

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 41 от
«03» 04 2012г



Директор

 О.Е.Иванова

**Комплексная программа по
здоровьесбережению
«Наш путь к здоровью»
на 2011-2015 учебный год.**

Актуальность программы

Настоящая программа составлена на основе Федеральной целевой программы развития образования на 2011 – 2015 годы, президентской национальной инициативы «Наша новая школа».

В рамках Федерального государственного образовательного стандарта общего образования сказано: «Единственный и абсолютный в своём значении предмет общего среднего образования – становящийся человек и гражданин, **его здоровье**, его человеческие и гражданские качества». Здоровье ребёнка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живёт. Для ребёнка от 7 до 16, 17 лет этой средой является школа, так как более 70% времени его бодрствования связано со школой. Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Поэтому следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

По данным медицинского обследования детей нашей школы за прошлый учебный год выявлено больных детей 225 человек, что составило 30 % от общего числа учащихся. Больше всего зафиксировано заболеваний, связанных с нарушениями осанки, плоскостопии, нервно-психическими отклонениями, нарушением осанки, задержки роста. Главной причиной пропусков учебных занятий также являются проблемы со здоровьем учащихся. Чаще всего ученики пропускают занятия из-за респираторных заболеваний. Очевидна целесообразность более глубокого и детального рассмотрения педагогическим коллективом вопроса о влиянии учебно-воспитательного процесса на здоровье школьников.

Проблема организации помощи ребёнку в сохранении, укреплении и формировании здоровья весьма актуальна. Решить проблему здоровья в рамках учебно-воспитательного процесса может созданная комплексная программа «Наш путь к здоровью».

Особенность нашей программы – это совмещение важнейших сфер деятельности человека: «знать», «хотеть» и «уметь». Она охватывает всю имеющуюся у человека систему образов, объектов и явлений, относящихся к сфере здоровья и здорового образа жизни.

Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и учителей. Охрана здоровья учителя является важным

фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

Цель программы: Предоставление возможностей школы для формирования психически здорового, физически развитого и социально-адаптированного человека.

Задачи программы:

- создание в школе организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- усиление контроля за медицинским обслуживанием участников образовательного процесса;
- создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- развитие организационного, программного и материально-технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

Функции различных категорий работников школы

1. Функции медицинской службы школы:

- проведение диспансеризации обучающихся школы;
- медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы;
- контроль за качеством питания;
- профилактическая работа с обучающимися и их родителями.

2. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания обучающихся 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 обучающихся 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.

3.Функции классного руководителя:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний обучающихся;
- 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 профилактических работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, 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 обучающихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний обучающимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Участники программы:

- обучающиеся школы;
- педагогическое сообщество ;
- родители;
- МУЗ Кинель- Черкасская ЦРБ, отдел полиции № 41 межмуниципального отдела МВД России «Отраденский.

Полнота состава действий, необходимых для достижения поставленной цели – формирования, сохранения и укрепления здоровья обучающихся, согласованность в действиях специалистов разных профессий, соответствие между желаемым и возможным определяют целостность программы, ее реалистичность и рациональность.

Цель и планируемые действия по таким приоритетным направлениям, как учебно-воспитательная, спортивно-оздоровительная, научно-методическая, информационно-просветительская, коррекционная соответствует не только сегодняшним, но и будущим требованиям, предъявляемым к образовательному учреждению и условиям его деятельности, что и определяет прогностичность данной программы.

Здоровьесберегающая инфраструктура школы

I. Организация учебного процесса.

(организационно-педагогические технологии (ОПТ))

- 1.1 Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (домашние задания) обучающихся на всех этапах обучения;
- 1.2 Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся.
- 1.3 Введение инноваций в учебном процессе только под контролем специалистов.
- 1.4 Строгое соблюдение всех требований к использованию средств обучения (специального оборудования и инвентаря) в соответствии с требованиями техники безопасности.
- 1.5 Рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера.
- 1.6 Индивидуализация обучения физической культуре (учет индивидуальных особенностей развития, спецмедгруппа).

2. Внедрение обучающих программ

(учебно-воспитательные технологии (УВТ))

2.1 Включение в систему работы программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

3. Просветительно-воспитательная работа с учащимися,

(учебно-воспитательные технологии (УВТ))

3.1 Проведение лекций, бесед, консультаций по проблемам сохранения здоровья, профилактики вредных привычек.

3.2 Организация и проведение конкурсов, праздников, дней здоровья.

3.3 Пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем оздоровительным вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.

4. Организация системы просветительской и методической работы с педагогическими работниками, специалистами, родителями

(учебно-воспитательные технологии (УВТ))

4.1 Повышение квалификации работников лицея и уровня знаний родителей по проблемам охраны и укрепления здоровья обучающихся.

4.2 Проведение лекций, семинаров, консультаций, курсов по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье.

