**муниципальное казённое общеобразовательное учреждение**

**средняя общеобразовательная школа с. Сорвижи Арбажского района Кировской области**

**Программа**

**развития детского коллектива**

**«Здоровые дети»**

**для детей начальных классов**

**(срок реализации 4 года)**

**Составитель:**

**Быкова Галина Ивановна, классный руководитель 2, 4 классов МКОУ СОШ**

**с. Сорвижи Арбажского района Кировской области**

**2016 г.**

*«Здоровье – это вершина,*

*на которую каждый должен забраться сам.»*

*И.И.Брехман*

**Цель:** обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в начальной школе; сформировать у него знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

**Средства достижения цели:**

Интегрированный подход к воспитанию, фантазирование, психогимнастика, аудио сопровождение, просмотр видеофильмов. Основные формы подачи материала могут быть разными: игра-путешествие, телепередача, сообщение доктора Айболита, пресс-конференция, игра – КВН, конкурсная программа, встречи с медицинскими работниками, дни здоровья и др.

**Задачи:**

-Создать благоприятные условия в классе по развитию ученика.

-Формировать культуру сохранения и совершенствования здоровья самими детьми.

-Формировать представление у учащихся о здоровом человеке.

-Провести мониторинг здоровья учащихся.

-Научить работать с литературой.

**Ожидаемые результаты:**

* Повышение уровня воспитанности учащихся;
* Снижение процента заболеваемости учащихся;
* Сплочение родителей и детей;
* Самостоятельная забота о своём здоровье;
* Отсутствие вредных привычек;
* Повышение процента занятости в спортивных кружках и секциях.

**Основные идеи программы:**

* Учёт возрастных особенностей ученика (Л.С.Выготский).
* Доступность материала – чтобы дети понимали смысл происходящего, умели высказывать свои точки зрения (Г.Г.Лаптева).
* «Яркое пятно» - необходима «закладка» фундамента на эмоциональной направленности личности ( В.В.Давыдов).
* Рефлексия – результат внутреннего диалога личности (И.С.Кон, В.В.Столин).
* Детское любопытство безгранично. Дети хотят знать всё о себе (Роберт Ротенберг).
* «Ни одно другое социальное окружение не оказывает такое воздействие на формирование здоровой личности, какое может осуществить школа.» *(*Американская Ассоциация Национального Здоровья).

**Пояснительная записка**.

Концепция модернизации Российского образования определила важнейшую задачу деятельности педагогических коллективов: достижение современного качества образования. Неотъемлемой частью этого процесса является и сохранение здоровья участников образовательного сообщества. Проблема сохранения здоровья учащихся и привития навыков здорового образа жизни очень актуальна сегодня, так как она связана с ухудшением экологической обстановки и показателей заболеваемости детей. Чтобы ребёнок мог хорошо учиться, он должен быть, прежде всего, здоровым. Именно в школьный период формируется здоровье человека на всю последующую жизнь. Сегодняшняя статистика здоровья школьников просто ужасающая. Да, многое, конечно, зависит от условий жизни в семье, от родителей. Но бесконечно «кивать» только в их сторону нельзя. Дети проводят в школе значительную часть дня, и заниматься их здоровьем должны, в том числе, и мы педагоги. Как видим, на школу и педагогов легла очень трудная задача – задача сохранения здоровья ребёнка. Поэтому одним из ведущих направлений моей программы является создание условий для сохранения здоровья учащихся в ходе воспитательного процесса. Оттого, насколько широко и быстро мы сможем это сделать, зависит здоровье наших детей.

При определении целей деятельности по здоровьесбережению я исходила из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

Новизна представленной программы заключается в том, что она объединила в себе теоретические сведения из области анатомии, физиологии, гигиены, психологии, НОТ школьника, учитывает природно-климатические условия нашего региона. Данная интеграция помогает сформировать у детей осознанный выбор здорового образа жизни, научить бережному отношению к себе и своему здоровью, способствует развитию памяти, мышления, речи, воображения, учит приемам самопознания и саморегуляции.

