

Директор школы

Утверждаю

Л. В. Авдониная

2019г.

Приказ №

от



Муниципальное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 9

г. о. Шуя Ивановской области

Программа «Здоровье» на 2019-2023 г.г.

1. Аналитическое обоснование Программы

Предметом острой общественной тревоги стало отмечающееся в последнее время резкое ухудшение физического здоровья детей. Растет число детей, которым необходима специализированная медицинская помощь, щадящая организация образовательного процесса.

Здоровье детей школьного возраста, как и других групп населения, зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, образовательном учреждении. Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание.

Проблема здоровья нации, ее генофонд и будущее в значительной мере определяется уровнем развития физкультуры и спорта.

Все более осознается как актуальная задача государства, общества и всех его социальных институтов необходимость преодоления имеющей место тревожной тенденции в интересах обеспечения жизнеспособности подрастающего поколения.

Поскольку учащиеся с 1 по 11 класс проводят большую часть активного времени, напрашивается вывод, что проблема детского здоровья является одним из основных направлений работы школы.

Не остается в стороне и наша школа, поэтому особое внимание педагогический коллектив уделяет вопросам укрепления здоровья и физического развития учащихся.

Одним из приоритетных направлений работы школы является формирование здоровья берегающей среды.

В школе разработана программа «Здоровье», которая основывается на:

1. Конвенцию ООН о Правах Ребенка;
2. Конституцию Российской Федерации;
3. Закон Российской Федерации «Об образовании»;

4.Национальную Доктрину образования Российской Федерации.

5. ФЗ «О физической культуре и спорте РФ» от 29.04.1999 года № 80-ФЗ

2.Основные концептуальные положения

Программы «Здоровье»

1. Программа призвана реализовать основные положения Декларации Прав Ребенка, направленные на защиту здоровья и получение полноценного образования.

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

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

3. Цели программы «Здоровье»

1. Формирование у школьников знаний о здоровом образе жизни и привитие навыков ответственного отношения к нему, профилактика вредных привычек.

2. Продемонстрировать многогранную природу здоровья.

3. Содействовать сохранению здоровья каждого школьника.

4. Сформировать основания для критического мышления по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленным на сохранение здоровья.

5. Обеспечить учащихся необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.

6. Создать методические и технологические основания для моделирования различных видов деятельности, направленных на укрепление здоровья в школе, а также на изменение всего уклада школы с пользой для здоровья каждого школьника и работника школы.

7. Расширить и разнообразить взаимодействия школы, родителей и общества в контексте укрепления здоровья.

4. Основные задачи Программы

Школа ставит перед собой следующие задачи:

- поиск здоровьесберегающих оптимальных режимов учебно-воспитательной работы;
- проведение воспитательной деятельности по выполнении государственной программы оздоровления населения России;
- разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствование здоровьесохраняющих технологий обучения и воспитания, адекватных возможностей детей;
- содействие гармоничному развитию детей путем профилактики и коррекции возможных отклонений физического состояния и здоровья на каждом возрастном этапе;
- вооружение педагогов необходимыми знаниями в области сохранения, укрепления и восстановления здоровья;
- оказание педагогам конкретной помощи в изучении физиологических возможностей организма детей, определении уровня физического развития, соответствия биологического возраста паспортному, ведение наблюдений за ростом и развитием ребенка;
- пропаганда среди родителей, педагогов и детей основ здорового образа жизни.
- проведение деятельности по сохранению здоровья школьников
- развитие материально-технической базы с целью создания условий для сохранения здоровья учащихся

В соответствии с основными задачами содержание работы школы определяется следующими **направлениями:**

- научным, изучающим закономерности роста и развития, формирования личности ребенка с целью разработки способов, средств и

методов применения валеологических знаний в условиях учреждений системы образования;

- прикладным, осуществляющим научно-методическое обеспечение всего процесса обучения и воспитания. Направление предполагает подготовку кадров педагогических, ориентированных на ЗОЖ, создание учебных пособий, методических рекомендаций;

- практическим (работа с детьми, родителями, педагогами ОУ в рамках программы).

Основными видами **деятельности** по программе «Здоровье» в школе являются диагностика, развитие, профилактика и коррекция, консультирование.

Диагностическая деятельность.

