

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 6 имени Подвойского»**

**Создание условий, обеспечивающих
психофизическую устойчивость учащихся
5 классов в условиях ФГОС**

Содержание

Введение

1. Основная часть
 - 1.1 Практические технологии решения поставленных задач
 - 1.2 Подготовительный этап реализации проекта
 - 1.3 Основной этап реализации проекта
 - 1.4 Заключительный этап реализации проекта
2. Заключение
3. Список используемых источников
4. Приложения

Ведение

Использование свободного времени школьников остается проблемным вопросом. Воспитание детей происходит в любой момент их деятельности. Однако наиболее продуктивно осуществлять воспитание в свободное от обучения время.

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (ФГОС ООО) основная образовательная программа общего образования реализуется образовательным учреждением, в том числе, и через внеурочную деятельность.

Под внеурочной деятельностью в рамках реализации ФГОС ООО следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы.

Внеурочная деятельность в условиях внедрения ФГОС приобретает новую актуальность, ведь именно стандарты закрепили обязательность ее организации.

Одной из приоритетных задач нового этапа реформы системы образования становится сбережение и укрепление здоровья учащихся, формирование у них:

- ценности здоровья, здорового образа жизни, выбора образовательных технологий, адекватных возрасту, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье школьников;
- понимание здоровья, как активность и способность к сохранению личностной саморегуляции;
- повышение социально-психологической компетентности учащихся и педагогов;
- совершенствование системы физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе;
- привлечение к здоровьесберегающей деятельности школы родителей и социальных партнёров.

В ходе модернизации современного образования в реализации программы «Наша новая школа» Президентом РФ определена важность работы по сохранению и укреплению здоровья школьников. Наша школа особое внимание уделяет работе над созданием условий, обеспечивающих психофизическую устойчивость учащихся 5 классов в условиях ФГОС, активно используя внеурочную деятельность, как основной метод работы в достижении своей цели.

Эта деятельность предполагает создание таких программ, которые адекватно возрасту детей вызывают заинтересованное отношение к своему здоровью. По мнению ряда авторов статей [1] – работников образования актуальными являются:

- разработка и апробация технологий здоровьесберегающей направленности;
- создание инновационных форм работы для обучающихся в средней и старшей школе согласно ФГОС.

Актуальность работы:

В связи с вышеизложенным актуальность нашей работы мы видим в отработке форм и методов работы, при создании системы работы по формированию психофизической устойчивости учащихся 5 классов к переходу на ФГОС объясняется следующими причинами:

- необходимость использования вариативных технологий работы и подходов к формированию психофизической устойчивости учащихся 5 классов к переходу на

ФГОС, поэтому важно, чтобы каждая школа, каждый педагогический коллектив нашел свои методы, формы и технологии работы;

- работа по данной теме позволит содействовать сохранению здоровья пятиклассников и формированию личностных УУД у пятиклассников: способность преодолевать усталость (физический аспект здоровья), проявлять познавательную активность, обладать любознательностью, воображением, овладеть приёмами самообучения и самопознания (интеллектуальный аспект здоровья), воспитывать честность и самокритичность (нравственный аспект здоровья), освоить социальные роли (социальное здоровье), овладеть приёмами саморегуляции (эмоциональное здоровье).

Исходя из актуальности **целью** нашей работы стало: создание условий, обеспечивающих психофизическую устойчивость учащихся 5 классов в условиях ФГОС.

Для достижения цели необходимо решить следующие **задачи**:

- провести анализ технологий работы по снижению уровня дезадаптации среди учащихся 5 классов;
- способствовать повышению эмоционально - волевого контроля учащихся 5 классов;
- создать инновационные формы работы, для обучающихся в средней и старшей школе согласно ФГОС;
- разработать и апробировать технологии здоровьесберегающей направленности.

Объект деятельности: обучающиеся 5-х классов МОУ СШ № 6.

Субъект деятельности: весь педагогический коллектив школы.

Предмет деятельности: психофизическую устойчивость учащихся

Новизна: определена требованиями к результатам основной образовательной программы основного общего образования ФГОС. Одним из главных лозунгов новых стандартов второго поколения является формирование здоровьесберегающих компетентностей ребенка во внеурочной деятельности.

Ожидаемые результаты:

- Включенность участников образовательного процесса в систему работы по здоровьесбережению во внеурочной деятельности;
- Подготовленность и чёткая организация внеурочных мероприятий;
- Повышение адаптивных свойств личности учащихся;
- Сформированность мотивации к здоровому образу жизни у учащихся;
- Снижение уровня заболеваемости учащихся.

Принципы, лежащие в основе проекта

- Понимание здоровья как активность и способность к сохранению личностной саморегуляции.
- Повышение социально-психологической компетентности учащихся и педагогов.
- Совершенствование системы физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе.
- Привлечение к здоровьесберегающей деятельности школы родителей и социальных партнёров.

Основные ресурсы для реализации программы

1. Интеллектуальные (потенциал коллектива, библиотека, Интернет, существующие здоровьесберегающие программы, база данных мониторинга отношения к здоровью, данные психологического мониторинга (социометрия классных ученических коллективов.)

2. Материальные (материально-техническая база: спортивный инвентарь, компьютеры, интерактивная доска, видеокамеры, телевизоры, медиапроекторы и т.д.)

3. Профессиональные (наличие компетентных квалифицированных специалистов, владеющих здоровьесберегающими технологиями, медицинского работника, учителей физкультуры, тренеров, психологов и т.д.).

4. Управленческие (наличие обученного административного персонала школы, наличие алгоритмов организации, координации и контроля внедрения, наличие эффективной команды по внедрению здоровьесберегающих технологий, система сотрудничества школа – ПМСС – центр).

5. Духовно-ценностные (ценностно-ориентационное единство в отношении здоровья)

Условия эффективности работы

1. Активная работа по повышению ценности здорового образа жизни у всех участников образовательного процесса;

2. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры (создание путем проведения широкого круга внеурочных мероприятий стимулов, способствующих вовлечению в соответствующие мероприятия)

3. Установление хороших взаимоотношений между школой, семьями учащихся и общественностью и др.

4. Поддержание порядка на школьной территории.

5. Обеспечение санитарно-гигиенического состояния территории школы.

6. Обеспечение оснащенности зон для отдыха, занятий физической культурой, учебной деятельности.

Нормативно-правовое обеспечение здоровьесберегающей деятельности.

1. Совершенствование локальных нормативно-правовых документов образовательного учреждения.

2. Совершенствование документов по охране труда и технике безопасности.

1. Основная часть

В основе проекта лежит понятие «здоровье», предложенное Всемирной Организацией Здравоохранения. Здоровье – это не только отсутствие болезней и дефектов, а состояние физического, психического благополучия (опора на концепцию формирования культуры и традиций ЗОЖ, предложенную А. А. Дмитриевым и И. Ю. Жуковиным).

Мы предполагаем, что для достижения целей проекта необходимо выделить следующие направления в работе:

- эстетическое;
- интеллектуальное;
- физкультурно – оздоровительное.