Программа предполагает, что при переходе из одного класса в другой объем и уровень знаний должен расширяться, углубляться и дополняться.

**1 этап (1 класс)**- знакомство с правилами по здоровому образу жизни.

**2 этап (2 класс)** – выполнение правил по аналогии по здоровому образу жизни. Доведение их до автоматизма.

**3 этап (3 класс)** – применение правил по здоровому образу жизни в нестандартной ситуации (творческие дела).

**4 этап (4 класс)** – участие в организации и проведении классного часа по здоровому образу жизни.

За последние годы существенно изменились приоритеты образования. На первый план современность выдвигает цели развития личности ученика, формирования и развития у младших школьников учебной деятельности, и я согласна с этим. Да, очень важно, знает ли ребенок таблицу умножения, умеет ли писать без ошибок, сможет ли он прочитать текст внятно, четко и быстро. Но еще важнее, на мой взгляд, каким будет ребенок, когда он вырастет? Сможет ли он сам найти пути решения задач, поставленные жизнью? Будет ли ребенок «звездочкой» среди одноклассников или растворится в толпе «серой мышкой»? Каждому ребенку дан бесценный дар – творить. Ведь недаром великие педагоги прошлого верили, что стоит только создать условия, и талант обязательно проявиться. Особенно важно, чтобы это произошло как можно раньше и наиболее полно. Я стараюсь увидеть в каждом ребенке маленького творца.

Для маленького ученика все важно в школе: и уют в классе, и красота его оформления, и взгляд, и слово учителя, и сосед по парте, даже одежда учителя. Прав оказался В. П. Шереметевский в своем высказывании: «Все дело воспитания маленьких людей слагается из мелочей. Из всех мелочей незаметно закладывается фундамент, без которого все здание воспитания и шатко и валко, и на сторону».

Главное в работе, не только знание материала, умение доступно его преподнести, но и умение любить детей, верить в каждого из них, умение находить «жемчужину» в каждой «раковине». Быть не только наставником, но и другом. Трудности, неудачи, разочарования отступают, когда видишь блеск глаз своих воспитанников. Их радостное, коротенькое приветствие «Привет!», тёплые объятия заставляют забыть обо всём, пробуждают в тебе силы и желание сделать всё, чтобы этот яркий свет, эта любовь не только никогда не исчезали, а разжигались и становились всё сильнее и ярче. Ты готов свернуть горы, отбросить своё плохое настроение и идти вперёд, дарить ученику радость познания и помочь ему поверить в себя. Я уверена, что человек, переживший такую радость, не захочет творить зло, причинять вред другим, в нём проснётся желание поделиться своими чувствами с другими, стремление совершенствоваться и познавать всё больше и больше.

Здоровье школьников как важнейший элемент качества жизни необходимо рассматривать в начальной школе. Народная мудрость гласит: « Здоровье дороже золота», «Здоровье на деньги не купишь» и поэтому я в начальных классах большое внимание уделяю организации учебно-воспитательного процесса в режиме профилактики и охраны психологического здоровья младших школьников.

Содержательный опыт программы состоит из следующих модулей:

**1модуль** – «**Здоровье и обучение»** - применение здоровьесберегающих технологий в обучении:

-комплекс упражнений доктора С.С. Коновалова;

-дыхательная гимнастика Стрельниковой;  
-релаксационные упражнения;  
-уроки физической культуры;  
-упражнения по профилактике зрения;  
-игры двигательного характера.

Администрация школы с каждым годом улучшает гигиенические условия детей в школе. В этом году проведены следующие работы:

- все дети охвачены горячим питанием;

-улучшен тепловой режим;

-обновлён класс новой мебелью и доской;

- оборудована зона в классе для гигиены рук;

- оборудован в школе тёплый туалет с горячей водой.

1. **модуль** – «**Здоровье и родители»** - работа с родителями по улучшению их компетентности по здоровому образу жизни.

