

Утверждаю

Директор

А.С.Ромашкин



Программа здоровьесбережения

**МБОУ «ОЦ «Краснослободская СОШ №1»
Краснослободского муниципального района
Республики Мордовия
на 2019-2022 учебные годы**

**«Здоровьесберегающая среда
образовательного учреждения»**

Информационная карта

1.	Полное название программы	«Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»
2.	Цель программы	Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни.
3.	Направление деятельности.	Учебно-развивающее
4.	Авторы программы	Заместитель директора по ВР, инновационная группа учителей-предметников, психологическая служба МБОУ «ОЦ «Краснослободская СОШ №1»
5.	Муниципальное образовательное учреждение, представившее программу	МБОУ «ОЦ «Краснослободская СОШ №1» Краснослободского муниципального района Республики Мордовия
6.	Адрес, телефон	431260, Республика Мордовия, Краснослободский район, г. Краснослободск, площадь Советская, д. 32
7.	Место реализации	МБОУ «ОЦ «Краснослободская СОШ №1»
8.	Количество учащихся	543 человека
9.	Возраст учащихся	от 6 до 17 лет
10.	Сроки проведения.	2019-2024 г.

Нормативно-правовые основания для разработки программы

Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90.

"Конституция Российской Федерации" (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ, от 05.02.2014 № 2-ФКЗ, от 21.07.2014 № 11-ФКЗ)

Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 № 751 "О национальной доктрине образования в Российской Федерации"

Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ

Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования второго поколения (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897)

Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ (ред. от 28.11.2015) "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации"

Федеральный закон от 30.03.1995 № 38-ФЗ (ред. от 23.05.2016) "О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)"

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;

СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ» (с изменениями от 23 июля, 26 декабря 2008 г.)

Разработчики программы

Заместитель директора по ВР, инновационная группа учителей-предметников, психологическая служба МБОУ «ОЦ «Краснослободская СОШ №1»

Цель программы

Создание в школе организационно - педагогических, материально-технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья 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; формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

Разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

Формирование представления об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды.

Задачи программы

четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике;
планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся;

развитие психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физического состояния учащихся;
привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся.

Участники программы

Учащиеся
Педагоги
Родители
Социальные партнеры

Сроки

Сентябрь 2019 г.- июнь 2022 г.

Ожидаемые результаты

повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;
организация систематического контроля состояния здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.
повышение приоритета здорового образа жизни;
создание компьютерного банка данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования, который будет использоваться для совершенствования модели медико-психолого-педагогического сопровождения учащихся;
повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения;
повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков;
апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам;
разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровье сбережения;
включение в план работы школы регулярное проведение недель здоровья (1 раз в четверть);
организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.

Диагностика эффективности программы.

Мониторинг состояния здоровья учащихся

Система управления и контроля реализации программы

Контроль реализации мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет педагогический совет школы, инновационная группа учителей-предметников, психологическая служба.

Формы контроля

Результативность работы рассматривается 2 раза в год на МО классных руководителей

Пояснительная записка

Предлагаемая модель здоровьесберегающей деятельности МБОУ «ОЦ «Краснослободская СОШ №1» является последовательной системой реализации комплексной программы сохранения и укрепления здоровья школьников. Реализация школы здоровьесберегающего проекта при воплощении данной модели в образовательном пространстве обеспечит переход образовательного учреждения к статусу «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»

Предлагаемая программа «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения» может быть охарактеризована как интегральная модель, поскольку включает в себя все наиболее распространенные в настоящее время виды здоровьесберегающей деятельности школы, применяемые в системе образования. Система мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения МБОУ «ОЦ «Краснослободская СОШ №1» отвечает статье 41 «Охрана здоровья учащихся» Федерального закона № 273-ФЗ от 29.12.2012 года «Об образовании в Российской Федерации»

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. 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.

При организации работы, ориентированной на формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, в настоящее время используется комплексный подход. Тематика здоровья, так или иначе, пронизывает весь образовательный подход. Темы здоровья достаточно легко интегрируются в уроки биологии, химии, географии, обществознания, математики, иностранного языка. Накоплен большой методический материал проведения уроков здоровья или минуток здоровья по всем предметам.

Уроки физической культуры по сравнению с другими уроками предоставляют дополнительные возможности для формирования здорового образа жизни. Помимо двигательных способностей у подростков развиваются волевые качества личности, произвольная регуляция поведения, формируются нравственные качества.

