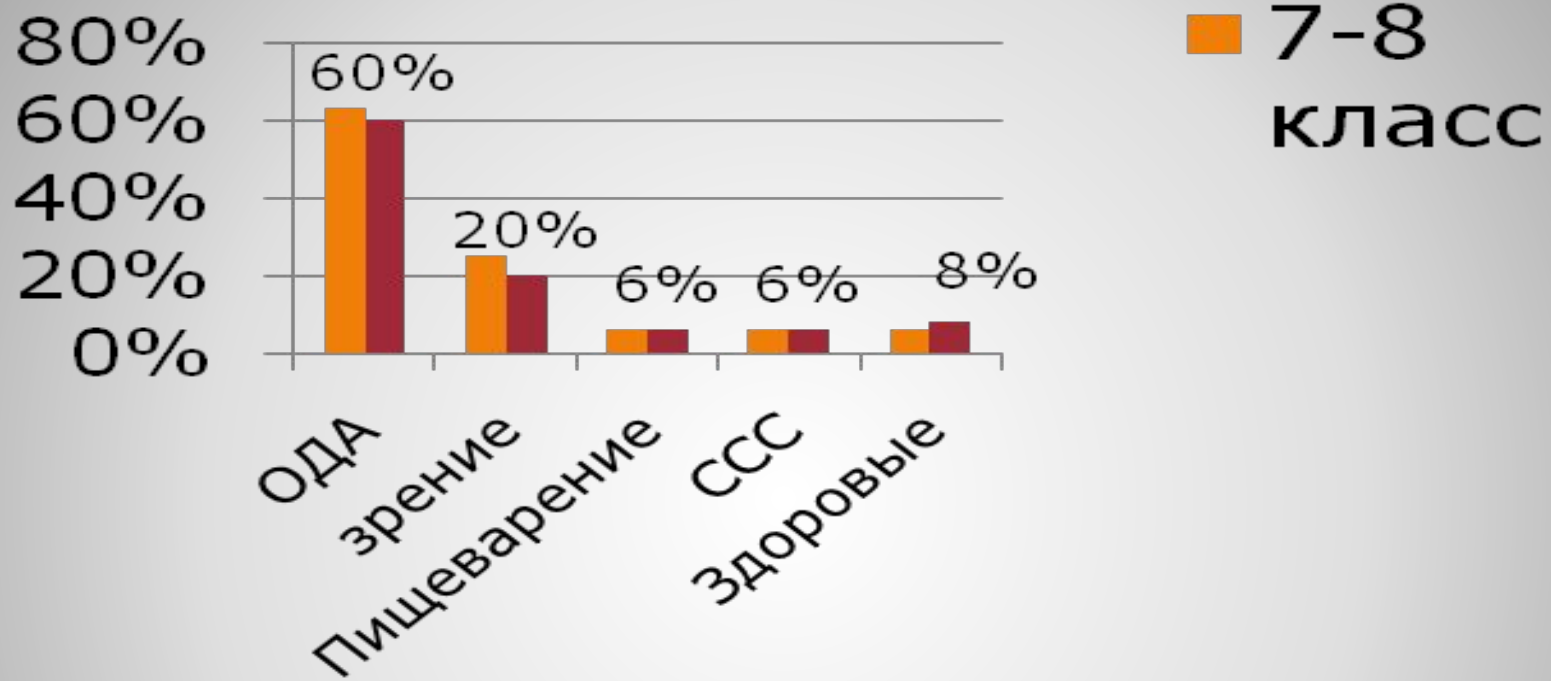




# Уровень заболеваемости

- Уровень заболеваемости 7-го класса





## Сравнительная характеристика 7-8 класс

## Уровень физической подготовки

тесты	7 класс				8 класс			
	девочки		мальчики		девочки		мальчики	
	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
Челночный бег	9.1	8.9	8.6	8.5	8.8	-	8.5	-
Кросс	1160м	1185	1280	1325	1198	-	1389	-
Пресс за 1мин	26	29.5	41	44.5	31	-	46	-
Подтягивание	6	10	6	8	13	-	8	-
На гибкость	11	13	6	8	13	-	10	-
Прыжки с места	146	157	169	174	167	-	179	-

# Дополнительные занятия школьников физической культурой и спортом



# организация активно-двигательного досуга

- Участие в школьных и окружных соревнованиях
- Посещение спортивных секций
- Привлечение учащихся к различным массовым мероприятиям
- экскурсия в музей спорта

# Классные часы

- 1.Беседа “Береги свою жизнь
- 2.Беседа “В здоровом теле здоровый дух”
- 3.Беседа “Осторожно на дорогах!”
- 4.Классный час “Мои увлечения»
- 5.Классный час “Мой режим дня – мой друг и помощник»
- 6.«Скажи нет вредным привычкам»профилактика наркомании, курения, алкоголизма

# Родительские собрания

1. Детский травматизм на дорогах
2. Досуг в семье
3. Забота родителей о физическом и гигиеническом воспитании
4. За здоровый образ жизни
5. Причины быстрой утомляемости школьников

# Профилактика травматизма

- *Безопасное поведение на дорогах*
- *Бытовой и уличный травматизм*
- *Безопасное поведение в школе*