4.3 Приобретение необходимой научно-методической литературы.

4.4 Привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек.

4.5 Совместное (учителя, медицинские работники, психологи, родители, обучающиеся) обсуждение и решение проблем сохранения и укрепления здоровья в школе с учетом реальных возможностей и потребностей. Выбор приоритетных направлений деятельности.

5. Внедрение оздоровительных процедур в организацию учебного процесса

(физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ)).

- 5.1 Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках, ЛФК, секциях).
- 5.2 Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья обучающихся.
- 5.3 Витаминизация питания.
- 5.4 Систематические мероприятия по коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата (уплощение свода стопы, плоскостопие, нарушение осанки), зрения.
- 5.5 Консультации логопеда, психолога, стоматолога.

6. Использование лечебных и оздоровительных процедур

(лечебно-оздоровительные технологии (ЛОТ))

- 6.1 Использование рекомендательных и утвержденных методов профилактики заболеваний, не требующих постоянного наблюдения врача (витаминизация, фитотерапия, профилактика нарушений осанки, зрения).
- 6.2 Регулярный анализ и обсуждение на педагогических советах данных о состоянии здоровья школьников, доступность сведений для каждого педагога.
- 6.3. Организация работы с документацией (внесение данных углубленного диспансерного обследования учащихся в медицинские карты, листы здоровья в классных журналах).
- 6.4 Регулярное проведение анализа результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья и их обсуждение с педагогами и родителями.
- 6.5 Ведение карты здоровья класса, что позволяет наглядно увидеть рост заболеваемости, проанализировать причины и своевременно принять необходимые меры.
- 6.6 Создание системы, комплексной педагогической, психологической и социальной помощи детям со школьными проблемами.
- 6.7 Привлечение медицинских работников к реализации всех компонентов работы по сохранению и укреплению здоровья школьников, просвещению педагогов и родителей.

7. Организация и обеспечение физкультурно-оздоровительной работы

- 7.1 Комплексная работа по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

7.2 Организация часа активных движений (динамическая пауза) между 3-4 уроком.

7.3 Организация физкультурных пауз на уроках.

7.4 Создание условий и организация спортивных секций в лицее.

7.5 Регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дни здоровья, дни спорта, соревнования, турпоходы).

7.6 Обязательное участие сборной команды школы во всех спортивных соревнованиях и турнирах разных уровней.

Правильно организованная физкультурно-оздоровительная работа может стать основой рациональной организации двигательного режима школьников, способствует нормальному физическому развитию и двигательной подготовленности учащихся всех возрастов. Позволит повысить адаптивные возможности организма, а значит, станет средством сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

Прогнозируемый результат:

Человек, здоровый физически, психически, нравственно, с развитым мышлением, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни.

Модель здоровья обучающегося

- **Здоровье физическое:**

Совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде.

- **Здоровье социальное:**

Моральное самообеспечение, адекватная оценка своего «я», самоопределение.

- **Здоровье психическое:**

Высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к действию.

Главное условие для успешного решения оздоровительной программы - воспитание соответствующей культуры у педагога и ученика:

- культуры физической (управление движением);
- культуры физиологической (управление процессами в теле);

- культуры психологической (управление своими ощущениями, внутренним состоянием);
- культуры интеллектуальной (управление мыслительным процессом и размышлениями).

Работа с обучающимися

- Привитие обучающихся чувства ответственности за свое здоровье.
- Обучение обучающихся здоровому образу жизни.
- Обучение обучающихся личной гигиене.
- Беседы, семинары, конференции обучающего характера.
- Выпуск школьной газеты о здоровье.
- Вовлечение детей в спортивные секции.
- Привитие школьникам чувства этики, эстетики.

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.
- Консультации врачей родительского комитета по итогам мониторинга здоровья детей.
- Психологическое просвещение родителей, помощь в создании экологической и психологической среды в семье.
- Включение родителей в воспитательный процесс жизнедеятельности школы.

Работа с педагогами

- Просветительская работа по направлениям работы программы здоровьесберегающих технологий.
- Консультации учителей по результатам мониторинга здоровья и последующих рекомендаций. Постановка новых целей и задач по развитию обучающихся в социальном, психическом, физическом аспектах.
- Консультации учителей по сохранению собственного здоровья.
- Информирование педколлектива о состоянии и профилактике заболеваемости, об адаптационных изменениях психики при повышенной умственной нагрузке, о последствиях психической травматизации школьников в процессе обучения.

Поэтапность реализации программы:

1 этап (подготовительный)-2010-2011уч г.

- Изучение и анализ ситуации в области здоровья в школе.
- Подготовка кадров (повышение квалификации).
- Создание материально-технической базы, системы учебно-воспитательного процесса в школе.
- Создание благоприятного психологического климата в коллективе.