Большой потенциал заложен в таких мероприятиях, как дни здоровья. Общение учащихся с педагогами в неформальной атмосфере способствует возникновению доверительных отношений. Дни здоровья стимулируют интерес детей и побуждают их к активному участию в деятельности.

Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья учащихся 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.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел «Календарный план реализации программы» обновляется каждый учебный год.

Программа по здоровьесбережению учащихся призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка, направленные на защиту здоровья и получение полноценного образования.

Программа является подтверждением особого статуса детства как периода, не зависящего от социальных, политических, национальных, конфессиональных и других отличий.

Программа находится в числе приоритетных направлений деятельности органов власти, служит основой сотрудничества образования и здравоохранения, общественности, школы и родителей.

Основной стратегической целью программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения» МБОУ «ОЦ «Краснослободская СОШ №1» на 2019- 2020 годы является содействие всем участникам образовательного процесса по созданию условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и приобретение знаний, умений, навыков, необходимых для формирования устойчивой мотивации к сохранению, укреплению здоровья и к здоровому образу жизни.

Для достижения стратегической цели должны быть решены следующие задачи:

- совершенствование системы физкультурно-оздоровительной работы;
- организация методической поддержки педагогам в реализации цели программы;
- разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствования - здоровье сберегающих инновационных технологий обучения и воспитания, адекватных возможностям детей;
- обеспечение формирования у учащихся мотивации к стремлению заботиться о своем здоровье и умению вести ЗОЖ;
- у педагогов - мотивации к валеологизации учебно-воспитательного процесса, освоению валеологических технологий в учебном процессе, к деятельности по сохранению собственного здоровья;
- у родителей - мотивации совместной деятельности по вопросам формирования ЗОЖ детей через систему просветительской работы;
- установление эффективных путей взаимодействия с родителями, различными специалистами в области здоровье обеспечения;
- мониторинг отслеживания состояния здоровья детей.

Функции различных категорий работников школы

Функции администрации:

общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
организация работы классных руководителей по программе здоровье сбережения и ее контроль;
организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
организация работы социально-психологической службы в школе.

Функции классного руководителя:

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 профилактических работ с родителями;
организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД;
организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровье сбережения;
организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Сроки и этапы реализации программы:

1 этап (2019 – 2020 гг.) определение концептуальной линии развития ОУ (1 год):

анализ уровня заболеваемости (включая диагностику аппаратно-программным комплексом для предварительной доврачебной оценки и раннего выявления отклонений в состоянии здоровья школьников АРМИС), динамики формирования отношения к вредным привычкам;
изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;

разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

Основные усилия и средства будут направлены на формирование нормативных, организационных и иных условий, обеспечивающих вопросы реализации программы «Здоровье», реализацию мероприятий, направленных на выполнение задач, предусмотренных Программой, и достижение прогнозируемых объемов индикативных показателей.

2 этап (2020 – 2021гг.) формирование научно-методической базы ОУ здоровье сберегающего типа (1 год):

совершенствование материально-технической базы ОУ;
разработка научно-методических положений программы здоровье сберегающего образования;
подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;
программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся
внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;

систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
выполнение оздоровительных мероприятий.

Предполагается реализация мероприятий, направленных на достижение результатов деятельности по индикативным показателям: выполнение исследовательских работ учащихся, организация мониторинга уровня физической подготовленности через тестирование, работа над созданием программы психолого-педагогического сопровождения учащихся на разных ступенях образования, повышение квалификации педагогов через систему методических мероприятий (семинары, лекции, тренинги и др.).

3 этап (январь 2021 – май 2022гг.) разработка программ деятельности здоровье сберегающего образовательного учреждения (1 год):

внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в ОУ;
разработка методов диагностики уровня здоровья на базе медицинского кабинета школы;
разработка программы обучения педагогов технологиям здоровье сбережения и индивидуализации обучения;

обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных здоровье сберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на уроках.

сбор и анализ результатов выполнения программы;
коррекции деятельности.

На третьем этапе будет организована работа для проведения развёрнутого структурного анализа деятельности по всем направлениям программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения», проведена родительская конференция «Об итогах реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения» в МБОУ «ОЦ «Краснослободская СОШ №1», подведены итоги деятельности по реализации программных мероприятий, проведен мониторинг динамики деятельности учреждения на основе индикативных показателей, анализ результативности.

Основные направления деятельности программы

I. Организационное: в нём представлены главные общешкольные мероприятия с участие всех членов координационного совета.

Задача: Обеспечить в комплексе реализацию программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»

II. Диагностика здоровья: в нём отражена система действий для создания «паспорта здоровья класса».

Задача: Создание паспорта «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения».

