

V. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА

Мета: Становлення в учнів свідомого ставлення до свого здоров'я, як до найвищої соціальної цінності, формування звичок здорового способу життя, засобів збереження та зміцнення фізичного, психічного та соціального здоров'я учнів, розвитку та інтересу до занять фізичною культурою і спортом, самовдосконалення.

№ з/п	Заходи	Термін виконання	Виконавці
1	<p>Виконання та впровадження в роботу інформаційно-освітніх програм:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Цілі сталого розвитку України на період до 2030 року, затверджені Указом Президента України від 30.09.2019р. № 722; ➤ Заходи щодо реалізації Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року, від 21 серпня 2019 р. N 666-р; ➤ Національної доктрини розвитку освіти, затвердженої Указом Президента України від 17.04.2002 № 347; ➤ Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту в Україні, затвердженої Указом Президента України від 28.09.2004 № 1148; ➤ Міжгалузевої комплексної програми «Здоров'я нації», затвердженої постановою КМУ від 10.01.2002 № 14; ➤ Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх і ПТНЗ України, затвердженого наказом МОНУ від 02.08.05 № 458; ➤ Наказу МОНУ від 14.12.2005 № 718 «Про вдосконалення роботи з фізичного виховання в навчальних закладах України»; ➤ Наказу МОНУ та Міністерства охорони здоров'я України № 242\178 від 21.04.2005 «Про посилення роботи щодо профілактики захворюваності дітей в навчальних закладах та формування здорового способу життя учнівської та студентської молоді»; ➤ Національної програми «Діти України» ➤ Цільової комплексної програми «Фізичне виховання – здоров'я нації» ➤ Національної програми патріотичного виховання населення, формування здорового способу життя, розвитку духовності та зміцнення моральних засад суспільства ➤ Наказу МОНУ та комітету фізичного виховання та спорту від 28.07.2016 № 9 ➤ Наказу МОН та МОЗ України від 21.04.2005 № 242/178 «Про посилення роботи щодо профілактики захворюваності в учнів та формування здорового способу життя учнівської молоді» ➤ Методичні рекомендації щодо здорового способу життя 	Протягом року	викладач предмета, викладач предмета «Захист Вітчизни»

	та фізкультурно-спортивної роботи з дітьми та учнівською молоддю у навчальних закладах у 2016/2017 навчальному році, лист МОНУ Державної наукової установи «Інституту модернізації змісту освіти» від 29.07.2016 № 2.1\10-1855		
2	<p>Класним керівникам, практичному психологу при плануванні виховної роботи в групах приділяти особливу увагу заходам із профілактики здорового способу життя:</p> <p>Години спілкування:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ «Моє здоров'я – мій вибір»; ➤ « Вплив паління та алкоголю на організм підлітка»; ➤ « Ми за здоровий спосіб життя – профілактика ВІЛ /СНІДу»; ➤ «Паління – це ворог краси і здоров'я »; ➤ «Наркотичні речовини – чинник загрози для життя та здоров'я людини»; ➤ «Вітамінчики-здоров'я промінчики»; ➤ «Мій план здорового способу життя»; ➤ « Хочу і можу бути здоровим»; ➤ «Здоров'я проти наркотиків»; ➤ «Крок за кроком до здоров'я»; ➤ «Шкідливим звичкам скажем – Ні»; ➤ «Шкідливість куріння електронних цигарок»; ➤ «Здорове харчування. Вітаміни їх вплив на здоров'я»; ➤ «Моє здоров'я... Моє рішення... Мій вибір... Профілактика наркотичних та алкогольних проблем серед здобувачів освіти»; ➤ «Енергетичні напої – окриляють чи вбивають?»; ➤ «ВІЛ/СНІД інфекція, історія виникнення та шляхи передачі»; ➤ «Причини та наслідки вживання наркотиків»; ➤ «Вплив алкоголю на молодий організм»; ➤ «Наркотики чи життя – альтернативи немає»; ➤ «Для здорової людини підкоряються всі вершини». <p>Тренінги: «Щоб здоров'я міцне мати, слід з дитинства про це дбати»; «Обираємо здорову їжу».</p>	Постійно	Кл. керівники, практичний психолог, медична сестра, майстри в/н
3	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Визначення рівня алкоголізації: никотинізації: ➤ Акція «Молодь проти наркоманії та СНІДу»; ➤ Споживання алкоголю підлітками як актуальна проблема системи громадського здоров'я; ➤ Опитування щодо куріння, вживання алкоголю та наркотичних речовин серед підлітків в Україні; ➤ Анкета «Проблема шкідливих звичок»; ➤ Анкета «Мої думки щодо цигарок»; ➤ Опитування «Я проти шкідливих звичок»; ➤ Анкета вивчення стану вживання учнівською молоддю наркотичних речовин, алкоголю, тютюнокуріння; ➤ Тест « Шкідливий вплив на організм наркотиків» <p>Перегляд документальних відео - сюжетів, презентацій:</p>	<p>Вересень Жовтень Листопад</p> <p>Грудень</p> <p>Березень Січень Лютий</p> <p>Березень</p> <p>Квітень</p>	Практичний психолог

