«Здоровье человека – самое ценное, что есть у человека»
Н.А.Семашко

Ценность здоровья в жизни человека выступает как ключевая, т.к. именно здоровье является необходимым условием развития и роста человека, основным залогом его полноценной и счастливой жизни. Здоровье помогает человеку выполнять планы и успешно решать, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Хорошее здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь. В современной науке, как и в Уставе Всемирной организации здравоохранения (1948г.), **здоровье** рассматривается не только как отсутствие болезней и физических дефектов, **это состояние полного физического, духовного и социального благополучия**.

Период интенсивного роста, развития и формирования организма, социально- психологической адаптации человека приходится на его школьное детство. Именно этот период наиболее уязвим для любых неблагоприятных воздействий, способных вызвать нарушения адаптации. Это приводит к постепенной утрате того запаса прочности, которое принято называть здоровье. Сохранить и укрепить здоровье призвана здоровьесберегающая деятельность, которая должна строиться с учетом всех факторов, оказывающих неблагоприятное воздействие на рост, развитие и состояние здоровья учащихся.

Анализ **факторов, влияющих на состояние здоровья школьников** (Приложение1) позволяет разделить их на 3 категории:

- *неизбежные факторы* (НФ) – с ними необходимо считаться, но невозможно изменить;
- *корректируемые факторы* (КФ) – их действие можно в некоторых случаях регулировать;
- *устранимые факторы* (УФ) – их негативное действие можно снять или нейтрализовать.

Смысл здоровьесберегающей деятельности состоит в том, чтобы учитывать *неизбежные факторы*, ослаблять воздействие *корректируемых факторов* и устранять *устранимые факторы*.

Все **эндогенные факторы** (возрастные, наследственные, половые и т.д.) относятся к неизбежным факторам.

Среди **экзогенных факторов** к неизбежным относятся из внешкольных факторов экологические и экономические, тогда как социальные относятся к корректируемым.

Все **внутришкольные факторы** (педагогические, физиолого – гигиенические, социо – психологические) относятся к корректируемым или устранимым факторам, т.е. именно на них и должно быть направлено наибольшее усилие при организации здоровьесберегающей деятельности.

Кроме того, необходимо учитывать соотношение влияния факторов, определяющих уровень общественного здоровья. Оно распределяется следующим образом:

1. *наследственность* – определяет здоровье на 20 %;
2. *условия внешней среды (природные и социальные)* – на 20%;
3. *деятельность системы здравоохранения* – на 10%;
4. *образ жизни человека* – на 50%.

Из этого соотношения видно, что главным резервом здоровья является его образ жизни. Положительно влияя на него, можно существенно повысить потенциал здоровья.

Исходя из вышесказанного, здоровье ребенка во многом определяется средой, в которой он живет. Для ребенка от 6 до 16-17 лет этой средой является школа, т.к. более 70% времени его бодрствования связаны со школой. Поэтому пока ребенок растет и формируется, педагоги, психологи, врачи, родители – все от кого это зависит, должны приложить максимум усилий, чтобы школа не была – перестала быть фактором, вредящим его здоровью, препятствующим его полноценному развитию. Подтверждением наличия данного факта являются школьные наблюдения.

Проведенный нами анализ динамики состояния здоровья учеников (Приложение 2) на протяжении их обучения в школе 5 лет (2004-2008гг) свидетельствует о следующих **устойчивых отрицательных тенденциях**:

- ежегодный рост количества заболеваний на 1 ученика во всех возрастных группах (начальные классы, среднее и старшее звено);
- отрицательная динамика количества обучающихся

а) I группы здоровья: в начальных классах – с 25% до 15%;
в среднем звене - с 23% до 17%;
в старших классах - с 21% до 16% (2006-07 уч.г.)
с 22% до 12% (2005-06 уч.г.)
с 45% до 24% (2004-05 уч.г.);

б) с основной физкультурной группой
в начальных классах - с 78,9% до 72,8%;
в среднем звене - с 77% до 68%;
в старших классах - с 66% до 55%;

и соответственно:

- увеличение количества обучающихся

а) III (и IV) группы здоровья
в начальных классах - с 21,6% до 25%;
в среднем звене - с 25% до 28%;
в старших классах - с 30% до 36% (2005-06 уч.г.);

б) физкультурной группой: СМГ + освобожденные
в начальных классах - с 2% до 7%;
в среднем звене - с 7% до 15%;
в старших классах - с 5% до 17%

Кроме того, анализ состояния здоровья дошкольников при поступлении в 1-й класс показывает, что все больше детей приходит в школу с самыми различными заболеваниями (Приложение 3):

- нарушение зрения – до 22% (2005г.);
- кариес – до 34% (2008г.);

- нарушение физического развития – 16% (2004г.);
- нарушение речи – 37% (2007г);
- нарушение осанки – 9% (2004г.);
- ЖКТ – 4% (2004г.);
- ЦНС – 16% (2005г.);
- tbc инф. – 22% (2004г.)

Состояние здоровья ребенка на протяжении его обучения в школе не улучшается и даже не остается на прежнем уровне. Напротив, анализ динамики школьно – зависимых заболеваний (Приложение 4) свидетельствует о прогрессировании:

- нарушений зрения, осанки (наличия сколиоза, плоскостопия) у обучающихся всех возрастных групп (начального, среднего и старшего звена);
- костно – мышечных заболеваний у обучающихся среднего звена;
- заболеваний ВСД и ЦНС у обучающихся среднего и старшего звена.

Динамика заболеваний ЖКТ – не устойчива.

Актуальность ориентации педагогической деятельности на сохранение и укрепление здоровья школьников, на формирование ценности здорового образа жизни сегодня очевидна.

Для определения направлений здоровьесберегающей деятельности школы, которые требуют первоочередного решения, выбора форм и методов работы, в течение 2008-09 учебного года в школе осуществлена комплексная оценка здоровьесберегающего образовательного процесса. Она имела целью изучение основных причин снижения здоровья обучающихся, состояния корректируемых и устранимых факторов и их влияния на ребенка (Приложение 5).

Анализ полученных в ходе мониторинга результатов позволяет сделать следующие **положительные выводы:**

1. <u>В школе имеются основные условия для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.</u> Этого позволяет достигнуть

- общая инфраструктура учреждения (характеристика здания, отопления, наличие водопровода, канализации, оснащенности столовой и т.д.),
- наличие отдельных элементов оздоровительной инфраструктуры (медицинский кабинет, спортивные залы, кабинет релаксации),
- обеспеченность школы квалифицированными кадрами (фельдшер, учителя физкультуры, руководители спортивных секций, психолог, логопед, социальный педагог и.т.д.),
- организуемая здоровьесберегающая деятельность (регулярная диспансеризация обучающихся, проведение профилактических прививок, профилактических осмотров работников учреждения, соответствие расписания занятий и объема домашних заданий обучающихся гигиеническим требованиям, проведение Дней здоровья, школьных спортивных праздников, активное участие в районных спортивных соревнованиях, беседы, витаминизация и др.)

Позиция школы по критериям оснащенности и оздоровительной активности – между средней и высокой.

2. Условия и образ жизни школьников в целом удовлетворительные:

- жилищно- и социо- бытовые условия, а также условия для занятий практически каждого ребенка в норме,
- полноценность питания 90% школьников благополучная,
- физическая активность школьников средняя:

спортивно - оздоровительная активность характеризуется достаточным уровнем занятости: самостоятельно занимаются спортом – 41% детей (учащиеся среднего и старшего звена), в спортивных секциях занято 45% учеников (в школе и вне школы); 97% обучающихся посещают уроки физкультуры, из них 76% учеников уроки физкультуры очень нравятся;

бытовая активность школьников связана с уборкой по дому (75% учеников среднего и старшего звена), покупкой продуктов (45%), работой на огороде, в саду (62%).

