

«Утверждаю»
Директор МБОУ «Чажемтовская СОШ»
_____ Е.Н. Крупенкин
Приказ от «29» декабря 2020 г. №

ЦЕЛЕВАЯ ПРОГРАММА "ЗДОРОВАЯ ШКОЛА" 2021-2025 г.г.



Содержание

Паспорт Программы	3-4
«Целевая программа "Здоровая школа"»	
1. Введение.	5
2. Основание для разработки программы	6
3. Цели и задачи программы	7
4. Основные направления реализации Программы	8
5. Формы и методы реализации Программы	8
6. Оздоровительная модель	8
7 . План реализации программы «Здоровая школа»	10-13
8.Формы и методы здоровьесберегающих технологий, применяемых в общеобразовательном учреждении	13-14
9. Организация работы по формированию культуры здоровья обучающихся, на различных этапах обучения	15-16
10. Деятельность по совершенствованию медицинского обслуживания обучающихся	16-18
11. Ожидаемые результаты	19
Приложения	19-21
1. Сквозные тематические классные часы	
2. Тематика вопросов на родительских собраниях	
3. Темы конкурсов, викторин.	
4. Анкеты, тесты, опросники	

Паспорт программы

Наименование программы	Программа «Здоровье»
Нормативно-правовая база	- Конституция РФ; - Декларация прав ребенка; - Федеральный закон № 273-ФЗ "Об образовании в РФ"; - санитарные нормы и правила, утвержденные совместным постановлением Министерства образования РФ и Гос-санэпиднадзора; - ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
Заказчик программы	Администрация школы
Сроки реализации программы	2021-2025 гг.
Цель программы	Создание благоприятных условий для сохранения, укрепления физического, психического здоровья обучающихся, для формирования потребности в здоровом образе жизни.
Задачи программы	1. Организация и проведение мероприятий по охране и укреплению здоровья обучающихся и учителей. 2. Интеграция образовательного и оздоровительного процессов. 3. Обеспечение непрерывного образования педагогов и обучающейся молодёжи по вопросам формирования культуры здоровья. 4. Мониторинг здоровья. 5. Четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы. 6. Гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня.
Основные направления программы	<i>Медицинское направление предполагает:</i> • создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья; • составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований; • гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня; • четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы; • реабилитационную работу; • обязательное медицинское обследование; <i>Просветительское направление предполагает:</i> • организацию деятельности с обучающимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; • организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; • пропаганду здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, конкурсы рисунков, плакатов, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма). <i>Психолого-педагогическое направление предполагает:</i>

	• использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности; • предупреждение проблем развития обучающихся; • обеспечение адаптации на разных этапах обучения; • развитие познавательной и учебной мотивации; • формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля. <i>Диагностическое направление предполагает:</i> • проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются: общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний; • текущая заболеваемость, в том числе скрытая (обучающийся не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей); • режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.
<i>Ожидаемый результат</i>	- Снижение числа уроков пропущенных по болезни. - Снижение числа рецидивов хронических заболеваний у обучающихся и педагогов; - Снижение заболеваемости обучающихся ОРЗ; - Снижение количества психоэмоциональных расстройств; - Повышение уровня физической подготовки обучающихся; - Улучшение успеваемости по физической культуре; - Увеличение количества обучающихся с положительной самооценкой; - Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения; - Улучшение качества питания в школьной столовой; - Осознанное отношение обучающихся и их родителей к состоянию здоровья, как основному фактору успеха на последующих этапах жизни; - Увеличение числа обучающихся в спортивных секциях; - Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья.
<i>Участники реализации программы</i>	Педагоги, родители, обучающиеся, пожарная часть, ГИБДД, больница.

Целевая программа "Здоровая школа"

1. Введение.

Проблемы сохранения здоровья обучающихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить обучающимся возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у них необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, МБОУ «Чажемтовская СОШ» (далее – ОО) были взяты сведения 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 будущее государства, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения в школе состояние здоровья обучающихся ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья обучающихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы программы здоровьесбережения ОО была определена забота о сохранении здоровья обучающихся и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья обучающегося. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для обучающихся, вести здоровый образ жизни.