Школа решает следующие конкретные диагностические задачи:

- диагностический мониторинг физического состояния, гармоничности развития, физической подготовленности и работоспособности детей, контроль за состоянием функций опорно-двигательного аппарата и органа зрения;

- диагностика готовности ребенка к поступлению в школу с выявлением степени морфофункциональной зрелости ребенка;

- диагностика состояния адаптационных механизмов, предупреждение психосоматической дезадаптации;

- контроль за сбалансированностью питания;

- мониторинг причин, влияющих на ухудшение состояния здоровья и нарушение гармоничности физического развития.

Развивающая деятельность ориентирована на оказание помощи педагогическому коллективу в осуществлении индивидуального подхода в обучении и воспитании детей, развитии их способностей и склонностей.

Профилактическая и коррекционная деятельность определяется необходимостью формирования у педагогов и детей потребности в знаниях о

здоровом образе жизни, желания использовать их в работе с ребенком, а также своевременным предупреждением и устранением возможных отклонений в состоянии здоровья и физического развития, обусловленных неумелым обучением и воспитанием. Профилактическая и коррекционная работа проводится как с отдельными детьми, педагогами, так и с их группами. В процессе профилактической и коррекционной работы осуществляются следующие конкретные мероприятия:

- прием детей в первые классы, диагностика физиолого-гигиенической готовности степень биологической зрелости с целью раннего выявления возможных отклонений в состоянии здоровья;

- разработка комплекса развивающих, профилактических и коррекционных упражнений для занятия с детьми. Совместно с педагогами и родителями намечает программу индивидуальной работы с целью их улучшения адаптации, высокой работоспособности и обеспечения нормального развития с учетом индивидуальной готовности ребенка к обучению на каждом переходном этапе.

Консультативная деятельность ориентирована на повышение валеологической культуры педагогов и родителей; расширение кругозора по вопросам здорового образа жизни. При осуществлении консультативной работы необходимо решать следующие задачи:

- консультация педагогов, родителей по проблеме оздоровления детей. Консультации могут носить как индивидуальный, так и групповой характер;

- индивидуальные и коллективные занятия с детьми по вопросам здорового образа жизни;

- повышение валеологической грамотности через работу педагогического совета, методических объединений, общих и родительских собраний;

- на базе библиотеки комплектация библиотечки по проблемам здоровья и здорового образа жизни.

В соответствии с этим в школе вводится следующая **модель школы здоровья:**

1. Образование в области здоровья. Это последовательно спланированная программа на весь школьный курс, ориентированная на физические, интеллектуальные, эмоциональные и социальные аспекты здоровья. **Цель – здоровье как необходимая составляющая общей культуры.**

2. Физическая воспитание (физическая культура и спорт, трудовые навыки), представляет собой последовательно спланированную школьную программу на весь курс обучения физическим навыкам и физической активности, пригодную для всех школьников.

3. Работа медицинского кабинета ориентирована на профилактику и раннее вмешательство, включая оказание неотложной помощи, первой помощи, умение работать с хронически больными детьми, связь с медицинскими учреждениями по месту жительства.

4. Система питания обеспечивает детей разнообразной, вкусной и здоровой пищей, формирует и отслеживает правила питания в классах и столовой.

5. Консультирование, психологическая и социальная служба включают в работу базирующиеся в школе структуры социального обеспечения.

Здоровая среда направлена на **формирование благоприятного физического и психологического климата** в школе.

6. Вовлечение родителей и общественности включает широкий круг возможностей по сохранению и улучшению здоровья школьников.

5. Этапы реализации Программы

I этап. Подготовительный. 2019-2020 учебный год.

Аналитико-диагностическая деятельность. Поиск инновационных здоровьесберегающих технологий, методов и способов обучения и воспитания.

Изучение современных технологий. Анализ образовательной ситуации в школе, возможность применения программы «Здоровье».

II этап. Практический. 2020-2022 учебный год.

Апробация и использование программы «Здоровье».

III этап. Коррекционно- обобщающий. 2022-2023 учебный год.

Обработка данных за годы внедрения программы.