3. Организация досуга школьников средняя. Среди положительных моментов отмечаются их увлечения (ребята с большим желанием предпочитают в свободное время): занятие спортом – 32%, занятие танцами- 31%, посещение кружков – 39%. 83% школьников предпочитают прогулки на свежем воздухе: в будни дни они составляют от 2 до 3-х часов у 40% опрошенных, более 3-х часов – у 25%, менее 2-х часов – у 40%;

4. Оценка знаний обучающихся основ здорового образа жизни свидетельствует в целом по школе о достаточном (но не высоком) уровне осведомленности учащихся начальных классов о требованиях ЗОЖ и о достаточном воспитательном эффекте здоровьесберегающих технологий в среднем и старшем звене. Личностная значимость здоровья учащихся высокая

Несмотря на данную ситуацию, необходимо выделить следующие **отрицательные моменты**, которые требуют особого, серьезного внимания:

1. Оздоровительная инфраструктура школы недостаточна;
2. Полноценность питания 13% школьников находится в зоне риска (низкая – 11%, недостаточная – 2%),

- в структуру питания этих детей недостаточно входит молочных продуктов, мяса, рыбы. Основными причинами неполноценности питания является нежелание (отказ) детей от приема этой пищи;
- низкий показатель регулярности питания обучающихся среднего звена (46% детей данного возраста питается 2 раза в день, 4% - 1 раз в день); 16% детей игнорируют утренние завтраки; 20% школьников совсем не ест в школе: из них почти по 30% составляют учащиеся среднего и старшего звена (которые проводят в школе около 5-6 часов.

3. Недостаточно организован внешкольный оздоровительный досуг детей. С позиции предпочтений школьников отмечается их недостаточный интерес к активному отдыху: 85% детей в свободное время

любят смотреть телевизор, 60% - слушать музыку, 56% - играть на компьютере.

4. Уровень наркогенного заражения окружения обучающихся среднего и старшего звена – средний:

- примерно у 45% школьников данного возраста имеются в окружении друзья, которые курят чаще одного раза в неделю: из них у 12% это окружение составляет большинство, у 3% - около половины, у 7% - около трети, у 23% - 1-2 человека;
- примерно у 44% школьников имеются в окружении друзья, которые употребляют алкогольные напитки (включая пиво) чаще 1 раза в неделю: из них у 9% окружение составляет большинство, у 2% - около половины, у 6% - около трети, у 27% - 1-2 человека;
- доля учащихся, у которых в окружении есть друзья, пробующие наркотики или токсические вещества, составляет 1%.

По мнению самих школьников, основными причинами

- курения детей является быстрое привыкание – считают 21% опрошенных; из-за скуки, того, что нечем заняться – 17%: чтобы поднять настроение, забыть о неприятностях – 16%; считают, что это не вредно – 12%;
- употребления алкоголя : чтобы отметить праздник – 26%; поднять настроение, забыть о неприятностях – 18%; из-за скуки, того, что нечем заняться – 11%; считают, что это не принесет вреда – 10%;
- наркотики пробуют из-за любопытства – считают 3% опрошенных.

5. Оценка знаний учащихся основ здорового образа жизни далеко не высокая:

- уровень осведомленности учащихся начального звена (3-4 классы) о правилах личной гигиены и оказания первой медицинской помощи – средний;
- отмечается недостаточное понимание учащимися среднего и старшего звена роли активности человека в сохранении и укреплении здоровья;
- неполное соответствие их распорядка дня требованиям здорового образа жизни;
- более половины школьников неадекватно оценивают свой образ жизни с позиции сохранения здоровья (считают, что достаточно заботятся о своем здоровье, при этом в их распорядке отсутствуют моменты, направленные на сохранение и укрепление здоровья);
- 50% учащихся среднего звена и 23% старшего звена находят любую информацию, связанную со здоровьем не интересной;
- регулярность поступления информации в школе, о том, как заботиться о своем здоровье, недостаточная;
- значимость информационного влияния школы по данному вопросу в сравнении с другими источниками недостаточная в среднем звене и совсем незначительно информационное влияние школы в старших классах;

- значимость мероприятий по формированию здорового образа жизни, проводимых в школе, недостаточная.

Все выше перечисленные выводы позволяют определить основные направления работы школы по сохранению и укреплению здоровья школьников.