Здоровый образ жизни, которому учат школьника, должен находить каждодневную реализацию дома, то есть закрепляться, наполняться практическим содержанием. Семья может и должна стать объектом влияния школы, реализующей здоровьесберегающее воспитание, основанное на взаимодействии, использовании воспитательного потенциала самой семьи. При этом посредником между семьей и школой становится ребенок. Поэтому необходимо продуктивное сотрудничество школы и родителей. На этой основе предстоит организовать работу по следующим **направлениям:**

 1. Привлечение родителей к обучению   детей здоровому образу жизни (проведение тематических родительских собраний и конференций, в   том числе и с приглашением специалистов; индивидуальные беседы,  приглашения на открытые уроки и классные часы, инструктажи по организации закаливания в семье и т.д.).

2.    Привлечение родителей к проведению мониторинга состояния здоровья детей.

3.    Приучение школьников (сначала с помощью родителей, а затем – самостоятельно) к самонаблюдениям и самоконтролю за своим здоровьем.

4.    Привлечение родителей к участию в проектной деятельности (проекты «Ребята, запомните правила эти», «Красивая улыбка» и т.д.)

5.    Участие в конкурсах и выставках (поделок, стихотворений, плакатов «Будь независимым, скажи наркотикам «НЕТ», «Разговор о правильном питании»).

6.    Организация досуга учащихся и собственного (дни здоровья, соревнования, помощь в проведении мероприятий летнего оздоровительного лагеря).

7.    Проведение совместных праздников: «Папа, мама, я – спортивная семья», «Семейный калейдоскоп» и др.

8. Групповые и индивидуальные беседы и консультации.

9. Регулярное посещение квартир учащихся.

**Тематика родительских собраний.**

Родительское собрание с будущими первоклассниками «Готовность ребёнка к обучению в школе».

**1 класс.**

1. Психологические особенности учащегося  начальной школы.

Результаты адаптации в начальной школе.

1. Влияет ли дата рождения на характер человека?
2. Необходимо ли соблюдать режим дня и питания учащимся 1 класса?

**2 класс**

1. Как организовать физическое развитие учащегося в школе и дома?
2. Какова роль семьи в формировании здорового образа жизни?
3. Как проводить закаливание детского организма?

3 класс.

1. Как помочь ребёнку хорошо учиться?
2. Как влияет жевательная резинка на здоровье человека?
3. Память. Как её развить?

**4 класс.**

1. Самостоятелен ли ваш ребёнок и как этого достичь?
2. Как уберечь вашего ребенка от наркотиков.
3. Семейные конфликты. Как этого избежать?

**3 модуль** **– « Сам себе я помогу и здоровье сберегу**» - участие учащихся в проведении классных часов.

Классный час для меня это не процесс передачи знаний по здоровому образу жизни, а бесценное время общения и открытие новых истин, возникновения идей и их воплощение.

Считаю, что классные часы должны помочь ученикам к окончанию начальной школы повысить коммуникативную компетентность, изменить отношение к себе и другим людям, освоить элементарные навыки по здоровому образу жизни, чтобы дети умели бы оценивать свои возможности и постоянно стремились к познанию самих себя. В 4 классе учащиеся добровольно и с желанием участвовали бы в делах класса, стали более самостоятельными.

**Тематика классных часов следующая:**

**1 класс**

1. Знай правила движения как таблицу умножения

(безопасно ли на дорогах?).

1. Встреча с Мойдодыром (что значит быть опрятным?).
2. Зима "на носу" (как сохранить здоровье?).
3. Что значит быть здоровым человеком?

**2 класс**

1. Как физкультура влияет на сохранение здоровья?
2. Почему нужно соблюдать режим дня для сохранения здоровья?
3. Что делать? Если с кем-то вдруг беда… (первая помощь)
4. Какой я? Что хочу изменить в себе?

**3 класс**

1. Откуда берутся болезни? (профилактика инфекционных заболеваний).
2. Защити себя сам (три модели поведения в экстремальных ситуациях).
3. «Жить здорово – здорово?» (Конкурсная программа)
4. «Такой незнакомый я?» (Беседа – игра)

**4 класс**

1. Как быть сильным и здоровым? (значение физкультуры и закаливания)
2. У вас есть вредные привычки (табак, алкоголь, токсичные вещества)?
3. « Сам себе я помогу и здоровье сберегу» (КВН)
4. Что? Где? Когда? (что мы знаем о здоровье?)
5. **модуль** – «**Я выбираю спорт»** - посещение учащимися кружков, секций и физкультурно – массовых мероприятий.