6. Методы и методики работы

- Лекции
- Беседы индивидуальные и групповые
- Тесты и анкетирования
- Родительские лектории
- Ролевые игры
- Научно-практические конференции
- Рефераты и сообщения
- Просмотр учебных фильмов
- Экскурсии
- Конкурсы
- Спортивные мероприятия

7. Участники Программы и организация их деятельности

Администрация

- координирует деятельность всех структур по реализации программы «Здоровье»
- содействует созданию психологически-доброжелательных взаимоотношений, взаимоуважения и взаимопомощи в коллективе.
- корректирует расписание урочной и внеурочной деятельности в соответствии с СанПиНами
- способствует соблюдению гигиенических требований к организации урочной и внеурочной деятельности
- рекомендует использование физкультминуток, динамических пауз в системе работы школы
- планирует и организует летний оздоровительный отдых учащихся
- осуществляет контроль за горячим питанием в школьной столовой

Классные руководители

- создают условия для реализации программы воспитания здорового человека в содружестве с учащимися, их родителями и специалистами
- создают здоровый психологический климат в классе, способствуют его поддержанию
- ведут информационно-просветительскую работу в рамках проблем, касающихся здоровья и его культуры, как с учащимися, так и с их родителями
- способствуют поддержанию физических, психических сил воспитанников (организуют прогулки, походы; проводят вечера отдыха; организуют различные игры и соревнования)
- вовлекают учащихся в занятия физической культурой и спортом
- защищают права воспитанников, их честь и человеческое достоинство
- умеют оказать первую медицинскую помощь

Учителя физкультуры

- разнообразят содержание уроков за счет эффективных систем оздоровления человека и за счет подвижных игр, развлечений
- организуют мероприятия, имеющие оздоровительный характер с учетом времен года
- обеспечивают эффективную работу спортивных секций
- пропагандируют комплексы физических упражнений с учетом проблем учащихся, информируют их о современных подходах к реабилитации и адаптации
- принимают участие в разработке и реализации программы «Здоровье»
- участвуют в просветительской работе среди педагогов, учащихся и их родителей

Учителя биологии

- вооружают знаниями о строении, функциях человеческого организма и условиях сохранения здоровья
- пропагандируют ЗОЖ
- принимают участие в разработке и реализации программы «Здоровье»

Родители

- ведут профилактику заболеваний в семье
- заботятся о нравственном, психическом, физическом и эмоциональном здоровье ребенка
- интересуются проблемами ребенка, оказывают ему своевременную помощь в их решении
- своевременно информируют учителей о проблемах здоровья ребенка
- организуют досуг ребенка
- оказывают помощь в овладении необходимыми знаниями и умениями в области сохранения здоровья;

- оказывают помощь в организации здоровья жизнедеятельности за рамками учебно-воспитательного процесса в лицее;
- оказывают помощь в борьбе с вредными привычками.
- принимают участие в разработке и реализации программы «Здоровье»

Учащиеся

- ведут ЗОЖ, соблюдают режим дня, правила гигиены, закаляются, занимаются спортом
- меньше времени проводят у телевизора, больше читают
- стремятся быть инициаторами различных добрых дел

8. Ожидаемые результаты в процессе реализации

Программы

1. Сформировано ценностное отношение к здоровью всех участников педагогического процесса, выработана способность противостоять вредным привычкам и отрицательным воздействиям окружающей среды, умение вести здоровый образ жизни.

2. Сформирована валеологическая культура педагогов, учащихся и их родителей.

3. Внедрены новые традиции, пропагандирующие и способствующие здоровому образу жизни.

4. Отслежены параметры личностного здоровья всех участников педагогического процесса (совместно с медицинскими работниками).

5. Создана школьная модель профилактики и коррекции социальных вредностей (табакокурения, алкоголизма, токсикоманией, наркомании).

6. Создана школьная модель социально-педагогической поддержки детей «группы риска» и детей-инвалидов.

7. Увеличение числа учащихся, занимающихся в спортивных секциях и кружках.

8. Сокращение у педагогов и учащихся:

- острых респираторных заболеваний

- хронических заболеваний

- количества психоэмоциональных расстройств

9. Деятельность медицинского пункта.

1. Оказание своевременной и целенаправленной медицинской помощи.
2. Раннее выявление отклонений в состоянии здоровья.
3. Создание здоровой и безопасной образовательной среды (микроклимат, освещенность, мебель).
4. Повышение эффективности психологической поддержки.

В связи с данными задачами, исходя из содержания программы «Здоровье», необходимо иметь следующие показатели:

- число заболеваний за год;
- количество дней, пропущенных по болезни;
- количество учащихся, переболевших за год (%);
- количество впервые выявленных заболеваний;
- количество детей, наблюдающихся узкими специалистами;
- пограничные нервно – психические состояния;
- патология желудочно – кишечного тракта;
- инфекционные заболевания;
- травматизм;
- нарушение остроты зрения;
- число впервые выявленного кариеса;
- физическое развитие;
- масса тела;
- осанка;
- риск формирования зависимости (случаи употребления наркотиков, алкоголя, курение);
- получение социальной помощи.