Главными идеями здоровьесберегающей деятельности должны стать:
- сохранение собственного здоровья – одна из основных обязанностей человека;
- образ жизни человека, отношение к своему здоровью определяет здоровье будущих поколений;
- экологическое воспитание и экологическая культура являются основой здравого смысла в сохранении человеком своего здоровья, его поведении и поступках;
- социальное благополучие и успешность человека невозможны без сохранения физического и психического здоровья

В связи с этим **цель** программы «Здоровье» - организация оздоровительной работы, направленной на формирование физически развитого, психически здорового и социально-адаптированного школьника, на формирование у него мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.

В соответствии с целью определяются следующие **задачи:**
1. Создание условий для формирования у обучающихся культуры сохранения собственного здоровья;
2. Формирование у них потребности здорового образа жизни;
3. Развитие и совершенствование навыков строить взаимоотношения с окружающим миром, обществом, самим собой;
4. Воспитание потребности к постоянным занятиям физкультурой и спортом с целью оздоровления организма;
5. Профилактика употребления психоактивных веществ.

Модель здорового школьника:
Здоровье физическое – максимальная адаптация к окружающей среде, гармония физиологических процессов, совершенная саморегуляция организма;
Здоровье психическое – высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к действию;
Здоровье социальное - моральное самообеспечение, адекватная оценка своего «Я», самоопределение.

В соответствии с поставленными целями и задачами работа по формированию у школьников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни должна строиться по трем направлениям:

1. Работа с обучающимися:
- обучение школьников здоровому образу жизни, приемам личной самодиагностики, саморегуляции;
- психологические тренинги;
- беседы и уроки здоровья;

- акции, конференции, семинары, недели, дни здоровья;
- вовлечение в спортивные секции.

2. Работа с родителями:

- родительские собрания, индивидуальная работа с родителями по созданию установки на совместную работу со школой с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребенка;
- помощь в создании психологически комфортной среды в семье;
- включение родителей в воспитательный процесс школы по формированию ЗОЖ;
- составление и реализация (по желанию родителей) индивидуальной программы работы с ребенком в рамках «школа – семья – внешкольные учреждения»;

3. Работа с учителями:

- просветительская работа по вопросам здоровьесберегающей педагогики;
- информирование педагогического коллектива о состоянии и профилактике заболеваемости и травматизма школьников, об адаптационных изменениях психики при повышенной умственной нагрузке и.т.д.,
- консультации учителей по сохранению собственного здоровья.

Срок реализации программы: 2009-2014 гг.

ПЛАН

реализации программы «Здоровье»

Год Реал.	Срок (месяц)	1 класс	2 класс	3-4 класс	5-7 классы	8-11 классы	Основное мероприятие
I 2009-2010	Сентябрь 1-2недели	Правила уличного движения	**Безопасность поведения на дорогах**. Как уберечь себя и других от несчастных случаев. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма.				Декада безопасности дорож.движен.
I четверть	3 неделя	Режим дня школьника			**Понятие о здоровье. Пути сохранения и укрепления здоровья. Виды физической культуры и их значение для здоровья человека.**		День здоровья Открытие школьной спартакиады
		Режим дня первоклассника	Режим дня ученика 2-го класса	Режим дня ученика 3-4 класса. Утренняя гимнастика			
		Правильная посадка при письме и чтении (в школе и дома)					
	Октябрь 7 неделя	**Правильная осанка**			**Нарушение осанки.** Понятие об искривлении позвоночника, плоскостопии		
		Гигиена сна. Гигиена тела. Умывание лица, шеи, мытье ног, уход за волосами, носовой платок				Проф-ка переутомления. Рациональная организация труда и отдыха во время экзаменов (9,11 классы)	
II четверть	Ноябрь 10неделя	Гигиена питания. Питание – основа жизни	**Как сохранить хорошее зрение**				Школьная спартакиада
	Декабрь 14неделя	Гигиенические навыки. Мытье рук, стрижка ногтей. Болезни грязных рук.	**Закрытие школьной спартакиады Конкурсы: «Самый спортивный класс» «Лучшие спортсмены школы»**				
	16неделя	**Безопасное поведение на улице**, дороге (железной дороге). Безопасное поведение во время зимних каникул					Инструктаж
Шчетверть	Январь	Уход за обувью и одеждой	**Месячник** военно-патриотической и **спортивной работы**				По плану месячника
	Февраль	Рост и развитие человека					
	Март	Здоровье и болезнь. Гуманное отношение к физическим недостаткам	**Безопасность поведения на дорогах.**		**Безопасность поведения на дорогах. Бытовой и уличный травматизм.**		Инструктаж
IV четверть	Апрель	7 апреля – День здоровья. **Гигиена внешней среды. Уборка и проветривание класса.**					
		Гигиена полости рта. «Здоровые зубы – здоровью любы»	Мероприятия в рамках экологической акции «Дни защиты от экологической опасности»				
		«Ребенок в школе его собственными глазами» (психологическая комфортность в школе)					Анкетиров.
	Май	Утренняя зарядка, подвижные игры, их польза для здоровья		Польза подвижных игр			
		Закаливание. Правила купания					
	перед каник.	**Безопасность поведения на дорогах. Безопасное поведение во время летних каникул**					Инструктаж