Проблему здоровьесберегающей деятельности в образовательном учреждении невозможно отделить от организации физкультурно-оздоровительной работы с учащимися. Во второй половине дня дети посещают спортивные кружки, проводимые учителем физкультуры и работниками ДК. Дети участвуют в общешкольных мероприятиях: Дни Здоровья с привлечением всех детей ( «Зарница» и др), спортивные соревнования между классами (День бега) и родителями ( «Мы – спортивная семья», «Папа, мама, я – спортивная семья»).

**5 модуль** – **«Мониторинг здоровья»**  учащихся.

Через применение различных диагностик можно заглянуть во внутренний мир каждого ребёнка, результаты диагностик помогают грамотно организовать работу с детьми и родителями.

**1класс**

1. Уровень пространственной ориентации (до школы).
2. «Трудности обучения в школе» (анкетирование родителей).
3. «Я в школе» (анкетирование детей).
4. Социометрия (уровень сплочённости коллектива).

**2 класс**

1. Сравнительный анализ здоровья с предыдущим годом.
2. «Помогает ли тебе школа заботиться о здоровье? (анкета)
3. «Хорошо ли ребёнку в школе?»
4. Уровень воспитанности

**3 класс**

1. «Цветик – семицветик» (анкета).
2. Анкета «Как я оцениваю своё здоровье?»
3. Сравнительный анализ здоровья с предыдущим годом.
4. Методика для изучения социализированности личности учащегося (М.И. Рожков)
5. Уровень воспитанности (Н.Е.Щуркова)

**4 класс**

1. Сравнительный анализ здоровья с предыдущим годом.
2. Социометрия (уровень сплочённости коллектива Л.М Фридман)
3. Какой твой характер? ( Р.С.Немов)
4. «Моё здоровье» ( по почерку)
5. Уровень воспитанности (Н.Е.Щуркова)

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

        Данная программа рассчитана на 4 года и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию. Опыт показывает, что использование программы «Помоги себе сам» в воспитательном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения, активнее приобщать родителей школьников к работе по укреплению и сохранению здоровья детей. Внедрение в воспитание данной программы ведёт к снижению показателей заболеваемости детей, улучшению психологического климата в детском коллективе. Учителю легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема дисциплины.

Я хочу сказать, что **если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять самим своё здоровье и сами будем в этом примером, то только в этом случае можно быть уверенными в том, что будущее поколение будет здоровым и развитым интеллектуально**. В. Шененберга говорил, что «Здоровье – это ведь не пилюля, которую можно проглотить, с тем, что бы потом уже ни о чём больше не беспокоиться. Пусть для моих тяжёлых на подъём современников это прозвучит чересчур строго, но здоровье – это та вершина, которую каждый должен проделать сам».

**Законодательно-нормативное обеспечение программы:**

1. Конвенция о правах ребёнка.

2.   Закон РФ « Об образовании»

3.     Новые санитарно-эпидемиологические правила и  нормативы для школ Сан ПиН 2.4.2. 1178-02 от 28 ноября 2002 г. №44 (введённые в действие с 1 сентября 2003 г.), утвержденные совместным постановлением  Министерства образования РФ и Госсанэпиднадзором.

4.   Федеральный закон “О санитарно-гигиеническом благополучии населения” от 30.03.1999 № 52-ФЗ.

5. Национальный проект «Здоровье».

6. Устав МКОУ СОШ с. Сорвижи Арбажского района Кировской области.

7. Комплексная программа «Здоровье» при Сорвижском сельском поселении Арбажского района Кировской области.

8. Комплексная программа «Мостик» по работе с семьями.

Приложение.

*Инфомационно - статистический материал.*

Быкова Галина Ивановна классный руководитель 2,4 классов (10 человек) муниципального казённого общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы села Сорвижи Арбажского района Кировской области. В школе работаю 31 год, имею высшее образование.