Каждое из этих направлений конкретизируется в плане работы.

Работа в рамках реализации проекта предполагает использование следующих **здоровьесберегающих технологий:**

- Оздоровительные — технологии, направленные на решение задач укрепления физического здоровья учащихся, повышение потенциала (ресурсов) здоровья: физическая подготовка, закаливание, гимнастика, музыкотерапия.

- Технологии обучения здоровью — гигиеническое обучение (правильное питание, уход за зубами), обучение жизненным навыкам (управление эмоциями, разрешение конфликтов и др.), профилактика травматизма, профилактика злоупотребления психоактивными веществами.

- Воспитание культуры здоровья — воспитание у учащихся личностных качеств, способствующих сохранению и укреплению здоровья, формирование представления о здоровье как ценности, усиление мотивации на ведение здорового образа жизни, повышение ответственности за собственное здоровье, здоровье семьи, сообщества, физическое воспитание. Осуществляется через факультативные занятия по развитию личности учащихся (воспитание чувства уверенности в себе и самоуважения), внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы, соревнования, реализацию детских и молодежных проектов, волонтерское движение.

1.1. Практические технологии решения поставленных задач Основные этапы проекта

1 этап - подготовительный

2 этап - основной (реализация проекта)

3 этап - заключительный (общественная защита)

Таблица №1
Этапы реализации проекта

Основные этапы	Сроки	Содержание работы
Подготовительный	сентябрь	- планирование работы;
	по особому графику, не реже 1 раза в месяц	- совещания участников проектной группы;
	сентябрь	- распределение обязанностей среди членов проектной группы.
Основной	октябрь	- проведение анкетирования и мониторинга родителей, учеников, учителей о состоянии здоровья и мотивации ЗОЖ;
	октябрь,	

	апрель	- диагностика «ДИАКОМС» (4, 5, 8 классы)
	декабрь	- внеурочное мероприятие «Снеговик – 2015» (для начальных классов);
	декабрь	- в рамках открытого мероприятия «Снеговик – 2015» проведение конкурсов поделок и плакатов, конкурса украшения кабинетов, конкурса методических разработок «Здорово жить – здорово»
	декабрь	- проведение открытого мероприятия в рамках работы над темой творческой группы. Внеурочное мероприятие «Снеговик – 2015» (5 классы);
	прель	- Внеурочное мероприятие «Детки плюс предки!» (начальная школа);
	в течение года	- Проведение уроков с применением здоровьесберегающих технологий, тематических классных часов по сохранению и укреплению здоровья;
	в течение года	- Проведение общешкольных соревнований, участие в районных спортивных соревнованиях (создание оптимальной системы общешкольных спортивных соревнований);
	февраль, апрель	- Дни здоровья;
	март	- Конкурс сочинений: «Невыдуманные истории о настоящем спорте», «Мой спортивный кумир»;
	май	- Тренинг «Здорово жить, здорово!»
	май	- Праздник здоровья «Здоровье на «отлично»
Аналитический		-итоговая диагностика, мониторинг, -самоанализ результатов -обмен опытом; -обобщение, распространение -оформление результатов работы

1.2 Подготовительный этап реализации проекта

Задачи этапа:

- разработать программу проекта;
- разработать положения о конкурсах;
- проанализировать кадровые ресурсы, задействованные в реализации проекта

мероприятия	ответственный	срок
- планирование работы;	Чезлова О.А. Кибко С.А.	сентябрь
- совещания участников проектной группы;	Кибко С.А., Лаврова К.В.	по особому графику, не реже 1 раза в месяц
- распределение обязанностей среди членов проектной группы.	Кибко С.А.	сентябрь

На подготовительном этапе мы опирались на В.В. Елисеева «Материалы для подготовки плана здоровьесберегающей работы школы» [2]. К составлению плана мероприятий были применены структурный, мотивационный, субъективный, тематический подходы.

Структурный подход:

- Здоровьесберегающая школьная инфраструктура (реализация новых САНПиН)
- Здоровьесохраняющий образовательный процесс (планирование оптимальной учебной нагрузки)
- Система питания
- Развитие физической активности школьников
- Просветительско-воспитательская работа (создание условий реализации безбарьерной среды общения в школе, мероприятия по осознанию школьниками ценности собственного здоровья)
- Профилактика вредных привычек
- Взаимодействие с социальными партнерами (ГЦПМСС, поликлиники, Комитет по делам молодежи и т.д.)

Мотивационный подход:

- ценностно-смысловой компонент отношения к своему здоровью («Здорово жить – здорово!»);
- когнитивный компонент как система знаний о ЗОЖ («Я знаю...» сочинение на тему «Здорово жить – здорово!», «.....»);
- эмоционально - волевой компонент как принятие осознанного решения быть здоровым («Я могу...»);
- деятельностный компонент, проявляющийся в конкретных поступках, мнениях, навыках, обеспечивающих ЗОЖ («Я умею и действую...»)

Субъективный подход:

- Обучающиеся
- Педагоги
- Родители

1.2 Основной этап - реализация проекта

Задачи этапа:

- обеспечение необходимой информацией учителей, родителей и обучающихся школы;
- разработка сценариев, программ, положений мероприятий;
- разработка цикла зимних, здоровьесберегающих мероприятий, в рамках новогодних стартов «Снеговик -2015»;
- подбор и изготовление спортивного инвентаря;
- формирование здоровьесберегающих компетенций у всех участников проекта;
- проведение цикла мероприятий в рамках темы проекта.

План мероприятий СШ №6 на 2015 – 2016 учебный год

Направление	Задачи-действия	Мероприятия	Ответственные	Сроки
Работа с учащимися	- развивать физические качества.	- Внеурочное мероприятие «Снеговик – 2015» (для начальных	Кибко С.А .(учитель физической культуры), Лаврова К.В. (зам. директора по ВР),	Декабрь

	<p>-развивать эстетический вкус; -изучать и совершенствовать разных техник декоративно-прикладного искусства;</p> <p>- сформировать знания о необходимости здоровьесбережения</p> <p>- укреплять здоровье обучающихся; - совершенствовать физическую активность; - стимулировать к занятию разными видами спорта.</p> <p>- популяризировать спорт</p> <p>- развивать интерес к истории спорта</p>	<p>классов);</p> <p>- в рамках открытого мероприятия «Снеговик – 2015» проведение конкурсов поделок и плакатов, конкурса украшения кабинетов, конкурса методических разработок «ЗдОрово жить – здОрово»;</p> <p>- Проведение уроков с применением здоровьесберегающих технологий, тематических классных часов по сохранению и укреплению здоровья;</p> <p>- Проведение общешкольных соревнований, участие в районных спортивных соревнованиях (создание оптимальной системы общешкольных спортивных соревнований);</p> <p>- Дни здоровья;</p> <p>-Конкурс сочинений: «Невыдуманные истории о настоящем спорте», «Мой спортивный кумир»;</p>	<p>классные руководители</p> <p>Кибко С.А .(учитель физической культуры, руководитель творческой группы), Лаврова К.В. (зам. директора по ВР), Ергина И.В., Гвоздева К.А. (педагогические организаторы), классные руководители</p> <p>Учителя-предметники, классные руководители</p> <p>Кибко С.А., Некрасов П.А. (учителя физической культуры), Лаврова К.В. (зам. директора по ВР)</p> <p>Кибко С.А., Некрасов П.А. (учителя физической культуры), Лаврова К.В. (зам. директора по ВР), классные руководители</p> <p>Лаврова К.В. (зам. директора по ВР), Лебедева О.В. (зам. директора по УВР)</p>	<p>Декабрь</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года</p> <p>Март</p>
--	---	---	---	--