Год Реал.	Срок (месяц)	1 класс	2 класс	3-4 класс	5-7 классы	8-11 классы
II 2010-2011	Сентябрь 1-2недели	Правила уличного движения	**Безопасность поведения на дорогах**. Как уберечь себя и других от несчастных случаев. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма.			
I четверть	3 неделя	**Режим дня школьника**				
		Режим дня первоклассника	Режим дня ученика 2-го класса	Режим дня ученика 3-4 класса.	Режим дня школьника. Гигиена домашних учебных занятий	Принципы организации режима дня старшего школьника. Основные принципы гигиенической организации умственного труда
		Правильная посадка при письме и чтении. Правильная осанка				
	Октябрь 7 неделя	**Гигиена сна**				
		Гигиена сна. Гигиена питания	Гигиенические навыки, связанные со сном	Сон школьника	Сон школьника	Гигиена сна . Профил-ка переутомления. Рациональная организация труда и отдыха во время экзаменов (9,11 классы)
II четверть	Ноябрь 10 неделя	**Личная гигиена**				
		Гигиена тела. Умывание лица, шеи, мытье ног, уход за волосами, носовой платок	Школьник дол-жен быть чис-тым и опрят-ным. Болезни грязных рук	Личная гигиена девочки. Личная гигиена мальчика	Анатомо-физиологические основы женского и мужского организма	
					Правила личной гигиены девочек и мальчиков	Гигиена девушки. Гигиена юноши
	Декабрь 14 неделя	Гигиенические навыки. Мытье рук, стрижка ногтей. Болезни грязных рук	**Пагубное влияние алкоголя, никотина и наркотиков на здоровье**			
					Понятие о наркомании, токсикомании, алкоголизме	Химические свойства наркотиков и алкоголя. Действие наркотиков и алкоголя на разных стадиях. Вред однократного приема наркотиков
	16неделя	**Безопасное поведение на улице**, дороге (железной дороге). Безопасное поведение во время зимних каникул				
IIIчетверть	Январь	Уход за обувью и одеждой	**Месячник** военно-патриотической и **спортивной работы**			
	Февраль	Рост и развитие человека				
	Март	Здоровье и болезнь. Гуманное отношение к физическим недостаткам	**Безопасность поведения на дорогах.**		**Безопасность поведения на дорогах. Бытовой и уличный травматизм.**	
IVчетверть	Апрель 7 апреля – День здоровья	**Гигиена внешней среды**	**Ребенок и природа**		**Гигиена внешней среды**	
		Гигиена полости рта. «Здоровые зубы – здоровью любы»	Ядовитые растения и грибы.Живот-ные вокруг нас. Составление «пра-вил вежливости» с дом. животными		Ядовитые растения. Опасные животные и насе-комые. Правила поведения в лесу. Предупреж-дение заболеваний, передающихся от животных	
	Май	(по плану прошл.года) **Безопасность поведения на дорогах. Безопасное поведение во время летних каникул**				