Отчетливо осознавая невозможность решения проблемы в одиночку, ОО всемерно стремится к тесным связям с семьей, общественностью, организационными структурами и старается всесторонне обеспечивать преемственную связь между программами начальной основной и средней школы. Учебные программы этих уровней образования предоставляют обучающимся все возможности получения знаний, приобретения жизненных умений и навыков, соответствовать потребностям обучающихся и стимулировать их к дальнейшему приобретению знаний.

Освобождение системы образования от жестких рамок привычных стереотипов и норм, появление новых степеней свободы у образовательных учреждений дали поразительный толчок творчеству. Но вместе с ним возросла учебная нагрузка на обучающихся. Чтобы решить это противоречие, нужна программная скоординированная работа всех участников образовательного и воспитательного процессов, опирающаяся на научно-обоснованные решения и рекомендации.

2. Основание для разработки Программы

Известно, что растущий организм ребёнка в силу особенностей своего развития особо чувствителен к воздействию факторов внешней среды, а также дефициту питательных веществ и микроэлементов.

Безусловно, на состояние здоровья детей оказывают существенное влияние такие факторы как неблагоприятные социальные и экологические условия. Одновременно с негативным воздействием экологических и экономических кризисов на детей оказывают негативное воздействие множество факторов риска, имеющих место в общеобразовательных учреждениях. Они в период обучения приводят к постепенному ухудшению здоровья детей и подростков.

К проблемам ОО, связанным с заботой о здоровье обучающихся, можно отнести:

- ✓ учебные перегрузки обучающихся, приводящие их к состоянию переутомления;
- ✓ «Школьные стрессы»;
- ✓ распространение в среде обучающихся вредных привычек;
- ✓ неправильная организации физической активности обучающихся;
- ✓ питание обучающихся во время их пребывания в ОО;
- ✓ низкий уровень культуры здоровья обучающихся, недостаток знаний по вопросам здоровья;
- ✓ необходимость сотрудничества с родителями по вопросам сохранения и укрепления здоровья их детей;

Уроки физической культуры, а так же физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня обеспечивают сохранность и укрепление здоровья обучающихся, расширяют двигательный опыт, развивают и закрепляют интерес к самостоятельным формам занятий физическими упражнениями. Оценивая физкультурно-оздоровительную работу, следует отметить оздоровительную направленность уроков физической культуры.

На уроках решаются задачи укрепления здоровья, содействия правильному физическому развитию организма обучающихся, обучение их жизненно важным умениям и навыкам, соблюдения техники безопасности. Уроки физической культуры обеспечивают дифференцированный и индивидуальный подход к обучающимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, особенностей развития психических свойств и качеств.

3. Цели и задачи Программы

Цель программы:

Создание благоприятных условий для сохранения, укрепления физического, психического здоровья обучающихся, для формирования потребности в здоровом образе жизни.

Задачи программы:

1. Организация и проведение мероприятий по охране и укреплению здоровья обучающихся и учителей.
2. Интеграция образовательного и оздоровительного процессов.
3. Обеспечение непрерывного образования педагогов и обучающейся молодёжи по вопросам формирования культуры здоровья.
4. Мониторинг здоровья.
5. Четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния ОО.
6. Гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня.

4. Основные направления реализации Программы

Медицинское направление предполагает:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения обучающихся и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния ОО;
- реабилитационную работу;
- обязательное медицинское обследование;

Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с обучающимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганду здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, конкурсы рисунков, плакатов, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма).

Психолого-педагогическое направление предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем развития обучающихся;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля.

Диагностическое направление предполагает:

- проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются: общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- текущая заболеваемость, в том числе скрытая (обучающийся не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);

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

5. Формы и методы реализации Программы

- ✓ Исследование и оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья обучающихся. Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний;
- ✓ Мониторинг психофизического здоровья обучающихся;
- ✓ Контроль над соблюдением санитарно-гигиенического режима, организация учебного процесса;
- ✓ Организация и контроль обеспечения сбалансированного питания обучающихся;
- ✓ Физическое воспитание, организация активно-двигательного досуга;
- ✓ Профилактика травматизма;
- ✓ Формирование здорового образа жизни и профилактика вредных привычек.