III. Физкультурно-оздоровительное: раскрывает основные направления деятельности содействующей укреплению здоровья, всестороннему развитию личности на основе овладения личной физической культурой.

Задача: Содействовать укреплению здоровья, всестороннему развитию личности на основе овладения личной физической культурой.

IV. Медицинское сопровождение: представлены мероприятия направленные на профилактику, диагностику и сохранения физического здоровья учащихся.

Задача: профилактика и снижение уровня заболеваемости учащихся.

V. Социальное (система просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса): освещает просветительскую деятельность с родителями учащихся и классными руководителями.

Задача: создать систему непрерывного образования классных руководителей и родителей учащихся по программе «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»

VI. Психолого-педагогическое сопровождение: в нём освещены мероприятия направленные на организацию психологического сопровождения учащихся.

Задачи:

- создать условия для психологической поддержки учащихся;
- помочь ребенку в решении личностных проблем возрастного развития;
- выявить учащихся с трудностями в развитии;
- обеспечить психолого-педагогическое сопровождение учащихся с трудностями в развитии.

Реализация основных направлений программы:

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
3. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
4. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
5. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
6. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
7. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
8. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.

Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в школе:

Блок профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья учащихся предполагает:

ведение листка здоровья классов, что позволяет видеть статистику состояния здоровья по школе в целом:

регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья обучающихся:

- использование в школе рекомендованных методов профилактики заболеваний;
- обсуждение данных мониторинга здоровья учащихся на педсоветах;
- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- планомерная организация питания учащихся;
- реабилитационную работу;
- обязательное медицинское обследование.

Блок просветительско-воспитательной работы предполагает:

организацию «Дней здоровья», внеурочной деятельности и воспитательной работы здоровье сберегающей направленности;

включение в учебный план школы образовательных программ, направленных на формирование мотивации здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры)

Блок рациональной организации учебного процесса предполагает:

соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;
использование приемов индивидуализации обучения;
строгое соблюдение гигиенических требований к использованию технических средств в учебном процессе;

использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;

предупреждение проблем развития ребенка;
обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
развитие познавательной и учебной мотивации;
формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
совершенствование деятельности психолога - медико - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;
организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Блок организации физкультурно-оздоровительной работы предполагает:

регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;

привлечение системы кружковой, внеклассной и внеурочной деятельности к формированию здорового образа жизни учащихся;

организация динамических перемен, физкультпауз на уроках;
эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (включая занятия ЛФК), родителей к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Блок здоровьесберегающей инфраструктуры ОУ предполагает:

соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;
наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровьесберегающую работу;

оснащенность физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, школьной столовой.

Блок организации системы просветительской и методической работы с педагогами и родителями предполагает:

проведение в ОУ постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;

повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения;
обеспеченность ОУ необходимой научно-методической литературой.

Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения:

Цель данной работы: привитие норм ЗОЖ на основе отказа от вредных привычек, соблюдение режима дня, спортивного режима, использование оздоровительных сил природы.

1. Гигиенические средства (санитарно-гигиенические средства здоровье сберегающие технологии)

Требования к материально-техническому состоянию здания школы;
Организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов;
Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления;
Организация рационального питания учащихся;
Соблюдение общего режима дня учащихся – режима двигательной активности, режима питания и сна;
Формирование ЗОЖ;
Личная и общественная гигиена;
Привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.
Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций.

2. Средства двигательной направленности (здоровье сберегающие технологии физкультуры и спорта)

Уроки физкультуры с комплексами физических упражнений;
Физкультминутки на уроках и подвижные перемены;
Различные виды оздоровительной гимнастики (пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура;
Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.

3. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ (психологические здоровье сберегающие технологии)

Обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик;
Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер обучающихся в процессе их развития;
Оборудование комнаты психологической разгрузки.

4. Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровье сберегающие образовательные технологии)

Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс;
Системный подход к организации образовательной деятельности;
Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровье сберегающей направленности для всех ступеней обучения.

Модель личности ученика.