	<ul style="list-style-type: none"> - укреплять здоровье обучающихся; - совершенствовать физическую активность; - стимулировать к занятию разными видами спорта; - популяризировать спорт. 	<ul style="list-style-type: none"> - Праздник здоровья «Здоровье на «отлично». 	Кибко С.А., Некрасов П.А. (учителя физической культуры), Лаврова К.В. (зам. директора по ВР), Ергина И.В., Гвоздева К.А. (педагогические организаторы), классные руководители	май
Работа с родителями	<ul style="list-style-type: none"> - воспитывать детей на собственном примере 	<ul style="list-style-type: none"> - Внеурочное мероприятие «Детки плюс предки!» (начальная школа); - Праздник здоровья «Здоровье на «отлично». - проведение конкурсов поделок и плакатов, конкурса украшения кабинетов, конкурса методических разработок «Здорово жить – здорово!». 	Кибко С.А., Некрасов П.А. (учителя физической культуры), Лаврова К.В. (зам. директора по ВР), Ергина И.В., Гвоздева К.А. (педагогические организаторы), классные руководители	Март май
Работа со специалистами	<ul style="list-style-type: none"> - выявлять отклонения в физическом здоровье обучающихся; - укреплять психическое здоровье обучающихся 	<ul style="list-style-type: none"> - проведение диагностики «ДИАКОМС» (4-е, 5-е, 8-е классы) - Тренинг «Здорово жить, здорово!» 	ГЦПМСС Преснухина Т.А. (педагог-психолог)	октябрь, апрель

Направленность мероприятий основного этапа:

- **Здоровьеукрепляющие** (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания)
- **Оздоровительные** (физическая подготовка, физиотерапия, ароматерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия)
- **Технологии обучения здоровью** (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла)
- **Воспитание культуры здоровья** (внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.)
- **Психологические** (занятия по развитию личности учащихся, развитие навыков эффективного общения с окружающими людьми, мероприятия, направленные на формирование мотивации здорового образа жизни у участников образовательного процесса).

Система работы школы по здоровьесбережению при переходе на новую ступень образования:

- Изменения в учебном плане (программы внеурочной деятельности: «Технология эффективного чтения», «Портфолио», «Основы проектной деятельности»)

- Адаптационные элементы (программа адаптации пятиклассников «Первый раз в пятый класс»)

- Внеурочные и внеклассные мероприятия (??? классные часы «Я пятиклассник»)

- Диагностика и мониторинг (мониторинг занятости учащихся во внеурочной деятельности и системе дополнительного образования, мониторинг состояния здоровья, диагностика адаптации к обучению в среднем звене, диагностика направленности на ЗОЖ)

Показатели работы школы по здоровьесбережению при переходе на новую ступень образования:

- Показатели адаптации пятиклассников к средней школе (эмоциональное благополучие, тревожность, состояние коллектива, успеваемость)

- Увеличение количества пятиклассников, принимающих участие в массовых мероприятиях

- Увеличение (сохранение) количества учащихся 5 классов, посещающих объединения и учреждения дополнительного образования

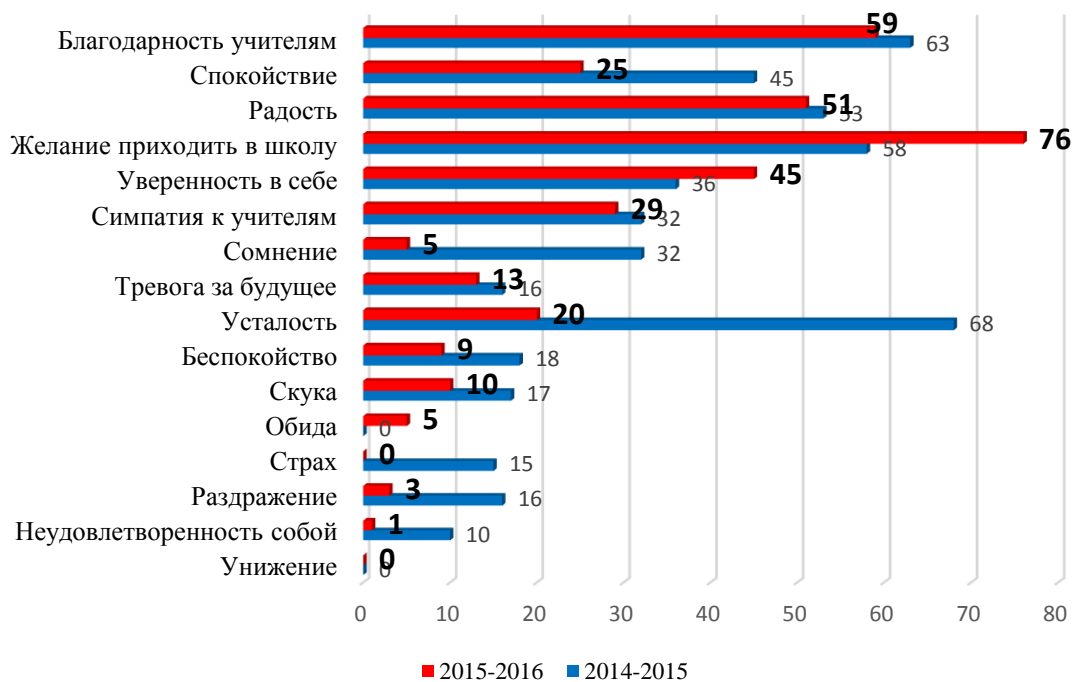
- Охват организованным питанием

- Использование физкультминуток на уроках в 5 классе

Для мониторинга показателей работы по здоровьесбережению среди учащихся 5 классов применяются психологические, педагогические и социологические средства.

Представление результатов работы школы.

