

Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Ревякинская средняя школа»

Ясногорского района Тульской области

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы:  Истратова Ю.В.



Программа по оздоровлению и укреплению здоровья

«Школа здоровья»

2018 - 2019 учебный год

1. Пояснительная записка

В уставе Всемирной организации здравоохранения здоровью даётся такое определение: здоровье – это состояние человека, которому свойственно не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, душевное и социальное благополучие. По официальным данным, 96% детей в России имеют отклонения в состоянии здоровья. Через школу проходит всё население, и на этом этапе социализации личности формируется индивидуальное здоровье детей и всего общества в целом. Многочисленные исследования последних лет показывают, что около 25 – 30% детей, приходящих в 1-й класс, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья. За период обучения в школе число здоровых детей уменьшается в 4 раза. Появляется близорукость, нервно-психические расстройства, нарушение осанки, остроты зрения. Ухудшение здоровья детей школьного возраста в России стало не только медицинской, но и серьёзной социальной и педагогической проблемой.

На сегодня каждый пятый школьник имеет хроническую патологию, у половины отмечаются функциональные отклонения. Возложение на школу и учителя такой задачи, как забота о здоровье учащихся, определена следующими причинами:

- во-первых, взрослые всегда несут ответственность за то, что происходит с детьми;
- во-вторых, большая часть всех воздействий на здоровье учащихся – желательных и нежелательных - осуществляется именно педагогами;
- в-третьих, современная медицина занимается не здоровьем, а болезнями, то есть не профилактикой, а лечением.

Поэтому школа должна быть не только школой знаний, но и школой здоровья.

В связи с ухудшением состояния здоровья детей охрана и укрепление здоровья детей и подростков является одним из основных направлений в деятельности школы.

Причинами ухудшения состояния здоровья детей являются:

- несоответствие системы обучения детей гигиеническим нормативам;
- перегрузка учебных программ;
- ухудшение экологической обстановки;
- недостаточное или несбалансированное питание;
- стрессовые воздействия;
- распространение нездоровых привычек.

Школа является местом активной деятельности ребенка на протяжении всех лет. Поэтому одной из главных целей педагогического коллектива сегодня становится формирование и развитие здоровьесберегающей образовательной среды, в которой школьник ведет здоровый образ жизни. Здоровьесберегающая среда в школе предоставляет каждому ученику реальную возможность получить полноценное образование, адекватное его способностям, возможностям, склонностям, потребностям и интересам.

Программа направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование учащихся. В реализации программы «Школа здоровья» задействованы службы

школы: администрация, педагоги, преподаватель «Основ безопасности жизнедеятельности» и технический персонал.

Концептуальное обоснование программы:

- Эффективность мер по укреплению здоровья детей имеет исключительное значение для школы. Это обусловлено гармоничностью связей между здоровьем и обучением, где происходит качественный подъем в сторону эффективности учебного процесса. Здоровье учащихся неразрывно связано с обучением. Школа должна создать условия для сохранения и укрепления здоровья учащихся.
- Программа «Школа здоровья» призвана содействовать утверждению в жизни детей идеи оздоровления, способствовать созданию благоприятных условий для раскрытия интеллектуального и духовного потенциала. Она ориентирована на пропаганду здорового образа жизни и достижение надежного уровня безопасности в школе.

2. Цель:

Формирование здоровьесозидающей среды и здорового образа жизни ребенка, сохранение и укрепление здоровья учащихся и учителей; воспитание у них внутренней потребности вести здоровый образ жизни.

3. Задачи программы:

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
3. Популяризировать преимущества здорового образа жизни, расширять кругозор школьников в области физической культуры и спорта.
4. Организовать систему профилактических работ по предупреждению детского травматизма, в том числе – дорожно-транспортного, предотвращению роста заболеваемости учащихся школы.
5. Способствовать просвещению родителей в вопросах сохранения здоровья детей.
6. Вести поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы.