Год Реал.	Срок (месяц)	1 класс	2 класс	3-4 класс	5-7 классы	8-11 классы
III 2011-2012	Сентябрь 1-2недели	Правила уличного движения	**Безопасность поведения на дорогах**. Как уберечь себя и других от несчастных случаев. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма.			
I четверть	3 неделя	**Режим дня школьника**			**Факторы, влияющие на здоровье.**	
		Режим дня первоклассника	Режим дня ученика 2-го класса	Режим дня ученика 3-4 класса	**Режим учебы и отдыха.**	
		Правильная посадка при письме и чтении. Правильная осанка			**Виды физической культуры и их значение для здоровья человека. Двигательный режим**	
	Октябрь 7 неделя	Гигиена сна. Гигиена тела. Умывание лица, шеи, мытье ног, уход за волосами, носовой платок	**Здоровье и красота**			Профилактика переутом-ления.Рациональная орга-низация труда и отдыха во время экзаменов (9,11)
II четверть	Ноябрь 10неделя	**Гигиена питания.**			**Основы рационального питания**	
		Питание – основа жизни	10 заповедей правильного питания		Режим питания. Санитарно-гигиенические правила приема пищи. Основные принципы рационального питания	
	Декабрь 14неделя	Уход за обувью и одеждой	**Витамины**			
			Понятие о витаминах		Витамины. Сезонные гиповитаминозы и их профилактика.	
						Значение диетического питания для подростков с различными заболеваниями
	16неделя	**Безопасное поведение на улице**, дороге (железной дороге). Безопасное поведение во время зимних каникул				
III четверть	Январь	Гигиенические навыки. Мытье рук, стрижка ногтей. Болезни грязных рук	О микробах, вызывающих разные болезни	Как уберечься от заражения глистами		Пищевые отравления, их профилактика. Первая помощь при пищевом отравлении
		Открытие школьных олимпийских игр				
	Февраль	Рост и развитие человека	**Месячник** военно-патриотической и **спортивной работы**			
	Март	Здоровье и болезнь. Гуманное отношение к физическим недостаткам	**Безопасность поведения на дорогах.**		**Безопасность поведения на дорогах. Бытовой и уличный травматизм.**	
IV четверть	Апрель	**7 апреля – День здоровья. Закрытие школьных олимпийских игр**				
		Гигиена полости рта. «Здоровые зубы – здоровью любы»				
	Май	Утренняя зарядка, подвижные игры, их польза для здоровья		Польза подвижных игр		
		Закаливание. Правила купания				
	перед каник.	**Безопасность поведения на дорогах. Безопасное поведение во время летних каникул**				

Год Реал.	Срок (месяц)	1 класс	2 класс	3-4 класс	5-7 классы	8-11 классы
IV 2012-2013	Сентябрь 1-2недели	Правила уличного движения	**Безопасность поведения на дорогах**. Как уберечь себя и других от несчастных случаев. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма.			
I четверть	3 неделя	**Режим дня школьника**			**Здоровье. Здоровье индивидуальное, семейное, общественное. Здоровый образ жизни как фактор не медикаментозной профилактики заболеваний**	
		Режим дня первоклассника Гигиена сна	Режим дня ученика 2 класса. Гигиена сна	Гигиена сна Рост и развитие человека		
		Правильная посадка при письме и чтении. Правильная осанка				Профилактика переутом-ления.Рациональная орга-низация труда и отдыха во время экзаменов (9,11)
	Октябрь 7 неделя	Гигиена тела. Умывание лица, шеи, мытье ног, уход за волосами, носовой платок	**Закаливание**			
			Закаливание.		Значение закаливания для оздоровления организма.	
			Как одеваться в разное время года		Профилактика респираторных заболеваний.	Профилактика респираторн. заболеваний. Физиологичес-кие основы закаливания
II четверть	Ноябрь	Питание – основа жизни	12 ноября – Международный день отказа от курения **Формирование негативного отношения к курению**			
			Пагубное влияние никотина, алкоголя, наркотиков на организм		Пагубное влияние никотина, алкоголя, наркотиков на здоровье человека	
	Декабрь	Гигиенические навыки. Мытье рук, стрижка ногтей. Болезни грязных рук	**Основы безопасности жизнедеятельности**			
			Ребенок дома Как подружиться с электричеством. Огонь дома. Если сорван водопр-оводный кран. Бытовые травмы		Поведение в экстремальных ситуациях. Первая помощь при различных видах травм	
	16неделя	**Безопасное поведение на улице**, дороге (железной дороге). Безопасное поведение во время зимних каникул				
Шчетверть	Январь	Уход за обувью и одеждой	**Месячник** военно-патриотической и **спортивной работы**			
	Февраль	Рост и развитие человека				
	Март	Здоровье и болезнь. Гуманное отношение к физическим недостаткам	**Безопасность поведения на дорогах.**		**Безопасность поведения на дорогах. Бытовой и уличный травматизм.**	
IV четверть	Апрель	Гигиена полости рта. «Здоровые зубы – здоровью любы»	**Предупреждение инфекционных заболеваний**			
			Как справиться с инфекцией.		Инфекционные заболевания. Профилактика туберкулеза	Основные виды инфекционных заболеваний и их профилактика
			Первая медицинская помощь в разных ситуациях			
	Май	Утренняя зарядка				
		Закаливание				
	перед каник.	**Безопасность поведения на дорогах. Безопасное поведение во время летних каникул**				