2 этап (основной)-2011-2013 уч г.

- Разработка и внедрение подпрограммы диагностического комплекса.
- Разработка и внедрение программы в области здоровья.
- Разработка и внедрение подпрограммы по спортивно-оздоровительной работе в школе.

3 этап (заключительный)- 2013-2015 уч г.

- Организация мониторинга эффективности реализации программы.
- Коррекция основных направлений и подпрограмм.
- Разработка перспективных направлений развития программы.
- Создание системы физкультурно-оздоровительной, психолого-педагогической деятельности в школе.

План реализации программы “Наш путь к здоровью”

в 2011-2015 учебном году

№	Мероприятия	Срок	Ответственные
----------	--------------------	-------------	----------------------

<u>1. Исследование и комплексная оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья учащихся. Медицинская диагностика.</u>			
1	Оформление листков здоровья в классных журналах. Комплектации на их основе физкультурных групп.	Сентябрь	Классные руководители, учителя физической культуры
2	Создание «Паспорта здоровья»	Сентябрь-октябрь	Социальный педагог
3	Профосмотры детей в условиях школы	По графику	Врачи Кинель-Черкасской ЦРБ
4	Анализ случаев травматизма в школе	В течение года	Специалист по технике безопасности
5	Анализ посещаемости и пропусков по болезни	В течение года	Социальный педагог
<u>2. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в школьном учреждении</u>			
1	Эстетическое оформление класса и школы, озеленение классов и рекреаций	В течение года	Зам дир. по ВР
2	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	В течение года	Зам. дир. по УВР
3	Контроль за качеством питания и питьевым режимом	Ежедневно	Медсестра
4	Диагностика загруженности учащихся домашними заданиями	В течение года	Зам. дир. по УВР
5	Организация активного отдыха на переменах	Постоянно	Классные руководители, старшая вожатая
6	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: - проветривание; - освещение;	Ежедневно 1 раз в неделю	Зам дир. по ВР, зам.дир по АХЧ

7	- отопление; - вентиляция; - уборка.	2 раза в год 2 раза в год Ежедневно	
<u>3. Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний</u>			
1	Профилактическая работа во время эпидемий	В течение года	Медсестра
2	Прививки детям согласно приказам Минздрава	В течение года	Медсестра
3	Профилактическая работа через беседы, уголок здоровья, санбюллетни, полезные советы	В течение года	Медсестра
<u>4. Физкультурно-оздоровительная работа</u>			
1	Подвижные перемены с использованием возможностей спортивного зала и рекреаций	В течение года	Классные руководители, старшая вожатая
2	Профилактика нарушений осанки на уроках физической культуры	В течение года	Учителя физической культуры
3	Организация школьных соревнований и участие школьников в районных и областных соревнованиях.	В течение года	Учителя физической культуры, классные руководители
4	Организация дней здоровья, прогулок, поездок, экскурсий	В течение года	Зам дир. по ВР
5	Работа детских объединений дополнительного образования	В течение года	Учителя физической культуры
6	Физкультминутки	Постоянно	Учителя – предметники, классные руководители
<u>5. Профилактика травматизма</u>			

1	Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках курса ОБЖ	В течение года	Преподаватель – организатор ОБЖ
2	Занятия по правилам дорожного движения (выступление сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, конкурсы рисунков, плакатов)	В течение года	Зам дир по ВР, классные руководители
3	Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности	В течение года	Директор школы, классные руководители
4	Статистика и анализ случаев травматизма в школе	В течение года	Специалист по технике безопасности
<u>6. Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек</u>			
1	Тематические уроки в рамках курса ОБЖ	В течение года	Преподаватель – организатор ОБЖ
2	Тематические классные часы по плану	В течение года	Классные руководители
3	Тематические родительские собрания	В течение года	Зам дир по ВР, классные руководители
4	Внеклассные мероприятия (конкурсы, викторины, часы общения и др.)	В течение года	Зам дир по ВР
	<u>Внедрение оздоровительных процедур в организацию учебного процесса</u>		
1	Полноценная и эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (на уроках, ЛФК, секциях).	В течение года	Зам дир по ВР, классные руководители
2	Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья учащихся.	В течение года	Медсестра, классные руководители
3	Витаминация питания	В течение года	Зам дир по ВРЮ повар

4	Систематические мероприятия по коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата (уплощение свода стопы, плоскостопие, нарушение осанки), зрения.	В течение года	Зам дир по ВР, классные руководители
5	Консультации логопеда, психолога, стоматолога.	В течение года	
	<u>Внедрение обучающих программ</u>		
1	Внедрение целевой комплексной программы «Разговор о правильном питании»	2011 -2012 уч год	Классные руководители
2	Внедрение программы для уч-ся нач. школы «Все цвета, кроме черного»	2012 уч год	Классные руководители