

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
« Центр образования «Наследие»

УТВЕРЖДАЮ:

Приказом директора
Протокол №12-од
от 27.01.2025

Э.Г.Фархутдинов



МОДУЛЬ «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Модуль «Здоровый образ жизни», включенный рабочую программу воспитания НОО, ООО, СОО

1. Актуальность.

Во внимании педагогики и физической культуры в последнее время находится междисциплинарная проблема формирования здорового образа жизни школьников. В молодежной среде активно распространено курение, употребление спиртных напитков, угрожающие размеры приобретает немедицинское употребление наркотических средств, психотропных и одурманивающих веществ, низкая двигательная активность, а также недостаточно сформирована культура питания. В этой связи, забота о здоровье выдвигается в качестве приоритета внутренней политики Российской Федерации, о чем свидетельствует реализуемый Правительством РФ, национальный проект «Здоровье», план мероприятий по реализации Концепции сокращения потребления алкоголя в РФ на период до 2030 г. и дальнейшую перспективу, утвержденного распоряжением Правительства РФ от 07.12.2024г. №3610-р.

В настоящее время повышается роль школы как социального института, формирующего не только полноправного гражданина, но и полноценную, здоровую личность.

Существенный вклад в данном направлении может внести спортивный клуб, деятельность которого должна реализовываться в форме воспитания обучающихся, обеспечения необходимой информацией, позволяющей сохранять и укреплять здоровье, формирования гигиенических знаний, норм и правил здорового образа жизни, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья, содействия воспитанию у школьников ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих.

Для того чтобы быть успешным в современном мире, необходимы сила, выдержка и выносливость, умение работать в команде. Помочь в этом подрастающему поколению должны именно педагогические работники, в том числе преподаватели (учителя) физической культуры, совместно осуществляющих свою деятельность в рамках деятельности школьного спортивного клуба.

Школьные спортивный клуб (ШСК) «Олимпик» МБОУ ЦО «Наследие» – современная активная, развивающаяся форма работы с детьми.

2. Цель: Повышение уровня физической активности и формирование здорового образа жизни среди школьников через создание и развитие разнообразных спортивных секций и клубов, внедрение образовательных программ и организацию массовых спортивных мероприятий.

3. Задачи:

1. Значительно повысить массовость занятий школьниками физкультурой и спортом, в целях поэтапного достижения показателя: не менее 80% детей, вовлеченных в систематический процесс физического и спортивного совершенствования. Удовлетворить потребность обучающихся в более широком спектре предоставляемых им физкультурно-спортивных услуг.
2. Разработать и внедрить образовательные программы по формированию здорового образа жизни обучающихся.
3. Организовать и провести массовые мероприятия, направленные на просвещение и пропаганду здорового образа жизни.
4. Создать условия для формирования здорового образа жизни обучающихся через возможности школьного клуба и внеурочной деятельности.

4. Ступени реализации

4.1 Ступень реализации программы в 1-4 классах (7-10 лет).

В начальной школе воспитание культуры здоровья является важной задачей, направленной на всестороннее развитие личности ребёнка. Учителя физической культуры и классные руководители работают совместно, чтобы создать здоровую и развивающую среду. Они проводят различные мероприятия, которые помогают детям понять важность здорового образа жизни и активного досуга.

Основные направления работы:

1. День здоровья: организуется праздник, посвящённый здоровому образу жизни. В программу включаются спортивные игры, эстафеты и мастер-классы по правильному питанию и физической активности. Это помогает детям осознать важность заботы о своём здоровье и полюбить активный образ жизни.
2. Внеурочная деятельность: педагоги дополнительного образования (ПДО) проводят занятия по различным направлениям: спорт, искусство, наука и техника. Это позволяет детям развивать свои таланты и увлечения, способствуя их всестороннему развитию.
3. Спортивные праздники и соревнования: организуются мероприятия, направленные на развитие физических качеств, командного духа и навыков взаимодействия. Дети учатся работать в команде, поддерживать друг друга и проявлять лидерские качества.
4. Родительские собрания и консультации: родители активно вовлекаются в процесс воспитания. Проводятся встречи, на которых обсуждаются вопросы здоровья, развития и поддержки интересов детей. Родители получают ценные рекомендации от педагогов и психологов.
5. Психолого-педагогическая поддержка: программа включает элементы психолого-педагогического сопровождения, которые помогают детям лучше понять себя, свои эмоции и способности. Это создаёт условия для гармоничного развития личности.
6. Медицинская диагностика: проводится регулярная медицинская диагностика, которая позволяет выявлять возможные проблемы со здоровьем и предлагать индивидуальные рекомендации. Это помогает своевременно реагировать на проблемы и поддерживать здоровье детей.
7. Развитие познавательного интереса к здоровью: дети изучают свой организм, формируют гигиенические навыки и понимают важность здорового образа жизни. Это помогает им осознанно подходить к своему здоровью.
8. Формирование полезных привычек: дети учатся регулярно заниматься физической активностью, правильно питаться, соблюдать гигиену и режим дня. Это становится основой для здорового образа жизни.
9. Ценностное отношение к здоровью: воспитывается у детей понимание важности здорового образа жизни и умение заботиться о своём организме. Это помогает им сделать правильный выбор в пользу здоровья.
10. Поддержка мотивации: дети находят радость и удовольствие в здоровом образе жизни, мотивируются к регулярным занятиям спортом, правильному питанию и соблюдению режима дня. Это создаёт условия для долгосрочного сохранения здоровья.

Благодаря этим мероприятиям дети получают всестороннее развитие, укрепляют здоровье и формируют культуру здорового образа жизни. Классные руководители и учителя физической культуры играют ключевую роль в этом процессе, создавая условия для гармоничного роста и развития каждого ребёнка

4.2. Степень реализации программы в 5-9 классах (11-15 лет).

В рамках программы в 5–9 классах (для учащихся 11–15 лет) реализуется несколько направлений.

1. Формирование социально активной позиции. Классные руководители, учителя физической культуры и члены школьного спортивного клуба (ШСК) «Олимпик» помогают подросткам выработать позицию, которая позволит им противостоять вредным факторам окружающей среды и осознанно заботиться о своём здоровье.
2. Культурное общение и социальная активность. Педагоги создают условия, в которых подростки могут совершенствовать навыки культурного общения и повышать свою социальную активность.
3. Усвоение знаний о здоровье. Учителя помогают подросткам эффективно использовать полученные знания о сохранении и укреплении здоровья.
4. Творческий подход к здоровому образу жизни. ШСК «Олимпик» ежегодно проводит мастер-классы по разным видам спорта, спортивные праздники и конкурсы, а также реализует программы дополнительного образования по волейболу, баскетболу, общей физической подготовке и футболу. Это способствует развитию творческого подхода подростков к здоровому образу жизни и его пропаганде.

4.3. Степень реализации программы в 10-11 классах (16-17 лет).

На этапе реализации программы в старших классах (16–17 лет) классные руководители, учителя физической культуры и члены школьного спортивного клуба (ШСК) «Олимпик» помогают старшеклассникам создавать и реализовывать индивидуальные проекты по ведению здорового образа жизни. Они создают условия для профессионального и личностного развития школьников, руководят их проектной деятельностью и помогают развивать навыки воспитания культуры здоровья.

Школьный спортивный клуб (ШСК) «Олимпик» формирует интерес и мотивацию к занятиям физической культурой и спортом, организуя спортивно-массовые мероприятия, помогая создавать школьные команды по разным видам спорта и участвовать во внутришкольных и городских соревнованиях. Проведение мастер-классов по физкультуре, спортивных олимпиад и досуговых мероприятий, а также участие в заседаниях ШСК способствуют сознательному отношению к своему здоровью и активному образу жизни.

5. Партнёрство

Деятельность ШСК «Олимпик» по формированию культуры ЗОЖ у детей, родителей, педагогических работников в ШСК «Олимпик» строится в контакте и при участии администрации МБОУ ЦО «Наследие», спорткомитета г. Михайловска.

6. Портрет выпускника

В результате реализации программы у обучающихся формируются универсальные знания о здоровье человека, осознанном понимании важности физической культуры и спорта, знания о поддержании собственной мотивации в достижении успеха, знания по оказанию первой медицинской помощи. Обучающиеся приобретают следующие качества: отношение к себе как к личности, правильное отношение к другим людям, формирование чувства товарищества, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, дисциплинированность, любознательность, умение находить выход из стрессовых ситуаций, принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания, умение отвечать за свои поступки, отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 64075045638428745403327213019230093705736652781

Владелец Фархутдинов Эльдар Гараевич

Действителен с 03.05.2024 по 03.05.2025