6. Оздоровительная модель



7. План реализации программы «Здоровая школа»

№ п/п	Направление	Сроки	Ответственный
----------	-------------	-------	---------------

I. Исследование и оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья обучающихся. Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний.			
1	Систематическое проведение динамических наблюдений за здоровьем и физическим развитием детей с целью определения группы занятий физической культурой	В течение учебного года	Медицинский работник
2	Ежегодный профилактический осмотр обучающихся узкими специалистами – медиками.	В течение учебного года	Медицинский работник
3	Оформление листа здоровья в школьном журнале.	сентябрь	Медицинский работник
4	Обследование детей, поступающих в школу. Выделение обучающихся группы «риска» и обучающихся, имеющих хронические заболевания.	В течение учебного года	Администрация ОО, медицинский работник, психолог, социальный педагог
5	Создание банка данных о состоянии здоровья обучающихся	ежегодно	Медицинский работник
6	Осуществление контроля над предписанием врачей (листа здоровья).	В течение учебного года	Медсестра
7	Санитарно-гигиенические наблюдения за местами и условиями проведения занятий (контроль над проветриванием, влажной уборкой школьных помещений, освещением и расстановкой мебели).	В течение учебного года	Заместитель директора по ВР, заместитель директора по АХЧ
8	Контроль над организацией питания обучающихся в школьной столовой.	В течение учебного года	Медицинский работник, зам директора по ВР
9	Анализ случаев травматизма в школе	В течение учебного года	Медицинский работник, специалист по охране труда
10	Выпуск санбюллетеней	В течение учебного года	Медицинский работник, заместитель директора по ВР
11	Проведение профилактических прививок.	В течение учебного года	Медицинский работник
II. Мониторинг психофизического здоровья обучающихся			
1	Тестирование в рамках комплексной программы оценки психофизического состояния и функционирования возможностей организма человека	В течение года	Учителя физкультуры, психолог, социальный педагог
2	Психологический мониторинг здоровья обучающихся: - тест на адаптацию в начальной школе, средней школе; - тест на тревожность	Сентябрь Март	Педагог-психолог
III. Контроль над соблюдением санитарно-гигиенического режима, организация учебного процесса			
1	Организация режима работы школы согласно СанПиН 2.4.2. 1178-02.	В течение учебного года	Заместитель директора по АХЧ
2	Организация индивидуального обучения, в том числе на дому с обучающимися, имеющими статус ОВЗ, на основании справки ВК.	В течение учебного года	Заместитель директора по УР
3	Организация и проведение контроля над	В течение	Администрация школы,

	выполнением санитарных норм и правил, а также ТБ в образовательном учреждении.	учебного года	школьная медсестра
4	Организация и проведение на уроках физкультминуток, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности в начальной школе.	В течение учебного года	Учителя начальных классов
6	Проводить диагностические исследования: ✓ Дозировка домашнего задания ✓ Здоровье обучающихся в режиме дня школы ✓ Нормализация учебной нагрузки	В течение учебного года	Заместители директора по УВР, ВР, УР
7	Контроль над соблюдением санитарно-гигиенических норм организации УВП, нормирования учебной нагрузки и профилактики утомления обучающихся.	В течение учебного года	Заместители директора по УВР, ВР, УР
8	Разработка и реализация обучающих программ по формированию культуры здоровья и профилактике вредных привычек.	В течение учебного года	Классные руководители, учитель биологии
9	Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся.	В течение учебного года	Учителя-предметники
10	Строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств в обучении (компьютер, аудиовизуальные средства).	В течение учебного года	инженер, учителя-предметники
11	Рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культурой и занятий активно-двигательного характера в начальной школе.	В течение учебного года	Учителя физической культуры
12	Индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития обучающихся).	В течение учебного года	Учителя-предметники
13	Проведение уроков здоровья.	В течение учебного года	Учителя начальных классов
14	Проведение специальной гимнастики на осанку для обучающихся на уроках.	В течение учебного года	Учителя-предметники
15	Проведение на уроках специальной гимнастики для глаз. Обязательно для всех обучающихся (1-11 кл.).	В течение учебного года	Учителя-предметники