Принципы программы:

Принцип гарантий: реализация конституционных прав детей и подростков на получение образования и медицинского обслуживания.

Принцип участия: привлечение детей и подростков к здоровому образу жизни.

Принцип педагогической поддержки: вовлечение учителей в широкое движение по созданию здоровой педагогической среды.

Участники программы:

учащиеся

педагогический коллектив

родители

социальные партнеры (ГУЗ «Ясногорская районная больница»)

Функции различных категорий участников программы

категория	функции
медицинская служба (ГУЗ «Ясногорская районная больница»)	проведение диспансеризации учащихся школы; медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья; выявление учащихся специальной медицинской группы.
администрация	общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль; общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе; организация преподавания вопросов валеологии на уроках биологии и ОБЖ в классах среднего и старшего звена; организация и контроль уроков физкультуры; обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций; разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль; организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль; организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей; организация работы психологической службы в школе.

Классный руководитель	санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе; организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся; организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах; организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения; организация и проведение профилактической работы с родителями; организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДНиЗП, медработниками, наркологами; организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения; организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся; организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.
-----------------------	---

4. Основные направления реализации

Направления Программы	Краткое содержание
-----------------------	--------------------

1. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса	обновление и пополнение нормативно-правовой базы школы; обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических норм при организации образовательного процесса, норм по охране труда и технике безопасности; нормализация учебной нагрузки, создание комфортных условий на уроках, выявление трудностей, их анализ и поиск путей преодоления; организация рациональной системы питания учащихся; обеспечение оптимального режима двигательной активности учащихся; разработка комплекса мероприятий по выявлению уровня физического и психологического здоровья обучающихся; создание банка данных по заболеваемости обучающихся; анализ самочувствия школьников; формирование и организация коррекционных групп с заболеваниями опорно-двигательного аппарата и зрительного анализатора; анализ эффективности профилактических и оздоровительных мероприятий.
2. Инструктивно-методическая работа с обучающимися, их родителями и учителями	изучение опыта работы по применению здоровьесберегающих технологий организация родительского всеобуча; проведение инструктажей по технике безопасности, охране труда, противопожарной безопасности.
3. Учебно-воспитательная работа	внедрение элективных валеологических курсов; использование на уроках и во внеурочной деятельности здоровьесберегающих технологий; разработка валеологической тематики классных часов, лекций, семинаров, викторин и тд; организация работы спортивных секций; организация работы кружков валеологической
	направленности.

4. Создание здорового воспитательного пространства	осуществление комплексной психолого-педагогической диагностики развития детей для определения причин возникновения проблем в обучении, общении, поведении; диагностика психологического климата в классном коллективе; профилактика социально-психологической дезадаптации; оказание индивидуальной педагогической, психологической и социальной помощи детям «группы риска» и их родителям; социальный патронаж неблагополучных семей; организация и проведение мероприятий по профилактике курения, алкоголизма, наркомании.
5. Оздоровительно-профилактическая работа	профилактика и коррекция здоровья; разработка комплексов упражнений лечебной гимнастики для разных групп обучающихся по показаниям врача; проведение в школе праздников и вечеров здоровья; проведение дней здоровья; проведение спортивно-массовых мероприятий; профилактические мероприятия в период каникул; разработка проектов, способствующих формированию потребности следить за своим здоровьем.