Данные показатели дают возможность объективно оценивать состояние здоровья учащихся в динамике и могут быть использованы в качестве медицинских критериев эффективности различных образовательных программ, направленных на укрепление здоровья.

Примечание: из общего количества учащихся школы необходимы данные на каждый класс отдельно.

10. Работа с родителями.

Цель:

- Показать влияние вредных привычек на нормальную жизнедеятельность человека.
- Раскрыть связь между их негативным влиянием и здоровым человеком.

1.Родительские собрания (классные) с привлечением узких специалистов по теме ЗОЖ.

2.Индивидуальные, групповые беседы с родителями (привлечение городской психологической службы, школьных психологов, узких специалистов ЦРБ)

3.Родительский лекторий.

Работа с педагогами.

Цель:

- Повысить педагогические знания учителей проблемам « как собственного здоровья, так и здоровья окружающих людей».

1. Семинар по организации профилактической работы с учащимися («Полезные привычки. Полезные навыки. Полезный выбор»).

2.Анкетирование учеников по отношению к ЗОЖ.

3. Подбор литературы по ЗОЖ (библиотека).

4. Конкурсы (разработка классного часа, родительского собрания о ЗОЖ).

Работа с учащимися.

Цель:

-Сформировать у учащихся понятие « здоровье человека», показать вредность влияния неблагоприятных факторов на организм человека.

1. Беседы, лекции, ток-шоу, диспуты с привлечением специалистов (дни профилактики).

2. Организация экскурсий в спортивно – оздоровительный комплекс.

3. Выставки рисунков «Здоровье – наше богатство».

4. Спортивные мероприятия (по плану работы школы).

5. Индивидуальные беседы с учащимися.

Программа «Здоровье»

на 2019 – 2023 учебный год

Дата	Мероприятия	Ответственные
Весь период	Изучение нормативных документов по организации здоровьесберегающего образовательного процесса	Администрация школы, учителя
Весь период	Организация и проведение совещаний, семинаров, конференций по вопросам здоровьесбережения	Администрация школы
Весь период	Осуществление внутришкольного контроля (мониторинг охвата горячим питанием, температурного режима, анализ распределения учебной нагрузки)	Администрация школы, учителя
Ноябрь	Анализ состояния заболеваемости среди учащихся	Администрация школы, кл.руководители
Весь период	Организация своевременной коррекционной работы	ЗД по УВР, медработник
Весь период	Организация обучения учащихся на дому по медицинским показателям	ЗД по УВР
Сентябрь	Формирование групп продленного дня	Администрация школы
Май-июнь	Организация летнего отдыха детей	Начальник лагеря
Сентябрь	Организация питания школьников	Администрация школы
Сентябрь	Организация групп продленного дня	Администрация школы
В течение года	Витаминация блюд и напитков в школьной столовой	Администрация школы
Сентябрь	Обследование детей, поступающих в	Психолог

	школу. Выделение детей в основную и подготовительную группу	Врач школы
Ежегодно	Медосмотр учащихся	Врачи Шуйской ЦРБ
В течение года	Диспансеризация учащихся	Врачи Шуйской ЦРБ
По плану	Диспансеризация учителей и сотрудников	Администрация школы
Весь период	Создание и поддержание условий комфортной работы, охрана труда	Администрация школы, учителя
В течение года	Организация и проведение зарядки, физкультминуток	Классные руководители, учителя физкультуры
В течение года	Организация уроков физической культуры с учетом мониторинга уровня физического здоровья и индивидуальных особенностей учащихся	Учителя физической культуры
В течение года	Проведение сезонной профилактики острых респираторных заболеваний в форме бесед, классных часов, изложений. Уголок здоровья.	Классные руководители
Весь период	Проведение лекций, родительских собраний, посвященных вопросам здоровья, возрастным особенностям учащихся	Кл. руководители ЗД по УВР, медработник
Весь период	Консультирование родителей по вопросам физического воспитания в семье, укрепления здоровья учащихся	Медработник, классные руководители
Сентябрь	Организация работы спортивных секции: - легкая атлетика - волейбол - баскетбол - бокс	Преподаватели спортивной школы, учителя физкультуры
В течение года	Ведение курса ОБЖ	Преподаватели курса