Год Реал.	Срок (месяц)	1 класс	2 класс	3-4 класс	5-7 классы	8-11 классы
V 2013-2014	Сентябрь 1-2недели	Правила уличного движения	**Безопасность поведения на дорогах**. Как уберечь себя и других от несчастных случаев. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма.			
I четверть	3 неделя	**Режим дня школьника**			**Здоровье. Нормы поведения в коллективе и их значение для охраны физического и психического здоровья**	
		Режим дня первоклассника Гигиена сна	Режим дня ученика 2 класса. Гигиена сна	Гигиена сна Рост и развитие человека	Нормы пове-дения в коллек-тиве и их знач-ение для охраны физического и психического здоровья	Факторы риска и понятие о самоконтроле (8,10)
		Правильная посадка при письме и чтении. Правильная осанка				Профилактика переутом-ления.Рациональная орга-низация труда и отдыха во время экзаменов (9,11)
	Октябрь	Гигиенические навыки. Мытье рук, стрижка ног-тей. Болезни грязных рук	Здоровье и болезнь. Гуманное отношение к физическим недостаткам		**Нравственность и здоровье**	
II четверть	Ноябрь	Питание – основа жизни	Зимние подвижные игры и развлечения на воздухе в зимнее время		**Гигиенические вопросы трудового обучения**	
					Организация труда и профилактика производст-венных травм	Роль физич. труда и трудо-вых навыков в нор-мальном развитии организма.
						Правила техники безопасно-сти на уроках физики, хи-мии, информатики
						Здоровье и выбор профессии
		Открытие школьных зимних олимпийских игр				
	Декабрь	**Личная гигиена**				
		Гигиена тела. Умывание лица, шеи, мытье ног, уход за волосами, носовой платок	Школьник дол-жен быть чис-тым и опрят-ным. Болезни грязных рук	Личная гигиена девочки. Личная гигиена мальчика	Анатомо-физиологические основы женского и мужского организма	
					Правила личной гигиены девочек и мальчиков	Гигиена девушки. Гигиена юноши
	16неделя	**Безопасное поведение на улице**, дороге (железной дороге). Безопасное поведение во время зимних каникул				
III четверть	Январь	Уход за обувью и одеждой	**Месячник** военно-патриотической и **спортивной работы**			
	Февраль	Рост и развитие человека				
			Закрытие школьных зимних олимпийских игр			
	Март	Здоровье и болезнь. Гуманное отношение к физическим недостаткам	**Безопасность поведения на дорогах.**		**Безопасность поведения на дорогах. Бытовой и уличный травматизм.**	
IV четверть	Апрель	По плану прошлого учебного года	**Неделя психологической комфортности**			
	Май		**Учимся общаться друг с другом**		**Я и другие**	
			Безопасное поведение во время летних каникул			