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Відеоролик «Що каже молодь про здоровий спосіб життя»; ➤ «Ми - за здоровий спосіб життя»; ➤ «Профілактика СНІДу та пропаганда здорового способу життя»; <p>Перегляд фільмів:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ «Здоров'є – моя цінність»; ➤ Життя на повну силу (як зберегти своє здоров'я, проблема СНІДу); ➤ «Чорно-біле кіно» (правда про наркотики); <p>Перегляд мультфільмів: «Ваше здоров'я», «Корисні поради».</p>	Грудень Лютий Січень Березень Квітень Травень Червень	
4	Обладнання куточку з інформацією стосовно фізичної культури і здоров'я.	Постійно	Бібліотекар
5	Забезпечити медико-педагогічний контроль організації занять з фізичної культури - і здоров'я, своєчасно стежити за результатами медичних оглядів учнів і визначити їх функціональні можливості.	Протягом року	Заступник директора, медична сестра
6	<p>Провести: уроки - зустрічі з лікарями:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ «Шкідливі звички - знак біди»; ➤ «Здоров'я – це цінний скарб, бережіть його!»; ➤ «В майбутнє – здоровими»; ➤ «Шкідливі звички та їх наслідки»; ➤ «Обережно: грип!»; (консультація лікаря-терапевта) ➤ «Ні, наркотикам! Ми за здоровий спосіб життя»; ➤ «Профілактика туберкульозу» ➤ (консультація лікаря фтизіатра по боротьбі з туберкульозом); ➤ «Захисти себе від туберкульозу!»; ➤ Наркоманія - чума XXI століття" (перегляд документальних відео-сюжетів по проблемі наркоманії); ➤ «Бережи зуби з молодю» (поради лікаря стоматолога). 	Протягом року Вересень Жовтень Листопад Грудень Січень Лютий Березень Квітень Травень Червень	Медична сестра, лікар-терапевт, кл. керівники майстри в/н
7	Надавати своєчасно заявку до УОН на путівки для санаторного оздоровлення учнів-сиріт та учнів, позбавлених батьківського піклування.	Травень	Заступник директора з НВхР
8	Проводити моніторинг рівня фізичного здоров'я відповідно до Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх і ПТНЗ України.	Що семестру	Викладач фізичної культури
9	Проводити інформаційну роботу серед батьків щодо виховання здорової дитини.	Протягом року	Кл. керівники, майстри в/н, пр. психолог
10	З метою формування позитивної мотивації на ведення здорового способу життя використовувати рубрики газет: - «Освіта України» з висвітлювання питань профілактичної роботи.	Постійно	Директор, заступник, кл. керівники
11	Пропагувати здоровий спосіб життя через проведення тижнів здоров'я, диспутів, конференцій, круглих столів, вікторин, свят здоров'я, бесід, тематичних лекцій, спортивних змагань, спартакіад, занять у спортивних	Протягом року	Педколектив

	гуртках і секціях, зустрічі з медичними працівниками, інформаційно-розважальних масових заходів, батьківських зборів, випуск інформаційних бюлетенів.		
12	Приймати активну участь у військово-патріотичній грі серед допризовної молоді міста: ➤ «Майбутній воїн» ➤ у міських змаганнях « Сіверські богатирі» ➤ військово-спортивних змаганнях «Салют, Перемого!»	Грудень Лютий Травень	Викладач фізкультури, предмета «Захист Вітчизни»
13	Співпрацювати з Центром соціальних служб у справах сім'ї, дітей з питань охорони здоров'я учнів, формування здорового способу життя, боротьби з негативними звичками.	Протягом року	Викладач фізичної культури, пр. психолог
14	Результати аналізу фізичного розвитку і рівня здоров'я учнів та шляхи його поліпшення обговорювати на педраді.	Червень	Директор
15	Спрямувати роботу на надання допомоги учням щодо усвідомлення ними реального стану свого здоров'я та заходів, спрямованих на його збереження.	Протягом року	Психологічна служба, кл. керівники
16	Залучати до занять фізичною культурою учнів-інвалідів, учнів позбавлених батьківського піклування.	Протягом року	Викладач фізкультури, майстри в/н
17	Визначення фізичної форми учнів за допомогою тесту Руфьє.	Жовтень	Медична сестра
18	Провести навчальні семінари-тренінги з питань: ▪ формування життєвих навичок щодо здорового способу життя ▪ формування цінностей і важливих переконань по відношенню до свого життя і здоров'я оточуючих	Протягом року	Практичний психолог
19	Залучити учнів до занять у спортивній секції з пауорліфтингу.	Листопад	Викладач фізичної культури
20	Здійснювати лікувально-профілактичний контроль за станом, фізичного розвитку та фізичної підготовки учнів.	Протягом року	Медична сестра
21	Святкування дня фізичної культури і спорту	Вересень	Викладач фізичної культури
22	Проводити бесіди з метою пропаганди фізичної культури і здорового способу життя.	Протягом року	Класні керівники
23	Проводити зустрічі з медичними працівниками з питань пропаганди здорового способу життя.	Протягом року	Заступник директора з НВхР
24	Забезпечити необхідним сучасним спортивним інвентарем, тренажерами спортивного залу обладнанням та спортивним обладнанням та провести реконструкцію спортивних майданчиків	Протягом року	Керівництво
25	Надати підтримку в організації та проведенні спортивних змагань, олімпіад, першостей з окремих видів спорту, забезпечити умови для ефективної роботи спортивних гуртків та секції	Протягом року	Директор
26	Активізувати заняття молоді спортом та фізичними вправами, збільшення кількості різноманітних змагань,	Протягом року	Викладач фізичної

	конкурсів, спартакіад		культури
27	Вивчати та аналізувати педагогічний досвід пед. колективів України з проблеми розвитку культури здоров'я учнів.	Протягом року	Заст.директора з НВхР