		ОБЖ
В течение года	Включение физкультурно-оздоровительных мероприятий в план работы школы	ЗД по ВР
В течение года	Организация и проведение соревнований по: - волейболу - по футболу - мини-футболу - по легкой атлетике - баскетболу	Учителя физической культуры
Сентябрь	Легкоатлетический пробег	Учителя физической культуры
Октябрь Февраль	День здоровья	Классные руководители, учителя физической культуры, ЗД по ВР
В течение года	Внеклассные мероприятия по профилактике курения, алкогольной и наркотической зависимости - «За здоровый образ жизни» - «О вреде курения» - «Наркомания – опасное пристрастие» Дни здоровья Встреча с работниками здравоохранения	Учителя физической культуры ЗД по ВР Классные руководители медработник
Ноябрь	Классные часы: - «Опасные и безопасные ситуации» - «Азбука безопасного поведения на дороге» - «Формула здоровья» - «Курить, здоровью вредить»	Классные руководители

Ноябрь	Классные часы: «Человеку нужен друг» «Скажем, нет наркотикам» «Вредные привычки - свобода или зависимость, полет или падение»	Классные руководители
Декабрь	Мама, папа, я – спортивная семья	Кл. рук. 3-4 кл. Учителя физической культуры
Январь Весь период	Веселые старты Спортивные праздники	Кл. рук. 1-4 кл. Учителя физической культуры Учителя физической культуры, Классные руководители
Февраль	Фитнес-фестиваль «Будем жить» «Лыжня России» - соревнования по лыжным гонкам	Учителя физической культуры Учителя физической культуры
Март	Соревнования по мини – футболу	Учителя физической культуры
Апрель	Городская военно-спортивная эстафета	Руководитель клуба «Юный ракетчик»

	Разделы Программы «Здоровье»	Классы	Где изучаются
	<u>Самопознание:</u> 1) знание своего тела, самопознание через ощущение, чувства, образ. 2) функции основных систем организма; физиологические и психические процессы различного периода взросления. 3) представление о здоровом и больном теле в разных культурах; обменные и инфекционные болезни, приводящие к нарушению формы тела и/или инвалидности; самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения.	1-11	Природоведение Биология, физкультура, История, обществознание, биология, физкультура, классные часы
	<u>Я и другие:</u> 1) правила межличностного общения; дружба; поведение на улице и в общественных местах; правила поведения с незнакомыми людьми; правила семейного общения; правила ребенка в семье. 2) базовые компоненты общения: внимание, слушание, активное слушание. Виды и формы общения. Способы реагирования на критику. Способы разрешения конфликтов с родителями, друзьями, учителями. Отношения между мальчиками и девочками. 3) индивидуальные различия в восприятии и понимании людьми	1-4 5-9 10-11	Чтение, физкультура, классный час. обществознание, биология, литература, классный час. Биология, обществознание, ОБЖ, литература, химия, классный час. Классные часы.

	друг друга. Интимные межличностные отношения: дружба, любовь, вражда, одиночество. Формальные и неформальные группы, их социально-психологическая специфика. Болезни человека, связанные с употреблением наркотиков, табака, алкоголя. Защита себя и других в ситуациях употребления ПАВ.		Биология, химия, классный час.
	<u>Гигиенические правила предупреждение инфекционных заболеваний.</u> 1. Гигиена тела, гигиена полости рта, гигиена труда и отдыха. 2. Профилактика инфекционных заболеваний.	1-11	Трудовое обучение, природоведение, биология, классный час Биология, физкультура, ОБЖ
	<u>Питание и здоровье</u> 1. Питание – основа жизни. 2. Гигиена питания.	1-11 1-11	Природоведение, биология, трудовое обучение, химия, ОБЖ, классный час.
	<u>Основы личной безопасности и профилактика травматизма.</u> 1. Безопасное поведение на дорогах. 2. Бытовой и уличный травматизм. 3. Поведение в экстремальных ситуациях.	1-11 1-11 1-11	Классный час. Природоведение, химия, физика, трудовое обучение, физкультура, ОБЖ, физкультура.
	<u>Культура потребления</u>	1-11	Классный час, беседы

	<u>медицинских услуг.</u> 1. Выбор медицинских услуг. 2. Обращение с лекарственными препаратами.	1-11	врача Биология, химия, ОБЖ
	<u>Предупреждение</u> <u>злоупотребления ПАВ.</u>	9-11	Классный час, биология, химия, обществознание, история, ОБЖ.