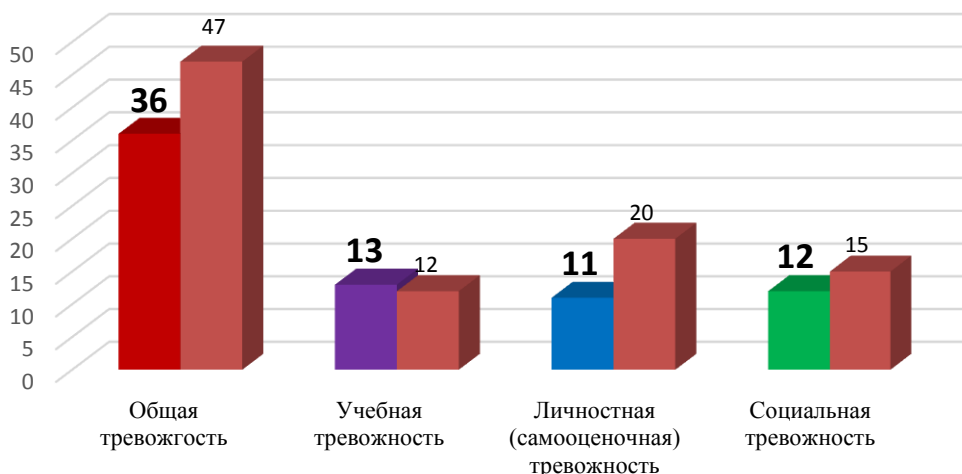
Опросник С. В. Левченко «Чувства в школе» позволяет оценить эмоциональное самочувствие школьников, которое является фактор развития личности и выполняет ряд важных функций в воспитательных отношениях. Данная методика применяется для опроса детей 10-18 лет и позволяет наглядно увидеть настрой класса, его «эмоциональный портрет».



На сравнительной диаграмме представлены данные замеров эмоционального благополучия учеников 5 классов за 2014-2015 и за 2015-2016 учебный год. В 2015-2016 учебном году уменьшилось количество пятиклассников, испытывающих негативные эмоциональные переживания, такие как тревога за будущее, усталость, беспокойство, скука, страх, раздражение, неудовлетворенность собой. Увеличилось количество пятиклассников, испытывающих позитивные эмоциональные переживания, такие как желание ходить в школу, уверенность в себе.

Шкала социально-ситуативной тревожности А. Кондаша используется для оценки учебной, самооценочной и межличностной тревожности. Школьная тревожность - это широкое понятие, включающее различные аспекты устойчивого школьного неблагополучия. Наиболее типично возникновение школьной тревожности, связанной с социально-психологическими факторами или фактором образовательных программ особенно при переходе школьников на новую ступень обучения из начальной школы в среднее звено.

*Диаграмма №2
Показатели тревожности*

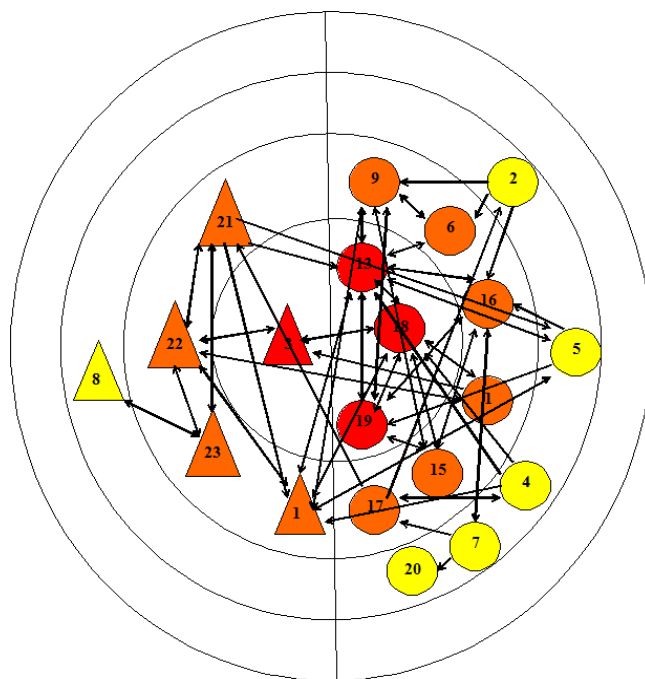


На сравнительной диаграмме показаны данные мониторинга школьной тревожности учащихся 5 классов в 2014-2015 и 2015-2016 учебном году. У

пятиклассников 2015-2016 учебного года наблюдается снижение общей тревожности за счет снижения личностной и социальной составляющей.

Метод социометрических измерений или Социометрия используется для изучения межличностных и межгрупповых отношений в классном коллективе. Метод социометрических измерений позволяет получить информацию о социально-психологических отношениях в классе, статусе членов коллектива, сплочённости коллектива.

Диаграмма №3
Социограмма



	Лидеры
	Популярные
	Предпочитаемые
	Пренебрегаемые

В работе в качестве примера представлены данные социометрии в 5-а классе. По данным социограммы видно, что в классе созданы благоприятные условия для развития коллектива. Все ученики класса имеют друзей, интересны своим одноклассникам. В классе выделяются 4 лидера. Отвергаемых детей нет.

Одним из важных показателей работы по здоровьесбережению в школе мы считаем освоение образовательной программы.

Таблица №2
Мониторинг успеваемости (1 четверть)

Учебный год	Отличники	Хорошисты	С 1 тройкой	Троечники	Неуспевающие
2015-2016	0%	23%	13%	63%	0%
2014-2015	0%	0%	0%	95%	5%

По данным сравнительного анализа, представленного в таблице можно констатировать снижение количества неуспевающих до 0% снижение количества троечников, увеличение количества учащихся с одной тройкой и значительное увеличение количества хорошистов на 23%.

Работа школы по здоровьесбережению в условиях ФГОС включает в себя участие детей в массовых мероприятиях и посещение объединений дополнительного образования. Массовым мероприятиям и системе дополнительного образования отводится огромная роль в воспитании здоровьесберегающих тенденций среди участников образовательного процесса.