Подготовка к ЗОЖ ребенка на основе здоровье сберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности школы. В качестве основополагающей линии развития школы в этом направлении выбрана концепция здоровье сберегающего образования. Центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям развития его всесторонней личности. Здоровье сберегающие технологии предоставляют ученику большую свободу выбора в процессе обучения, ученик не подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя. Учитель, обладая разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем ребенка. Это требует разработки новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации обучения и здоровье сбережения. Учет индивидуальных особенностей учащихся в педагогической

деятельности – это комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими путями:

вариативностью образовательной среды на основе принципов профилизации обучения; дифференциацией обучения;

индивидуализацией учебного процесса с учетом личностных особенностей учащихся; разработкой индивидуальных образовательных программ для детей с особенностями развития и педагогически запущенных детей;

индивидуальными портфолио в системе дистанционного образования.

Работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровья сбережения учащихся.

Для этого была создана прогнозируемая модель личности ученика:

- знание основ и выполнение правил личной гигиены;
- владение основами личной гигиены и ЗОЖ;
- знание основ и выполнение правил личной гигиены;
- владение основами личной гигиены и ЗОЖ.
- знание основ строения и функционирования организма человека;
- знание изменений в организме человека в пубертатный период;
- умение оценивать свое физическое и психическое состояние;
- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;
- поддержание физической формы;
- телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;
- гигиена умственного труда;
- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;
- убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек;
- знание различных оздоровительных систем;
- умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;
- способность вырабатывать индивидуальный образ жизни;
- гигиена умственного труда.

Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);

культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);

культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);

культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их).

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и ЗОЖ;

формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;

формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;

формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

Методы контроля над реализацией программы:

проведение заседаний Педагогического Совета школы;

создание методической копилки опыта;

посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОТ;

мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
контроль организации учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования ЗОЖ.

Ожидаемые результаты формирования по ступеням образования

Начальное звено:

1- 2 классы

Примитивно - поведенческий

Формирование навыков санитарно- гигиенической культуры

Отсутствие вредных привычек

3 классы

Приобщение к гигиенической культуре

4 классы

Организация ЗОЖ

Среднее звено:

5-7 классы

эмоциональный

Приобщение к ЗОЖ

Стремление к ЗОЖ

8-9 классы

Формирование полового самосознания и ЗОЖ

10- 11 классы

Воспитание грамотного отношения к медико- профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека

План действий по реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»

I этап (2019-2020гг)

- 1.Проведение семинара «Основы воспитания и культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя»
2. Совещание при директоре по подготовке проведения методического совещания «Использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и воспитания»
3. Составление классными руководителями социального паспорта класса, паспорта здоровья.
 1. Заседание ученического совета «ЗОЖ - основа нашего будущего!»
 - 2.Проведение медицинского осмотра учащихся.
 3. Профилактические беседы с учащимися перед каникулами
 4. Тематические классные часы по программе профилактики, ДДТТ, ПБ, ЛБ, «Здоровье».
4. Анкетирование всех ступеней обучения.
5. Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания учащихся (консультации, родительские собрания, информационные письма, буклеты)
6. Родительские собрания на тему: «Роль семьи в воспитании потребности в ЗОЖ»
7. Работа комиссии Управляющего совета школы по надзору за созданием здоровых и безопасных условий учёбы и труда.

II этап (2020-2021 гг.)

Цель: реализация программы деятельности, внесение корректив (по мере необходимости) в ее основные положения

- 1.Выпуск электронной копилки интересных дел по теме «Здоровье- это здорово!».
- 2.Реализация проекта «Здоровье в наших руках».
- 3.Организация цикла занятий «Здоровье- это здорово! (для педагогов)
- 4.Беседы, лекции «Как уберечь себя от беды».
5. Школьная спартакиада.

6. Конкурс «Самый здоровый класс года»
7. Цикл классных часов «Как уберечь себя от беды» (1-4 классы).
8. Цикл классных часов «Здоровые привычки - ЗОЖ» (5-7 классы).
9. Цикл классных часов «Вредные привычки и их преодоление» (8-11 классы)
10. Совместные занятия детей и родителей, участие в играх на воздухе, походах, спортивных соревнованиях.
11. Общешкольные семейные спортивные праздники.
12. Тематические родительские собрания «Быть здоровым - это модно!»

III этап (2021-2022 год)

Цель: обобщение позитивного опыта реализации концепции системы физкультурно-оздоровительной работы школы.

1. Педагогический совет «Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».
2. Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся;
3. Исследование духовно- нравственного здоровья.
4. Общешкольное спортивное мероприятие с участием родителей и детей «Спорт – это здорово!»
5. Родительское собрание «Здоровье сберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».
6. Общешкольное спортивное мероприятие с участием родителей и детей «Спорт – это здорово!»

