

**«ПРИНЯТО»**

**Педагогическим советом  
ГБОУ СОШ с. Ташелка  
Протокол № 1 от 10.09.12г.**

**Председатель**



**«УТВЕРЖДЕНО»**

**Директор школы  
ГБОУ СОШ с. Ташелка  
Ф.Ш.Аюпова**



**ПРОГРАММА**

**«ЗДОРОВЬЕ»**

**ГБОУ СОШ с. Ташелка**

**на 2012 – 2016 г.г.**

# Программа "Здоровье"

## 1. Введение

Проблема 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.

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 их 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 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.

*Основания для разработки:*

- Федеральный закон «О физической культуре и спорту Российской Федерации» от 29 апреля 1999 года №80-ФЗ.
- Решение Государственного Совета Российской Федерации от 30 января 2002 года «О повышении роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни россиян»
- Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы» утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 11 января 2006 года № 7
- Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях СанПиН 2.4.2.2821-10 от 29.12.2010.

## **2. Цель программы**

Представление всех возможностей для формирования психически здорового, физически развитого и социально адаптированного человека.

## **3. 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, берегающих здоровье учащихся;
- 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;
- посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

## **4. Функции различных категорий работников школы**

### **4.1. Функции администрации:**

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль над организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация и контроль уроков физической культуры;
- обеспечение работы спортивного зала 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.

### **4.2. 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 профилактической 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 психического и психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностики уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

#### **5. Участники программы:**

- Учащиеся.
- Педагоги.
- Родители.
- Общество
- Медработники ООВП

#### **6. Сроки и этапы реализации программы:**

##### **2012-2016 годы**

- анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий;
- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- выполнение оздоровительных мероприятий;
- сбор и анализ результатов выполнения программы;
- коррекция деятельности.

#### **7. Модель личности ученика**

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей и подростков.

**Для этого нами создана прогнозируемая модель личности ученика:**

Модель выпускника первой степени обучения	Модель выпускника второй степени обучения	Модель выпускника третьей степени обучения
<ul style="list-style-type: none"> <li>• знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;</li> <li>• владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• знание основ строения и функционирования организма человека;</li> <li>• знание изменений в организме человека в пубертатный период;</li> <li>• умение оценивать свое физическое и психическое состояние;</li> <li>• знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;</li> <li>• поддержание физической формы;</li> <li>• телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;</li> <li>• гигиена умственного труда.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;</li> <li>• убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек;</li> <li>• знание различных оздоровительных систем;</li> <li>• умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;</li> <li>• способность выработать индивидуальный образ жизни;</li> <li>• гигиена умственного труда.</li> </ul>

## 8. Ожидаемые конечные результаты программы:

- рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников;
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- мотивация к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- высокий уровень самостоятельности и активности школьников;

- рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении, как здоровья школьников, так и своего здоровья.

## **9. 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 здорового образа жизни;
- 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.

## **10. Методы контроля над реализацией программы:**

- проведение заседаний Методического совета школы;
- посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОТ;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
- контроль над организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

## **11. Основные направления деятельности программы:**

### **Медицинское направление предполагает:**

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирования 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;
- мероприятия по очистке воды.

**Просветительское направление предполагает:**

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганда 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, экологии, ОБЖ, физической культуры).

**Психолого-педагогическое направление предполагает:**

- 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 психолого-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.

**Спортивно-оздоровительное направление предполагает:**

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщения к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнеров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

**Диагностическое направление предполагает проведение мониторинга состояния здоровья, в ходе которого выявляются:**

- общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;

- режим дня, бытовые условия;
- внешкольная занятость дополнительными занятиями.

## **12. Здоровьесберегающие образовательные технологии:**

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

## **13. Реализация основных направлений программы:**

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
3. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
4. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
5. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
6. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
7. Обеспечение каждого учащегося горячим питанием в столовой.
8. Контроль условий теплового режима и освещенности классных помещений.
9. Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне ее.
10. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учетом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
11. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
12. Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

## **14. Применение разнообразных форм работы:**

### **1. Учет состояния детей:**

- анализ медицинских карт;
- определение группы здоровья;
- учет посещаемости занятий;



- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

## **2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся:**

- организация работы спортивных секций, кружков, клубов, проведение дополнительных уроков физической культуры;
- динамические паузы;
- индивидуальные занятия;
- организация динамических перемен;
- дни здоровья;
- физкультминутка для учащихся;
- организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.

## **3. Урочная и внеурочная работа:**

- открытые уроки учителей физической культуры;
- открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
- спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол, футбол, легкая атлетика, шашки и шахматы, настольный теннис.

## **15. План деятельности по реализации программы**

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Ответственные исполнители</b>	<b>Сроки</b>	<b>Планируемый результат</b>
<b>1. Медицинское направление.</b>				
1.1	Медико-педагогическая экспертиза: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе;</li> <li>▪ выявление учащихся специальной медицинской группы;</li> <li>▪ введение строгого учета детей по группам здоровья;</li> <li>▪ формирование групп здоровья по показателям.</li> </ul>	Врачи амбулатории, ФАПов	август	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2	Проведение диспансеризации учащихся школы		Ежегодно	

1.3	Проведение медицинского осмотра учащихся.	Врачи амбулатории, ФАПов	Октябрь, апрель	План медосмотров
1.4	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	Врачи амбулатории, ФАПов	Ежегодно	План прививок
1.5	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах.	Классные руководители совместно с врачом амбулатории	Сентябрь	Классные журналы
1.6	Анализ случаев травматизма в школе.	Врачи амбулатории, зам. директора по ВР	Ежегодно	Материалы отчетов
1.7	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Врачи амбулатории, классные руководители.	Ежегодно	Материалы отчетов
1.8	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Администрация школы	Ежедневно в течение года	
1.9	<p>Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ проветривание;</li> <li>▪ освещение;</li> <li>▪ отопление;</li> <li>▪ вентиляция;</li> <li>▪ уборка.</li> </ul>	Классные руководители, замдиректора	Ежедневно в течение года	
1.10	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа).	Заместитель директора по УВР	Ежегодно	Справка по оценке расписан