Диаграмма №4
Участие в массовых мероприятиях

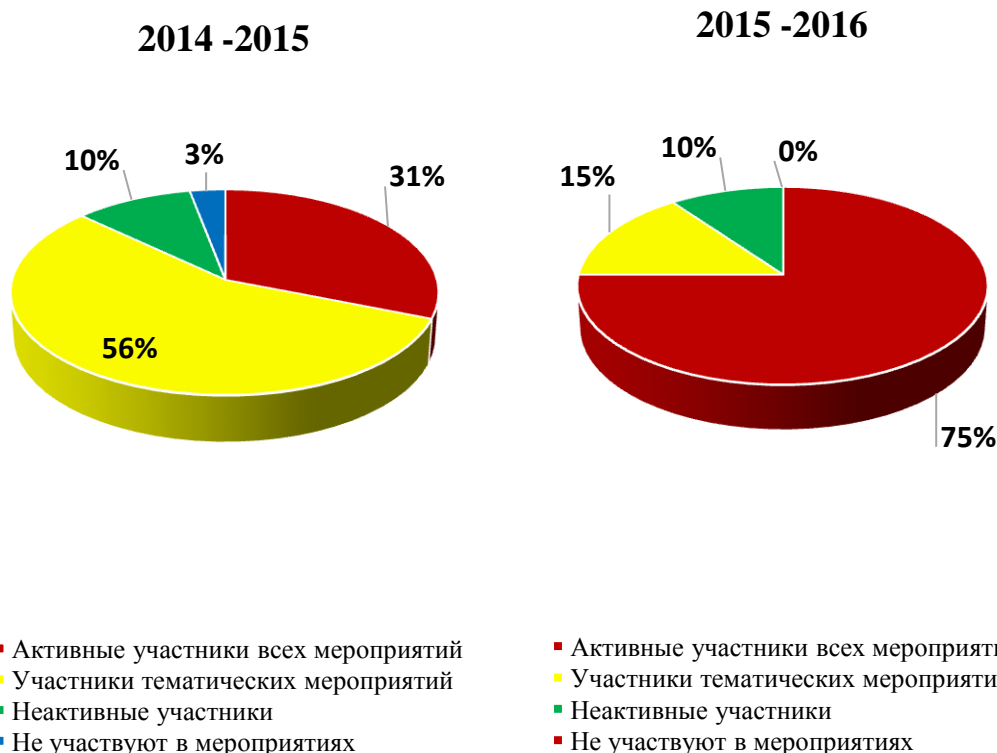


Таблица №3
Вовлеченность в объединения дополнительного образования

	2014 - 2015	2015 - 2016
Занимаются в объединениях дополнительного образования вне школы	16%	52%
Занимаются в объединениях дополнительного образования на базе школы	10%	30%
Занимаются в объединениях и в школе и вне школы	0%	25%
Не занимаются в объединениях дополнительного образования	74%	18%

На сравнительных диаграммах и в таблице представлены данные по вовлеченности пятиклассников 2014-2015 учебного года и пятиклассников 2015-2016 учебного года в массовых мероприятиях школы. В этом учебном году пятиклассники более активно и заинтересованно принимают участие в массовых мероприятиях школы. Это можно связать с тем, что дети, которые обучались в режиме ФГОС с 1 класса, имеют более высокий уровень развития личностных и коммуникативных УУД, что выражается в их готовности и заинтересованности.

Важным аспектом работы по сохранению и укреплению здоровья учащихся является пропаганда здорового питания, просвещение родителей и детей, а так же привлечение сотрудников школьной столовой в качестве социальных партнеров.

Учебный год	Доля охваченных горячим питанием в школьной столовой
2014 -2015	63%
2015 – 2016	96%

Положительным результатом профилактической и просветительской работы является увеличение доли пятиклассников, охваченных организованным горячим питанием в школьной столовой.

1.4 Заключительный этап

Задачи этапа:

- подведение итогов, обобщение результатов;
- оформление результатов работы, создание продукта;
- диссеминация опыта в городской системе образования.

Результаты работы

Образовательные результаты:

- Рост физической и санитарно-гигиенической культуры учащихся, активизация познавательного интереса (критерий – знание о способах сохранения здоровья учащимися, познавательные УУД)
- Устойчивый интерес и потребность к занятиям физкультурой и спортом, здоровому и активному образу жизни (критерий – посещение уроков физкультуры и успеваемость по предмету, занятость в спортивных кружках и секциях).

Организационные результаты:

- Организация работы по здоровьесбережению в школе (критерий - программа здоровья в образовательном учреждении, план работы по здоровому образу жизни; здоровьесберегающая школьная инфраструктура)
- Психолого-педагогические результаты:
- Ценностное отношение к здоровью со стороны участников образовательного процесса – (критерий – рейтинг здоровья среди остальных базовых ценностей).
- Устойчивые навыки обеспечения безопасной жизнедеятельности как важного условия самореализации личности (критерий - знание о способах сохранения здоровья учащимися).
- Коммуникативные универсальные учебные действия (критерий – уровень сплоченности, общительности учащихся; безбарьерная образовательная среда)
- Сформированность регулятивных универсальных учебных действий (критерий - умение учащихся организовывать и анализировать свою деятельность)
- Сформированность личностных универсальных учебных действий (укрепление морально-психологического здоровья учащихся, нравственное и эстетическое совершенствование личности) (критерий – самооценочные и идентификационные показатели личности, наличие четких здоровьесберегающих установок)

Медико-соматические результаты:

- Соблюдение гигиенических норм и требований к уроку (критерий – здоровьесберегающий хронометраж урока)
- Оптимальный уровень физической активности на уроке (критерий – физкультминутки и динамические паузы)
- Устойчивые показатели индекса заболеваемости (критерий – индекс заболеваемости)
- Формирование безопасного образа жизни учащихся (критерий – низкие показатели травматизма)
- Организация горячего питания в школе (рост числа питающихся)

Сопровождающие результаты:

- Профессиональная компетенция педагогов и работников школы в сохранении и укреплении физического, нравственного, морального и социального здоровья школьников (критерий – число педагогов, обученных в рамках внедрения ЗОЖ - технологий в образовательный процесс; количество мероприятий ЗОЖ-направленности с педагогами (семинары, тренинги и т.д.)
- Поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей (критерий - посещаемость собраний, число родителей, вовлекаемых во внеучебные мероприятия, инновационные формы с родителями, мероприятия с детьми и родителями совместно).
 - Вариативные технологии работы и подходы к формированию психофизической устойчивости учащихся 5 классов к переходу на ФГОС
 - Содействие сохранению здоровья пятиклассников
 - Содействие формированию личностных УУД у пятиклассников: способность преодолевать усталость (физический аспект здоровья), проявлять познавательную активность, обладать любознательностью, воображением, овладеть приёмами самообучения и самопознания (интеллектуальный аспект здоровья), воспитывать честность и самокритичность (нравственный аспект здоровья), освоить социальные роли (социальное здоровье), овладеть приёмами саморегуляции (эмоциональное здоровье)
- Критерии оценки работы
- Включенность участников образовательного процесса в систему работы по здоровьесбережению
 - Подготовленность и чёткая организация мероприятий
 - Повышение адаптивных свойств личности учащихся
 - Сформированность мотивации к здоровому образу жизни у учащихся
 - Снижение уровня заболеваемости учащихся

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- Положительная динамика развития социально-эмоциональной сферы детей.
- Повышение уровня практических умений регистрируется по следующим направлениям:
 - выражать эмоции безопасным образом;
 - конструктивно относиться к своим и чужим ошибкам, уметь их исправлять;
 - адекватно оценивать себя, свои способности и возможности;

- ответственно относиться к своему здоровью, выбирать безопасные для здоровья способы поведения;
- выбирать интересные способы времяпрепровождения, безопасные для здоровья;
- правильно использовать средства бытовой химии и детской гигиены;
- понимать интересы и потребности свои и других людей и учитывать их при принятии решений;
- правильно вести себя в ситуации плохого самочувствия;
- регулировать самочувствие, справляться с болью психосоматической этиологии;
- регулировать свое поведение при помощи силы воли и инструкций взрослого, находить свое место в коллективе, воспринимать себя частью группы.