5. Планируемые мероприятия по реализации программы

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование мероприятий</i>	<i>Сроки исполнения</i>	<i>Ответственные</i>
Совершенствование работы по обеспечению здоровьесформирующей направленности учебно-воспитательного процесса			
1.	Работа по внедрению здоровьесозидающих технологий в образовательный процесс	постоянно	Учителя-предметники
2.	Организация работы на уроках физической культуры с детьми, имеющими специальные медицинские группы	постоянно	Учитель физической культуры
3.	Проведение физкультминуток для увеличения двигательной активности обучающихся на уроках в 1-11 классах.	Постоянно	Учителя – предметники

4.	Мероприятия по формированию здоровьесозидающей образовательной среды школы: конкурсы рисунков, плакатов, Дни здоровья	По отдельному плану	Классные руководители
----	---	---------------------	-----------------------

5.	Организация и проведение мероприятий по вопросам здоровьесберегающей деятельности в школе в условиях перехода на новые образовательные стандарты	Постоянно	преподаватель ОБЖ
6.	Использование в школе инновационных технологий в работе с обучающимися по формированию ЗОЖ	Постоянно	преподаватель ОБЖ, кл. руководители
7.	Оптимизация просветительско-воспитательной работы с обучающимися, направленной на формирование ценности здоровья и здоровый образ жизни: Лекции специалистов, Лекции фельдшера, Мониторинг по здоровью учащихся; Классные часы, Просвещение родителей.	Постоянно	преподаватель ОБЖ, Классные руководители

Медицинское сопровождение образовательного процесса

1.	Организация и проведение регулярных медицинских осмотров и диспансеризация учащихся	В соответствии с графиком	Медицинские работники
2.	Мониторинг физического здоровья	постоянно	Медицинские работники
3.	Мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению школьников, родителей, учителей	По отдельному плану	Медицинские работники
4.	Проведение профилактических мероприятий, направленных на предупреждение педикулеза	В течение года	Медицинские работники

5.	Проведение профилактических мероприятий, направленных на предупреждение сезонных заболеваний (ОРВИ, грипп)	Декабрь-март	Медицинские работники
6.	Работа по совершенствованию взаимодействия с медицинскими службами по обеспечению медицинского обслуживания учащихся	В течение года	Медицинские работники совместно с поликлиникой
Организация физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности школы			

1	Проведение физкультминуток на уроках	С 1 сентября	педагоги
2.	Расширение сети кружков и секций физкультурно-спортивной направленности в рамках дополнительного образования	В течение года	Зам. директора
3.	Проведение оздоровительных мероприятий в период летней оздоровительной компании	Июнь	Начальник школьного лагеря
4.	Проведение школьных мероприятий и участие в муниципальных мероприятиях, акциях, направленных на формирование ЗОЖ	По отдельному плану	Организатор-преподаватель ОБЖ
5.	Организация школьных дней здоровья	По отдельному плану	Администрация
6.	Развитие материально-технической базы школы в части приобретения спортивного оборудования и инвентаря	постоянно	директор
Организация работы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья			
1.	Организация работы в школе с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья	В течение года	Администрация

2.	Организация и участие в проведении мероприятий ко Дню инвалидов	Ноябрь - декабрь	Зам. директора, кл. руководители
3.	Мероприятия по созданию условий для беспрепятственного доступа к школе инвалидов и других маломобильных групп	По мере финансирования	Администрация
Реализация мер по выполнению целевых программ			
1.	Реализация мер по противодействию употреблению наркотических и психотропных веществ	В течение года	Классные руководители
2.	Реализация мер по противодействию потреблению алкогольной и табачной продукции	В течение года	Классные руководители
4.	Реализация мероприятий районных программ по здоровому образу жизни	В течение года	Зам. директора, кл. руководители

Работа с педагогическими работниками по повышению квалификации в области здоровосбережения			
1.	Участие в тематических краткосрочных курсах по профилактике ЗОЖ	В течение года	Администрация
2.	Участие педагогов школы в действующих семинарах по ЗОЖ	В течение года	Администрация
Сотрудничество с родителями, социумом.			
1.	Проведение информационно-разъяснительной работы с родителями по формированию здорового образа жизни с привлечением специалистов учреждений здравоохранения.	В течение года	Классные руководители
2.	Сотрудничество с учреждениями медицинской и социальной сферы	В течение года	Администрация, классные руководители