Работаю в типичной сельской школе, которая удалена от областного центра, в селе отсутствуют учреждения дополнительного образования, поэтому работу по воспитанию приходиться строить так, чтобы происходило развитие детей в классном коллективе. Большую роль в воспитательном процессе уделяю сохранению здоровья учащихся и для этого мною была разработана программа развития коллектива «Помоги себе сам».

На каждом этапе реализации программы я проводила диагностики и исследования для выявления результативности работы по здоровому образу жизни и выяснила, что мой труд можно считать эффективным т.к. отметила следующие параметры результативности:

* Принятие учащимися здорового образа жизни как осознанной необходимости ( 83% учащихся регулярно посещают спортивные кружки и самостоятельно занимаются разными видами спорта).
* По результатам медицинского осмотра, здоровье учащихся не ухудшилось в сравнении с предыдущим годом.
* Снижение заболеваемости детей простудными и вирусными заболеваниями.
* Нет травматизма на протяжении всей работы.
* 100% посещаемость родителями классных собраний, открытых уроков и мероприятий. Когда чувствуешь поддержку со стороны родителей, появляются крылья для реализации и творчества в воспитании Учащиеся выбирают темы по здоровьесбережению для проектной деятельности ( «Ребята, запомните правила эти», «Здоровье и портфель», «Полезна ли жвачка» и др). Уровень воспитанности учащихся не ухудшается с предыдущим годом.
* В классе нет семей и учеников, стоящих на учёте КДН и ЗП при администрации Сорвижского сельского поселения и в школе.
* Личностный рост учащихся в обучении, занимают призовые места в районной олимпиаде «Умка», являются победителями в районе в международном математическом конкурсе «Кенгуру», «ЧИП» и др. За период 3 лет детьми получено много грамот
* Анализируя диагностики, выяснила, что процесс интеграции коллектива проходит успешно.
* При изучении дифференциации взаимоотношений между учениками оказалось, что в классах нет изгоев, а значит, в коллективах созданы благоприятные условия для воспитания.
* Провела исследование, в котором выясни лось, что учащиеся 2,4 классов с желанием посещают школу, показатели тревожности не превышают допустимой нормы.
* Изучив физическое развитие детей, выяснила, что дети стали физически выносливее, что показывает 100% участие в школьных спортивных соревнованиях, в районных соревнованиях и получение ими грамот и дипломов.
* Ребята активно участвуют в классных мероприятиях, самодеятельности ДК и районных конкурсах. За период 3 лет ими получено 46 грамот и дипломов.
* Работая по программе, научилась проведению диагностик для изучения у учащихся памяти, внимания, воображения, логического мышления, социометрии и др.
* По здоровьесбережению обменивалась опытом работы на школьном объединении начальных классов, на педсовете и районном методическом объединении начальных классов.
* Имею публикации в Арбажской районной газете.
* За период 5 лет имею грамоты и благодарности. Управлением образования Арбажского района была отмечена почётной грамотой за успешную реализацию здоровьесберегающих технологий в учебном процессе и грамотой за победу в конкурсе «Самый классный классный» Исследования показывают, что использование программы позволяет учащимся успешно адаптироваться в воспитательном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а классному руководителю эффективно проводить профилактику деве - атного поведения.

Таким образом, организация воспитательной работы по здоровому образу жизни не наносит ущерба здоровью учащихся. Я считаю, что только здоровый, хорошо развитый, эмоционально спокойный ребёнок может участвовать во всех делах школы и класса. Вылечить ребёнка мы, классные руководители не в силах, но сохранить и укрепить то, с чем ребёнок пришёл к нам в школу, мы обязаны и это можно реализовать только по программе развития коллектива «Помоги себе сам».

И в заключение о моей концепции, она состоит из 5 П:

* Принимаю ученика таким, какой он есть.
* Понимаю, что у него нужно воспитать и развивать.
* Применяю такие приёмы и методы воспитания, чтобы качественно развивался учащийся.
* Предвижу результат работы.
* Помню: укрепление здоровья – залог успеха.