2. Заключительная

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

по проведению в образовательных учреждениях мероприятий по здоровью сбережению

Вопрос сохранения здоровья беспокоит уже давно педагогов, родителей, правительство. Состояние здоровья детей и подростков, являющихся интеллектуальным, кадровым, оборонным потенциалом общества и государства, сформировались устойчивые негативные тенденции. Среди этой возрастной группы населения растет заболеваемость, ухудшается физическое развитие, прогрессивно увеличивается распространенность факторов риска формирования здоровья и развития.

1. Формирование здоровья на этапе 11-18 лет в значительной мере зависит от условий обучения, характера учебного процесса, образа жизни ребенка.
2. В настоящее время число здоровых детей школьного возраста в целом по стране не превышает 10%.
3. Сегодня к основным классам болезней, частота которых наиболее интенсивно возрастает в процессе школьного обучения, относятся заболевания глаз, костно-мышечной и соединительной ткани, органов пищеварения, пограничные психические нарушения.
4. Особое внимание обращает на себя возрастающее число обучающихся с патологией репродуктивной системы, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи. Характерной особенностью последнего десятилетия является рост числа социально обусловленных заболеваний среди подростков (токсикомания, табакокурение, алкоголизм, ВИЧ/СПИД, ИППП, туберкулез).
5. Кроме того, значительной медико-социальной проблемой сегодняшнего дня является высокий травматизм детей как в быту, так и в условиях школы, в том числе, при занятиях физической культурой.
6. Вышеуказанные тенденции диктуют необходимость усиления влияния на состояние здоровье детского населения не только государства и его институтов, ведомств, но и семьи, педагогов, медиков при активном участии самого ребенка, подростка.

7. В рамках модернизации системы образования задачи формирования культуры здоровья и обучения навыкам здорового образа жизни гармонично сочетаются с задачами образования по обеспечению активной адаптации личности к жизни в современном обществе.
8. Здоровый образ жизни - поведение, стиль способствующие сохранению, укреплению и восстановлению здоровья конкретной популяции. По данным Всемирной организации здравоохранения здоровье на 50% зависит от социальных факторов. Таким образом, здоровый образ жизни - это не только медицинская, но и социально-экономическая категория, которая зависит от уровня развития общества. Здоровый образ жизни связан с выбором личностью позитивного в отношении здоровья стиля жизни, что предполагает высокий уровень гигиенической культуры отдельных социальных групп и общества в целом.
9. К гигиенически рациональным формам поведения относится поведение, способствующее повышению защитных свойств организма, а также поведение, направленное на борьбу с вредными привычками, влияющими на здоровье. Повышение защитных свойств организма включает в себя оптимальный режим различных видов деятельности и отдыха, рациональное питание, оптимальную двигательную активность, физическую культуру, закаливание, соблюдение правил личной гигиены, медицинскую активность и динамическое слежение за собственным здоровьем, позитивное экологическое поведение.
10. Ребенок должен руководствоваться не только элементарными правилами индивидуальной гигиены, но также обладать необходимыми навыками в области психогигиены и усвоить определенные нормы поведения. Интересно в этом отношении высказывание М.В.Ломоносова:
«Чистоту соблюдать должно при столе, содержании книг, постели, платья. Кто внешним видом ведет себя гадко, тот показывает не только ленность, но и подлые нравы».
11. В деле формирования здорового образа жизни дети являются наиболее перспективной возрастной категорией. Именно в детстве происходит усвоение основных объемов информации, выработка, фундаментальных жизненных стереотипов. Существенно и то, что у детей и подростков естественной является учебная деятельность, поэтому вопросы формирования здорового образа жизни могут быть органично включены в учебно-воспитательный процесс. Необходима преемственность на всех этапах формирования здорового образа жизни детей и подростков (семья, школа, профессиональные образовательные учреждения, трудовые коллективы, неформальные объединения).
12. Гигиеническое обучение и воспитание детей в образовательных учреждениях складывается из классной, внеклассной и внешкольной работы, осуществляемой преподавателями всех предметов, медицинским персоналом учреждений, руководителями кружков, клубов, объединений. Классная работа ведется в соответствии с образовательными стандартами, учебными программами, методическими рекомендациями.
13. Ежегодное проведение во всех образовательных учреждениях в рамках комплекса мероприятий, посвященных здоровью и бережливости, несет заметный вклад в становление здорового образа жизни детей, подростков и молодежи.

14.Формы проведения мероприятий по здоровьесбережению могут быть разнообразны:

- проведение бесед, лекций медицинским персоналом, индивидуальных консультаций, просмотр кино и видеофильмов;
- организация игровых и состязательных форм обучения и воспитания, викторин, олимпиад, театрализованных представлений, шоу, конкурсов с обязательным участием старшеклассников в программах для младших школьников, выпуске медико-профилактических бюллетеней, листовок;
- для старшеклассников организация конференций, диспутов, круглых столов, культурных мероприятий (КВНов, театральных постановок, капустников и т.п.).

15.Целесообразно посредством урока здоровья в общеобразовательном учреждении создать мотивацию и дать ребенку элементарные навыки здорового образа жизни.

16.Вся информация к проведению мероприятий по здоровьесбережению, должны быть специально подготовлена с участием психологов, медиков и адаптирована к восприятию детской и подростковой аудитории. К запланированным мероприятиям здоровья необходимо готовить специальные листовки, буклеты, которые могут остаться у детей после урока, с которыми могут дома ознакомиться родители и родственники детей.

17.Высокоэффективна психологическая составляющая гигиенического обучения и воспитания детей: проведение обучающих и профилактических тренингов.

18.Целью цикла всех мероприятий по здоровьесбережению является осознание учащимися уникальности, неповторимости своего Я, формирование и развитие представлений о здоровье как важнейшей составляющей этого Я, создание мотивации на здоровый образ жизни.

19.Приведенные ниже примерные сценарии, программы, положения мы предлагаем рассмотреть, как вариант цикла мероприятий по здоровьесбережению в общеобразовательных учреждениях.

20.При проведении уроков здоровья следует учесть возрастные особенности учащихся, а также интересы, присущие каждой возрастной группе.

21.При подготовке занятий по сценарным планам следует дифференцирование подходить к разработке непосредственно сценария. Для этой цели, помимо примерных сценарных планов (приложения) ниже дается перечень рекомендуемой литературы.

22.При подготовке урока здоровья рекомендуется учесть проблемы, актуальные для региона.

