**Доклад на ГМО учителей физической культуры**

**Особенности формирования культуры здорового и**

**безопасного образа жизни в соответствии с требованиями нового образовательного стандарта**

О здоровье населения страны стали говорить на всех уровнях, так как состояние здоровья – важнейший показатель благополучия общества и государства.

Задача школы - сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

ФГОС начального, основного и среднего (полного) общего образования выдвинули формирование ценностей здоровья, здорового и безопасного образа жизни, духовно-нравственного здоровья, экологической культуры обучающихся в ряд современных приоритетов образовательной деятельности школы.

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (выдержки)

Статья 41. Охрана здоровья обучающихся.  
Охрана здоровья обучающихся включает в себя:

1) оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья;  
2) организацию питания обучающихся;  
3) определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул;  
4) пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда;  
5) организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом;  
6) прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации;  
7) профилактику и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ;  
8) обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;  
9) профилактику несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;  
10) проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий.  
 Проблема: все общество, родители хотят, чтобы в школе была создана здоровьесберегающая среда, чтобы детей учили, как беречь свое здоровье, но лишь 20 % школ имеют программы по сохранению и формированию здоровья обучающихся.   
 Решение: Чтобы эффективно влиять на улучшение показателей здоровья школьников, нужна программа действий.  
 В концепции новых федеральных государственных образовательных стандартов НОО, ООО и С(П)ОО позиции здоровьесбережения и здоровьеформирования впервые обрели в общем образовании собственную значимость. получили структурированное воплощение.

Что же нового привнесли ФГОС в решение проблемы сохранения здоровья, формирования здорового образа жизни учащихся?  
 - это новые смыслы образования: «от успешности школы (по результатам ГИА, ЕГЭ) к успехам ребенка, развивающегося как личность»;

- построение образования на основе системно-деятельностного обучения, наполненного личностным смыслом;  
- это обязательное наличие самой программы формирования здорового и безопасного образа жизни у школьников разных ступеней обучения;  
- обозначены направления (блоки) деятельности учителя, ОУ по формированию здорового и безопасного образа жизни школьников (читай - по здоровьеформированию и здоровьесбережению);  
- достаточно четко сформулированы цели и задачи деятельности учителя, ОУ по формированию ЗОЖ на разных ступенях обучения;   
- включение в БУП НОО 10 часов внеурочной деятельности, предполагающей, в том числе, спортивно-оздоровительное направление, которое в первую очередь может быть использовано для привития любви к подвижному, спортивному образу жизни.  
 Исходя из логики новых стандартов, следует ожидать, что с их введением образование должно стать более безопасным, здоровьеформирующим и здоровьесберегающим, гарантирующим защиту учеников от перегрузок, формирование личности безопасного типа, умеющую заботиться о своем здоровье.

Программа предусматривает комплексный и непрерывный характер гигиенического обучения и воспитания. Ее реализация призвана побуждать обучающихся к активным и сознательным действиям в настоящем и будущем, таким как:  
- сознательное участие в охране здоровья и в создании среды, способствующей здоровью, особенно условий учебы, труда и быта;  
- реализация потребности беречь свое здоровье и заботиться о нем, соблюдение правил здоровьесберегающего и экологически ориентированного поведения, улучшение собственного физического и психического состояния;  
- отказ от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;  
- проявление нетерпимого отношения к употреблению психоактивных веществ, к действиям людей, наносящим ущерб окружающей среде, здоровью;  
- соблюдение правил поведения на дорогах, в транспорте, в случае болезни, особенно хронической, нацеленного на выздоровление;  
- оказание заботы, посильной помощи нуждающимся в них людям.  
  
 **Направления деятельности ОУ по созданию здоровьесберегающей среды и формированию культуры здорового и безопасного образа жизни на разных ступенях обучения**1. Здоровьесберегающая инфраструктура ОУ.  
2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности  
обучающихся.  
3. Эффективная организация физкультурно-здоровительной работы.  
4. Реализация дополнительных образовательных программ по ЗОЖ  
(профилактика употребления ПАВ, социально значимых заболеваний, травматизма, нерационального поведения в ЧС и в обычной жизни).  
5. Организация системы просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса.  
6. Мониторинг здоровьесберегающей деятельности и здоровья обучающихся.  
 С целью формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников, в нашей школе реализуется подпрограмма в рамках программы воспитания и социализации по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

Одним из важнейших направлений реализации программы является

создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного

учреждения.

В школе созданы необходимые условия для сбережения здоровья

учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

В школе работает столовая, позволяющая организовывать горячие завтраки и

обеды для учащихся. Работает оснащенный спортивный зал, есть спортивная площадка с комплексом ГТО.

Это позволяет реализовывать спортивные и физкультурные программы не только в урочное время, но и во внеурочных занятиях. В школе проводятся ежегодные медицинские осмотры с участием врачей специалистов.