Здоровье сберегающая деятельность педагогического коллектива

Органы управления.	Мероприятия программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»	Сроки выполнения		
		2019-2022г.г.		
Управляющий Совет	1. Создание инновационной группы учителей по разработке собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на уроках	сентябрь 2019г.	-	-
	2. Анализ результатов медицинского осмотра участников образовательного процесса.	после прохождения медосмотра		
	3. Анализ влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний и уровень обученности.	-	январь 2021г.	январь 2022г.
	4. Анализ дозировки учебной нагрузки: - учебные планы; - график контрольных работ.	сентябрь 2020г.	август 2021г.	август 2022г.
	5. Анализ эффективности уроков физкультуры.	апрель 2020 г.	апрель 2021г.	апрель 2022г.
	6. Итоговый анализ состояния здоровья учащихся.	май 2020г.	май 2021г.	Май 2020г.
Педагогический Совет	1. Обсуждение и принятие Программы здоровьесбережения.	ноябрь 2018г.	-	-

	2.Использование здоровьесберегающих и здоровьеформирующих технологий.	-	январь 2019г.	-
	3.«Аукцион» педагогических идей (здоровьесберегающие технологии).	-	-	октябрь 2019г.
	4.Здоровьесбережение при применении ИКТ.	январь 2019г.	-	-
Методический Совет	1.Обсуждение Программы здоровьесбережения.	август 2020г.	август 2021г.	август 2022г.
	2.Составление плана работы с учетом внедрения здоровьесберегающих технологий.	август 2019г.	август 2020г.	август 2021г
	3.Разработка критериев и индикаторов уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования.	сентябрь 2015г.	-	-
	4.Методическая панорама «Здоровьесберегающие технологии».	-	-	март 2021г.
	5.Организация методической недели «Обучение и воспитание с успехом».	апрель 2020г.	-	-
	6.Мониторинг влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний по предметам.	май 2021г.	-	июнь 2022г.
	7.Кураторство над лекторскими группами старшеклассников «Жизнь без наркотиков».	в течение года		
Общешкольный родительский комитет	1.Ознакомление родителей с деятельностью школы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни.	май 2019г.	май 2020г.	май 2021г.
	2.Круглый стол «Здоровье наших детей».	-	ноябрь 2019г.	-
	3.День семьи «Папа, мама и я – спортивная семья».	февраль 2019г.	февраль 2020г.	февраль 2021г.
	4.Ознакомление родителей с различными оздоровительными системами.	-	-	ноябрь 2019г.
	5.Анализ результатов работы школы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни.	май 2020г.	май 2021г.	май 2022г.

МО мониторинга здоровьесбереж ения	1.Разработка анкет и проведение анкетирования по определению самочувствия учащихся в школе.	сентябрь2020г. май 2020г.	сентябрь2021г. май 2021г.	сентябрь2022г. май 2022г.
	2.Комплектование полного пакета документов по реализации Программы здоровьесбережения.	май 2020г.	-	-
	3.Подготовка памяток для учащихся по формированию здорового образа жизни.	-	март 2020г.	-
	4.Составление рационального режима дня для учащихся.	октябрь 2019г.	октябрь 2020	

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
1.	Медицинское направление.			
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; -выявление учащихся специальной медицинской группы; -ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.		ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2.	Проведение диспансеризации учащихся школы.	ЦРБ	ежегодно	
1.3.	Проведение медицинского осмотра учащихся 9-х,11-х классов.		ежегодно	План медосмотров
1.4.	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.		ежегодно	План медосмотров
1.5.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.		ежегодно	план прививок
1.6.	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах.	Классные руководители , м/сестра	ежегодно	Классные журналы
1.7.	Анализ случаев травматизма в школе.	заместитель директора по ВР	ежегодно	Материалы отчетов
1.8.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководители,	ежегодно	материалы отчетов

		заместитель директора по УВР		
1.9.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Директор, зам.директора по хозяйственной части, представители родительского комитета	ежедневно в течение года	
1.10.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: проветривание; освещение; отопление вентиляция уборка	завхоз, учителя, зам директора по ВР	ежедневно в течение года	
1.11.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	заместитель директора по УВР	ежегодно	справка по оценке расписания
1.12.	Постоянный контроль за школьной столовой.	зам.директора по хозяйственной части, директор школы, зам дир по ВР	ежедневно в течение года	
2.	Просветительское направление			
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	заместитель директора по ВР	ежегодно	график проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	заместитель директора по ВР	ежегодно	тематика лектория
2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.5.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»	заместители директора	ежегодно	протокол педсовета
2.6.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др.виды работ).	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения	заместитель директора	ежегодно	план работы