3.Список источников

1. <http://nsportal.ru/>, <http://www.metod-kopilka.ru/>
2. В.В. Елисеев. Материалы для подготовки плана здоровьесберегающей работы школы// Практика административной работы, 2011№ 3)
3. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М.: Просвещение, 2010.
4. Резер Т. М. Ученый процесс и здоровье учащихся. Методические рекомендации для учреждений профессионального образования. – М.: Издательство центр АПО, 2002.
5. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе. От действия к мысли: пособие для учителя / (А.Г. Асмолов, Г.В. Бурменская, И.А. Володарская и др.); под ред. А.Г. Асмолова. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2010.
6. Планируемые результаты начального общего образования / (Л.Л. Алексеева, С.В. Анащенкова, М.З. Биболетова и др.) ; под ред. Г.С. Ковалевой, О.Б. Логиновой. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2010.
7. Проектные задачи в начальной школе: пособие для учителя / (А.Б. Воронцов, В.М. Заславский, С.В. Егоркина и др.); под ред. А.Б. Воронцова. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2010.
8. Примерные программы по учебным предметам. Часть 1. Часть 2. . - М., - Просвещение - 2010.
9. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения - М.,- Просвещение – 2013
- 10.Дзятковская Е.Н. Здоровьесберегающая работа образовательных учреждений. Мониторинг и диагностика. Иркутск, 2003 1,2ч

**Положение
о новогоднем конкурсе - выставке творческих работ
«Снеговик - 2015»**

Цель конкурса:

Воспитание чувства прекрасного, умения ценить красоту, создать праздничную атмосферу в школе.

Задачи конкурса:

1. Обучение учащихся искусству составления композиций.
2. Развитие творческих способностей детей.
3. Освоение разных техник выполнения творческих работ.

Условие конкурса:

В конкурсе принимают участие индивидуальные работы.

Творческая работа (композиция) связана с новогодней тематикой. Техника выполнения - по выбору учащихся. Обязательное условие: работа должна быть подписана – Ф.И., класс (стикер, должен быть прикреплен надежно к работе).

Участники конкурса:

1 - 9 классы

Порядок и сроки проведения конкурса:

Работы принимаются с 7 по 12 декабря, работы сдать Лавровой К.В.

Основные оценочные критерии конкурса:

- творческий подход при выполнении композиции
- художественно-эстетическое исполнение, яркость, красочность
- творческая оригинальность, художественный вкус
- соответствие тематике
- дизайнерский подход при выполнении работы
- использование различных техник и материалов

Места выводятся: 1- 2 кл., 3 – 4 кл., 5 - 6 кл., 7 – 9 кл.

Награждение участников конкурса:

Победители награждаются грамотами.

Жюри конкурса:

Лаврова К.В. – зам. директора по воспитательной работе

Кибко С.А. – учитель физической культуры, руководитель студии «Арт – дизайн»

Ергина И.В. - учитель химии, педагог - организатор

Гвоздева К.А.- учитель английского языка, педагог – организатор

**Положение
о новогоднем конкурсе плакатов
«Снеговик - 2015»**

Цель конкурса:

Воспитание чувства прекрасного, умения ценить красоту, создать праздничную атмосферу в школе.

Задачи конкурса:

1. Обучение учащихся искусству оформления новогодних плакатов.
2. Развитие навыков работы в группе.
3. Развитие творческих способностей детей.

Условие конкурса:

В конкурсе принимают участие групповые работы.

Плакат связан с новогодней тематикой. Техника выполнения по выбору учащихся. Приветствуется изображение снеговика, при выполнении работы можно использовать различные краски и материалы. Формат А1. Обязательное условие: плакат должен быть подписан (класс).

Участники конкурса:

1 - 9 классы

Порядок и сроки проведения конкурса:

Работы принимаются 1 по 7 декабря, работы сдавать Лавровой К.В.

Основные оценочные критерии конкурса:

- творческий подход при выполнении плаката.
- художественно-эстетическое исполнение, яркость, красочность.
- творческая оригинальность, дизайн, художественный вкус.
- соответствие тематике.

Места выводятся: 1- 2 кл., 3 – 4 кл., 5 - 6кл., 7 – 9 кл.

Награждение участников конкурса:

Победители награждаются грамотами

Жюри конкурса:

Лаврова К.В. – зам. директора по воспитательной работе

Кибко С.А. – учитель физической культуры, руководитель студии «Арт – дизайн»

Ергина И.В. - учитель биологии, педагог - организатор

Гвоздева К.А. - учитель английского языка, педагог – организатор

**Положение
о новогоднем конкурсе по украшению классов
«Снеговик - 2015»**

Цель конкурса:

Воспитание чувства прекрасного, умения ценить красоту, создать праздничную атмосферу в классе.

Задачи конкурса:

1. Обучение учащихся искусству изготовления новогодних украшений для классных комнат.
2. Развитие навыков работы в группе.
3. Развитие творческих способностей детей.

Условие конкурса:

В конкурсе принимают участие весь класс.

Техника выполнения новогодних украшений для классных комнат по выбору учащихся. Приветствуются украшения, выполненные собственными руками и их количество, помощь родителей. При выполнении задания, можно использовать различные материалы. Обязательное условие, украсить входную дверь снаружи (изображением снеговика, Деда Мороза, Снегурочки, обезьянки и т.д.)и указать класс.

Участники конкурса:

1 - 9 классы

Порядок и сроки проведения конкурса:

Нарядить класс с 11 по 15 декабря.

Основные оценочные критерии конкурса:

- творческий подход при украшении кабинета
- художественно-эстетическое исполнение, яркость, красочность
- творческая оригинальность, дизайн, художественный вкус
- соответствие тематике

Места выводятся: 1- 2 кл., 3 – 4 кл., 5 – 6 кл., 7 – 9 кл.

Награждение участников конкурса:

Победители награждаются грамотами

Жюри конкурса:

Лаврова К.В. – зам. директора по воспитательной работе

Кибко С.А. – учитель физической культуры, руководитель студии «Арт – дизайн»

Ергина И.В. - учитель химии, педагог – организатор

Гвоздева К.А.- учитель английского языка, педагог – организатор

**Положение
о новогоднем конкурсе фотографий «Жить здорово – здорово!»
«Снеговик - 2015»**

Цель: воспитание культуры здорового образа жизни и повышение мотивации к здоровому образу жизни.

Задачи:

- активизация творческой инициативы учителей в решении вопросов сохранения здоровья и формирования мотивации здорового образа жизни;
- воспитание ценностного отношения к здоровью у обучающихся, внутренней потребности в здоровье как важнейшей человеческой ценности;
- популяризации в образовательной среде инновационных эффективных технологий работы, направленных на формирование установки на здоровье и здоровый образ жизни, культуры здорового образа жизни у участников образовательного процесса.

Условие конкурса. В конкурсе принимают участие весь класс классные руководители, учителя предметники, педагоги внеурочной деятельности.

На уроках, классных часах, на занятиях по внеурочной деятельности, провести мероприятия по здоровью сбережению учащихся (например: решить задачи связанные со здоровьем или организмом человека; сделать зарядку для глаз; дыхательную зарядку; просмотреть социальные ролики, фильмы о здоровом образе жизни; провести физкульт–минутки; выполнить коллективный плакат на тему «Жить здорово – здорово!» и т. д.) **и оформить методическую разработку.** Обязательное условие, сделать фото класса во время проведения мероприятия. Сдать фотографии в электронном виде Лавровой К. В.

Участники конкурса: 1 - 9 классы

Порядок и сроки проведения конкурса:

Фотографии сдать с 23 по 30 ноября.