3.	Организация экскурсий на природу совместно с родителями.	В течение года	Классные руководители
----	--	----------------	-----------------------

Информационно-методическое сопровождение по сохранению и укреплению здоровья школьников

1.	Создание на школьном сайте тематической страницы ЗОЖ	В течение года	Директор
2.	Публикации в СМИ о проведении мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья школьников.	В течение года	Администрация

Организация работы по совершенствованию питания обучающихся

1.	Мониторинг школьного питания	В течение года	Завхоз, бракеражная комиссия
2.	Подготовка и проведение мероприятий для обучающихся и родителей по вопросам здорового питания	В течение года	Администрация, кл. руководители
3.	Организация витаминизации питания учащихся	Круглогодично	Директор, ответственный за питание

4.	Введение в рацион питания йодосодержащих препаратов	Круглогодично	ответственный за питание
5.	Организация питания детей с учетом всех возможных форм финансирования (родительской платы, бесплатного питания)	Постоянно	Директор, кл. руководители
6.	Проведение совещаний по вопросам организации и развития школьного питания.	1 раз в четверть	Директор
7.	Осуществление ежедневного контроля за работой школьной столовой, проведение целевых тематических проверок	В течение года	Администрация. Бракеражная комиссия

8.	Улучшение материально – технической базы столовой (приобретение и ремонт инвентаря, оборудования).	Ежегодно	Директор
9.	Проведение работы по воспитанию культуры питания, пропаганде ЗОЖ среди учащихся и родителей через: систему классных часов и родительских собраний «Режим дня и его значение», «Культура приема пищи», «Хлеб – всему голова», «Острые кишечные заболевания и их профилактика» и др.; - игры, конкурсы, беседы,	Постоянно	Кл. руководители,
10.	Анкетирование учащихся и родителей по вопросам школьного питания.	Ежегодно	Кл. рук-ли, комиссия по питанию
Организация летнего отдыха детей и подростков.			
1.	Организация лагеря дневного пребывания при школе	июнь	Начальник лагеря, заместитель директора
2.	Организация полноценного питания	Июнь ежегодно	Директор
3.	Охват летним отдыхом детей различных	Июнь	Кл.

	категорий		руководители, зам. директора
4.	Организация работы кабинета психолога в пришкольном лагере	Весь период	Психолог
Совершенствование психолого-педагогического и медико-социального сопровождения обучающихся			
1.	Работа психолога	В течение года	Зам. директора

6. Ожидаемые результаты

1. Улучшение физического и эмоционально-психологического состояния всех участников образовательного процесса
2. Овладение учащимися школы знаниями о здоровом образе жизни и осознание ответственности за свое здоровье, прямой связи между своим поведением и здоровьем.
3. Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья детей.
4. Уменьшение количества детей, употребляющих табак, алкоголь, наркотики.
5. Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
6. Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
7. Повышение уровня воспитанности, навыков общения и культуры поведения.
8. Улучшение социально-психологической ситуации в школе.
9. Построение образовательного процесса через поиск здоровьесберегающих технологий и повышение педагогической культуры.
10. Расширение сети спортивных секций и видов физкультурно - оздоровительной работы.
11. Формирование здоровьесберегающей среды в образовательной организации.
12. Повышение компетентности педагогического коллектива в области создания здоровьесберегающей среды.
13. Формирование у педагогов готовности к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья обучающихся.

7. Оценка эффективности и контроль за реализацией программы

Основные результаты реализации Программы оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление:

динамики сезонных заболеваний;

динамики школьного травматизма;

- утомляемости учащихся и т.п.

Инструментарий проведения контроля

- мониторинг результативности выполнения программы;
- степень участия учащихся ОУ в акциях по пропаганде ЗОЖ - анализ статистических показателей и мониторинговых исследований - опросы учащихся, родителей, педагогов.
- общественная оценка качества работы школы— анкетирование всех участников образовательного процесса;
- общественная оценка педагогического совета качества работы школы.