	и алкоголизма.			
2.8.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры.	учителя-предметники	в течение года	планы уроков
3.	Психолого-педагогическое направление.			
3.1.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся по экспериментальным программам: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах; - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе; - выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения; - разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения.	ЦРБ классные руководители	ежегодно	диагностические исследования
3.2.	Конференция по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения»	заместитель директора по УВР		материалы конференции
3.5.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	учителя-предметники	ежегодно	планы уроков
4.	Спортивно-оздоровительное направление.			
4.1.	Организацию спортивных мероприятий.	учитель физической культуры	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	заместитель директора	ежегодно	план работы кружков и секций
4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы
5.	Диагностическое направление			
5.1.	Мониторинг состояния здоровья	руководитель МС	ежегодно	результаты

	детей.			мониторинга
5.2.	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития».	руководитель МС, психолог. социальный педагог	ежегодно	материалы семинара

**Календарный план реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»
Сентябрь**

Организация дежурства по школе и по классам.

Налаживание работы кружков и секций, организация клубной деятельности.

Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровью сбережению детей.

Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровьесбережению.

Организация питания учащихся.

Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.

«Уроки чистоты».

Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях и спартакиаде.

Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.

Старты здоровья.

Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).

Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Организация работы спецгруппы.

Октябрь

Организация работы учащихся по трудоустройству и поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.

Планирование занятости учащихся в каникулярный период.

Подготовка классов к зиме.

Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в районной спартакиаде.

Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.

Физкультминутки (ежедневно).

Подвижные игры на переменах (ежедневно).

Ноябрь

Проведение мероприятий, приуроченных к празднику « День матери».

Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме « Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.

Экскурсии.

Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на местности.

Физкультминутки и динамические паузы (систематически)

Отчёты о проделанной работе по здоровью сбережению.

Декабрь

Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.

Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.

Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).

Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Январь

Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».
«Весёлые старты».
Физкультминутки и динамические паузы.
Февраль
Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
День защитника Отечества.
Физкультминутки и динамические паузы.

Март

Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Апрель

Всемирный день здоровья.
Операция «Милосердие», операция «Память».
Благоустройство школьной территории.
День здоровья.
Динамические паузы, физкультминутки.

Май

Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.
«Весёлые старты».
Проведение экскурсий на природу.
Презентация уроков чистоты.

Июнь

Международный день защиты детей.
Всемирный день защиты окружающей среды.
Работа по плану летних каникул.

Рекомендуемые тематические классные часы по реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»

1 класс

1. Режим дня.
2. Перемена с увлечением.
3. «Путешествие в страну здоровья»
4. Культура поведения за столом.

2 класс

1. «Будешь опрятным, станешь аккуратным»
2. Правила гигиены.
3. Культура поведения в общественных местах.
4. Мой друг – Мойдодыр

3 класс

1. Человеческая память и забывчивость.
2. Культура одежды.
3. Профилактика простудных заболеваний.
4. Береги здоровье смолоду

4 класс

1. Режим дня.
2. «Кожа человека и ее здоровье
3. Закаливание организма
4. «Путешествие по стране Здоровье»

5 класс

1. «Привычки и здоровье» – беседа с элементами тренинга.
2. «Курение. Влияние на организм человека».
3. «Я становлюсь увереннее!»
4. «Влияние алкоголя на детский организм»

6 класс

1. «Здоровье превыше всего...»
2. «Пирамида здорового питания»
3. Культура питания
4. Культура одежды

7 класс

1. Что такое здоровье?
2. Способы укрепления здоровья.
3. Гигиена мальчика и девочки.
4. Профилактика простудных заболеваний, заболеваний органов зрения

8 класс

1. Здоровый образ жизни.
2. «В здоровом теле – здоровый дух!»
3. Формула здоровья – диспут.
4. Вредные привычки.

9 класс

1. «Здоровье – залог успеха».
2. Культура гигиены девушки.
3. Культура гигиены юноши.
4. Покончить с грубостью

10 класс

1. «Вредные привычки и их влияние на здоровье человека».
2. Роль спорта в жизни человека.
3. Как одеваться стильно, модно, удобно?
4. «О вкусах не спорят, о манерах надо знать»

11 класс

1. Гармония тела.
2. Система питания старшеклассника.
3. Береги здоровье смолоду.
4. Стресс.

Заключение

Данная программа «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения» рассчитана на 3 года и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включенности педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.