Основные оценочные критерии конкурса:

- творческий подход при выполнении задания
- соответствие тематике
- содержательность и наглядность представленного материала;
- оригинальность и художественность замысла

Итоги подводятся по номинациям.

Награждение участников конкурса:

Классы награждаются грамотами.

Учитель, представивший методическую разработку, награждается благодарственным письмом участника конкурса. Лучшие разработки будут опубликованы на сайте школы и отмечены дополнительно.

Жюри конкурса: Лаврова К.В. – зам. директора по воспитательной работе
Кибко С.А. – учитель физической культуры, руководитель студии «Арт – дизайн»

Ергина И.В. - учитель химии, педагог – организатор

Гвоздева К.А.- учитель английского языка, педагог – организатор

**Положение о проведении соревнований Новогодние старты
«Снеговик - 2015»**

Цель: формирование здорового образа жизни, повышение социальной активности и укрепления здоровья учащихся, приобщение их к физической культуре как составному элементу общенациональной культуры.

Задачи:

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Формирование жизненно — важных прикладных умений и навыков.
3. Приобретение соревновательного опыта и выявление сильнейших учащихся с последующим участием их в соревнованиях разного уровня.

Время и место проведения соревнований:

Соревнования проводятся 16 декабря 2015г. в спортивном зале МОУ СОШ №6

Руководство и судейство соревнований:

Общее руководство проведением соревнований осуществляется главным судьей соревнований Кибко С.А.

Участники соревнований:

Состав команды 13 человек (2 запасных:1 девочка + 1 мальчик, 1 участник в роли «Снеговика») и 1 представитель (классный руководитель или учитель физической культуры).

К участию в соревнованиях допускаются команды, скомплектованные из обучающихся 5 - х классов: 5 девочек + 5 мальчиков, допущенных врачом по состоянию здоровья. Представитель команды должен представить заявку на участие.

**Заявка соревнований Новогодние старты «Снеговик - 2015»
МОУ СОШ №**

№ п/п	Ф.И.	класс	Виза врача

Представитель команды: _____

Условия проведения соревнований:

В соревнованиях принимают участие 2 команды СОШ № 6 и СОШ №75. Победитель определяется, по наименьшей сумме очков, набранных командами в каждом конкурсе в соответствии с таблицей начисления. При равенстве набранных очков у двух команд, преимущество получает команда, участники которой заняли наибольшее количество 1 мест. При равенстве мест преимущество отдается команде - победителю в эстафете «Эх,

прокачу». Очки для команды могут заработать и болельщики. 1 очко за конкурс болельщиков, 1 бал за поддержку своей команды, 3 балла за номер от болельщиков (спортивный танец, песня, пирамида, сценка, стихотворение и т.п.)

Начисления очков:

1 место – 1 очко, 2 место – 2 очка.

Для участия в соревнованиях командам необходимо подготовить:

- ❖ ***название команды (название должно состоять из 10 символов, включая буквы, написанных на отдельных флажках);***
- ❖ ***девиз;***
- ❖ ***эмблема команды;***
- ❖ ***спортивная форма;***
- ❖ ***номер от болельщиков;***
- ❖ ***кричалки, плакаты для поддержки своей команды***
- ❖ ***одежду для «Снеговика» (2 варежки, 2 сапога или валенка, курточка, шапка, шарф, нос, эмблема)***

Награждение:

Команды награждаются по итогам соревнований 1-2 места, дипломами 1, 2 степени и подарками.

Программа соревнований.

1. «Знакомство с командами».

Инвентарь: 10 флажков, на каждом флажке написана буква (название команды).

Оббежать фишки взять один флажок, повесить (на нитку, которая натянута на стене в конце дистанции) так, чтобы читалось слово, которое соответствует названию команды и по прямой вернуться обратно, передать эстафету (касанием руки) другому игроку. Побеждает та команда, которая придет к финишу первая.

Штраф: 1 очко, если слово не читается;

1 очко, если упали флажки после финиша последнего игрока.

2. «Снежинки».

Инвентарь: 10 снежинок.

Оббежать фишки взять одну снежинку и по прямой вернуться обратно. После финиширования последнего игрока вся команда поднимает снежинки в верх.

Штраф: 1 очко, если снежинок после финиша будет меньше, чем 10.

3. «В лес за елочкой».

Инвентарь: валенки – 2 пары, елочки – 2 шт.

Обуть валенки, оббежать фишки, вернуться по прямой, передать эстафету следующему игроку. Последний игрок забирает елочку и приносит в команду. Побеждает та команда, которая финиширует первой.

Штраф: 1 очко, если елочку забыли взять или уронили.

4. «Кочки».

Инвентарь: 4 обруча (по 2 на каждую команду)

Первый участник стартует с 2 обручами (обручи в руках), ложит по очереди их на пол и по очереди запрыгивает в них передвигаясь по дистанции прямо (с право на лево) вокруг фишки и обратно передав обручи следующему участнику.

Штраф: 1 очко, если участник не наступил в обруч .

5. «Слепи Снеговика».

Инвентарь: 10 предметов одежды для Снеговика команды готовят заранее.

Снеговик (11 участник от класса) стоит возле определенной отметки напротив своей команды.

1 участник подбегает к Снеговику и одевает 1 рукавицу;

2 участник подбегает к Снеговику и одевает 2 рукавицу;

3 участник подбегает к Снеговику и одевает курточку;

4 участник подбегает к Снеговику и одевает «нос»;

5 участник подбегает к Снеговику и одевает шапку;

6 участник подбегает к Снеговику и одевает шарф;

7 участник подбегает к Снеговику и одевает 1 валенок;

8 участник подбегает к Снеговику и одевает 2 валенок;

9 участник подбегает к Снеговика и одевает эмблему команды;

10 участник подбегает к Снеговика и дает посох в руку.

При этом каждый участник после выполнения своего задания должен оббежать Снеговика, вернуться и передать эстафету следующему. Снеговик не должен поправлять одежду.

Штраф: 1 очко, если элемент одежды упадет или будет одет не правильно.

6. «Снежки».

Инвентарь: 2 ведра, 2 обруча, 10 теннисных мячей (обвернутых фольгой).
Участники по очереди подбегают к обручу с мячами, берут 1 мяч и от обруча метают мяч в ведро, которое держит Снеговик их команды. После броска участник должен оббежать обруч в конце дистанции и передать эстафету следующему.

Штраф: Каждый промах 1 очко.

7. «Эх, прокачу».

Инвентарь: Посох – 2 шт. (украшенные гафрированной бумагой, мишурой гимнастические палки).

Снеговик стоит в указанном месте с посохом в руках.

1 участник оббегает вокруг Снеговика, возвращается, берет второго участника за руку и бегут, держась за руки к Снеговика. 1 остается возле Снеговика (в затылок), 2 бежит за 3 и так далее. Когда последний игрок прибежит к Снеговика, все берутся за руки и возвращаются на свое место. Побеждает та команда, которая финиширует первая (время по последнему игроку).

Штраф: 1 очко, если «разорвались руки»