С учащимися, родителями и педагогическим коллективом работает педагог-

психолог.

Следующим направлением реализации программы является использование

возможностей учебно – методического комплекта (УМК) в образовательном

процессе. Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности реализуется с помощью УМК В.И. Ляха. Система учебников формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни. С этой целью предусмотрены соответствующие разделы и темы. В курсе «Физическая культура» способствует укреплению здоровья, гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению; формированию первоначальных умений саморегуляции, формированию установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни. Дети узнают о соблюдении режима дня, личной гигиене, закаливании и т.д.

Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся - это третий этап реализации программы.

Организация образовательного процесса строится с учетом гигиенических

норм и требований к организации и объѐму учебной и внеучебной нагрузки

(выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях).

Расписание уроков составлено на основе утверждѐнного Учебного плана, с

учѐтом требований СанПиН, исходя из имеющихся возможностей школы.

В учебном процессе педагоги применяют методики обучения, соответствующие возрастным возможностям и особенностям обучающихся.

В школе строго соблюдаются требования к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности

индивидуальные особенности развития учащихся.

Одним из важнейших этапов реализации программы является – организация физкультурно-оздоровительной работы.

Система физкультурно-оздоровительной работы в школе направлена на

обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития. Сложившаяся система включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися на уроках физкультуры;

- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках,

способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной

активности;

- организацию внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного

направления.

Согласно плану работы школы в течение года регулярно проводятся спортивно - оздоровительные мероприятия, такие как Дни здоровья, Дни туризма, внутришкольные соревнования, «Весѐлые старты» и т.д.

Следующий этап - реализация дополнительных образовательных программ.

В школе созданы и реализуются дополнительные образовательные программы (в начальных классах – это «Школа здоровья», «Подвижные игры»), направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа

жизни, которые предусматривают разные формы организации занятий:

- «Здоровей-ка»;

- кружки по игре в шахматы;

- кружки по хореографии;

- динамические паузы;

- утренняя зарядка;

- физкультминутки;

- подвижные игры на свежем воздухе;

- секции по спортивным играм.

Формы гигиенического обучения и воспитания:  
- внеклассные мероприятия, праздники здоровья «За здоровый образ жизни», месячники, недели профилактики социально обусловленных заболеваний (СОЗ);  
- включение в содержание базовых предметов здоровьеформирующего содержания;  
- уроки ОБЖ, уроки здоровья по федеральным и региональным программам (модульным или интегрированным);  
- взаимодействие с семьей по вопросам формирования здорового образа жизни.   
Десять золотых правил здоровья  
(Международная программа интегрированной профилактики   
основных неинфекционных заболеваний – СИНДИ)  
1. Никогда не курю.

2. Всегда завтракаю.

3. Ем не спеша.

4. Никогда не переедаю.

5. Алкоголь не употребляю.

6. ежедневно хожу пешком.

7. Знаю параметры своего здоровья.

8. Контролирую свой вес.

9. Сплю не менее 8 часов.  
10. Никогда не раздражаюсь и не выхожу из себя.  
 Сложившаяся система работы с родителями по вопросам охраны и

укрепления здоровья детей направлена на повышение их уровня знаний и включает:

- проведение соответствующих родительских собраний, лекций, семинаров и т.д.;

- привлечение родителей к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий, походов, экскурсий и спортивных соревнований.

Реализация программы должна обеспечить:  
- осознание обучающимися ценности экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;  
- формирование установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей;  
- осознанное отношение обучающихся к выбору индивидуального рациона здорового питания;  
- формирование знаний о современных угрозах для жизни и здоровья людей, в том числе экологических и транспортных, готовности активно им противостоять;  
- овладение современными оздоровительными технологиями, в том числе на основе навыков личной гигиены;  
- формирование способности противостоять негативным воздействиям социальной среды, факторам микросоциальной среды.  
 Вывод: если говорить о здоровье обучающихся с точки зрения образования и воспитания, то здоровье обучающихся – это:  
- цель педагогического процесса;  
- средство повышения качества обучения;  
- критерий эффективности деятельности образовательного учреждения.

Литература:

1. http://ru.wikipedia.org/wiki/

2. http://www.sun-hands.ru/7zdorovyi\_obraz\_zhizni.html

3. http://nsportal.ru

4. http://nsportal.ru/shkola/rabota-s-roditelyami/library/roditelskoe-sobranie-formirovanie-zdorovogo-obraza-zhizni-shkoln

5. http://nsportal.ru/shkola/rabota-s-roditelyami/library/roditelskoe-sobranie-rol-semi-v-formirovanii-u-detei-zdorovogo-o

6. http://pedsovet.org/forum/index.php?showtopic=4995