1.11	Постоянный контроль над школьной столовой.	Директор школы	Ежедневно в течение года	
<b>2. Просветительское направление.</b>				
2.1	Организация просветительской работы с родителями о пользе спортивных мероприятий.	Координаторы программы "Здоровье"	Ежегодно	График проведения лектория
2.2	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	Координаторы программы "Здоровье"		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		Протокол педсовета
2.6	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ).	Координаторы программы "Здоровье"	Ежегодно	План работы
2.7	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, табакокурения и алкоголизма	Заместитель директора по ВР	Ежегодно	План работы
2.8	Пропаганда физической культуры и здорового образа	Учителя-	В течение	Планы уроков

	жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ и физической культуры.	предметники	года	
<b>3. Психолого-педагогическое направление.</b>				
3.1	Организация работы кабинета психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса.	Администрация школы	Ежегодно	План работы
3.2	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей;</li> <li>▪ изучение психологических возможностей и готовность детей к школе;</li> <li>▪ выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения;</li> <li>▪ контроль над адаптацией учащихся 5-х и 1-х классов</li> </ul>	Классные руководители	Ежегодно	Диагностические исследования
3.3	Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.	Школьный консилиум, учителя-предметники	Ежегодно	План работы
3.4	Конференция по теме "Здоровьесберегающие технологии обучения".	Координаторы программы "Здоровье"	Ноябрь	Материалы конференции
3.5	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	Учителя-предметники	Ежегодно	Планы уроков
<b>4. Спортивно-оздоровительное направление.</b>				

4.1	Организация спортивных мероприятий.	Учителя физической культуры	Ежегодно	План работы
4.2	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	Заместитель директора по ВР	Ежегодно	План работы кружков и секций
4.3	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнеров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	Заместитель директора по ВР	Ежегодно	План работы
<b>5. Мониторинг здоровьесберегающей деятельности.</b>				
5.1	Мониторинг состояния здоровья детей.	Классные руководители, врачи амбулатории	Ежегодно	Результаты мониторинга
5.2	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме "Проблемы диагностики развития".	Врач амбулатории		Материалы семинара

## 16. Здоровьесберегающая деятельность педагогического коллектива

Органы управления	Мероприятия программы "Здоровье"	Сроки выполнения			
		2012-2013	2013-2014	2014-2015	2015-2016
Управляющий совет	1. Принятие программы здоровьесбережения.	январь 2012 года	—	—	—
	2. Анализ влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний и уровень обученности.	май 2012 года	январь 2013 года	январь 2014 года	январь 2015
	3. Анализ результатов медицинского осмотра.	После прохождения медицинского осмотра			
	4. Анализ дозировки учебной нагрузки: <ul style="list-style-type: none"> <li>учебные планы;</li> </ul>	январь 2012 года	август 2013 года	август 2014 года	август 2015

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• график контрольных работ.</li> </ul>				
	5. Анализ эффективности уроков физкультуры.	апрель 2012 года	апрель 2013 года	апрель 2014 года	Апрель 2015
	6. Итоговый анализ состояния здоровья учащихся.	май 2012 года	май 2013 года	май 2014 года	Май 2015
Педагогический совет	1. Обсуждение и принятие программы здоровьесбережения.	январь 2012 года	—	—	-
	2. Использование здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий.	—	апрель 2012 года	—	
	3. "Аукцион" педагогических идей (здоровьесберегающие технологии).	—	—	октябрь 2014 года	Октябрь 2015
	4. Здоровьесбережение при применении ИКТ.		—	— январь 2013 года	
Методический совет	1. Обсуждение программы здоровьесбережения.	январь 2012 года	август 2012 года	август 2013 года	Август 2015
	2. Составление плана работы с учетом внедрения здоровьесберегающих технологий.	январь 2012 года	август 2013 года	август 2014 года	Август 2015
	3. Разработка критериев и индикаторов уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования.	Январь 2012 года	—	—	
	4. Методическая панорама "Здоровьесберегающие технологии".	—	—	март 2014 года	
	5. Организация методической недели "Обучение и воспитание с успехом".	апрель 2012 года	—	—	
	6. Мониторинг влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний по предметам.	июнь 2012 года	июнь 2013 года	июнь 2014 года	Январь 2016
	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.	январь 2012 года	сентябрь 2013 года	сентябрь 2014 года	Сентябрь 2015

	2. Круглый стол "Здоровье наших детей".	—	ноябрь 2012 года	—	
	3. День семьи "Папа, мама и я — спортивная семья".	февраль 2012 года	февраль 2013 года	февраль 2014 года	Февраль 2015
	4. Ознакомление родителей с различными оздоровительными системами.	—	—	ноябрь 2013 года	
	5. Анализ результатов работы школы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни.	май 2012 года	май 2013 года	май 2014 года	Март 2016
Мониторинг здоровьесбережения	1. Разработка анкет и проведение анкетирования по определению самочувствия учащихся в школе.	Январь 2012 года май 2012 года	октябрь 2012 года май 2013 года	октябрь 2013 года май 2014 года	октябрь 2014 года май 2015 года
	2. Комплектование полного пакета документов по реализации Программы здоровьесбережения.	февраль 2012 года	—	—	-
	3. Подготовка памяток для учащихся по формированию здорового образа жизни.	—	март 2012 года	—	Март 2015
	4. Составление рационального режима дня для учащихся.	Январь 2012 года	—	—	Сентябрь 2015