IV. Организация и контроль обеспечения сбалансированного питания обучающихся

1	Организация горячего питания в школе для всех обучающихся	В течение учебного года	Классные руководители, заместитель директора по ВР, бракеражная комиссия
2	Осуществление контроля над организацией приема пищи и качеством её приготовления	В течение учебного года	Медицинский работник, бракеражная комиссия
3	Организация работы бракеражной комиссии	В течение учебного года	Заместитель директора по ВР

V. Физическое воспитание, организация активно-двигательного досуга

1	Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (физкультурные паузы).	В течение учебного года	Учитель физической культуры, учителя-предметники.
2	Регулярное проведение:	В течение учебного года	Учителя физической культуры

	- Дней здоровья; - Спортивных соревнований; - Недели физкультуры и спорта; - походов	учебного года, 1 раз в четверть	культуры, заместитель директора по ВР
3	Расширение сети спортивных секций	В течение учебного года	Учителя физической культуры
4	Проведение конкурса на самый спортивный класс.	Ежегодно, май	Учителя физической культуры
5	Регулярное проведение спортивных соревнований и праздников на всех ступенях обучения.	В течение учебного года	Учителя физ. воспитания
6	Создание условий для организации летней занятости обучающихся, обеспечение максимального охвата детей и подростков различными видами и формами летнего труда и отдыха	В течение учебного года	Заместитель директора по ВР
7	Организация систематического контроля над процессом физического воспитания, эффективным использованием имеющейся базы.	В течение учебного года	Заместитель директора по УВР

VI. Профилактика травматизма

1	Планирование работы с детьми по охране труда в соответствии с приказом Министерства образования РФ	В течение учебного года	Администрация ОО, классные руководители
2	Проведение проверки состояния ТБ в кабинетах, мастерских, спортзале, гардеробе, лабораториях, столовой.	В течение учебного года	Специалист по охране труда, заместитель директора по АХЧ
3	Проведение плановой эвакуации обучающихся и сотрудников из здания школы не реже 2 раз в учебном году	В течение учебного года	заместитель директора по АХЧ, преподаватель-организатор ОБЖ
4	Осуществление контроля над соблюдением правил ТБ на уроках физкультуры, технологии, информатики, при проведении лабораторных и практических работ на уроках физики, химии, биологии, при проведении кружковой работы, внеклассных мероприятий, летнего труда и отдыха обучающихся.	В течение учебного года	Учителя-предметники, заместитель директора по ВР
5	Осуществление контроля над дежурством по школе.	В течение учебного года	Заместитель директора по ВР
6	Проведение месячников по правилам дорожного движения «Безопасность детей»	2 раза в учебном году	Заместитель директора по ВР, преподаватель-организатор ОБЖ
7	Постоянное обновление стенда «Дорожная азбука»	ежегодно	Преподаватель-организатор ОБЖ
8	Проведение внеклассных мероприятий по правилам дорожного движения	Сентябрь, май Октябрь, апрель	Заместитель директора по ВР, преподаватель-организатор ОБЖ
9	Проведение классных часов, бесед. Участие в муниципальных конкурсах.	В течение учебного года	Кл руководители, зам директора по ВР
10	Организация курса ПДД по программе внеклассной работы с 1 по 11 класс	В течение учебного года	Классные руководители, преподаватель-организатор ОБЖ
11	Организация совместной работы с ГИБДД по	В течение	Заместитель директора

	изучению правил дорожного движения	учебного года	по ВР, преподаватель-организатор ОБЖ
VII. Формирование здорового образа жизни и профилактика вредных привычек.			
1	Привлечение обучающихся к занятиям в объединениях спортивно-оздоровительной направленности как в школе, так и за ее пределами	В течение учебного года	Классные руководители, учителя физической культуры
2	Проведение анкетирования среди обучающихся «Отношение детей к своему здоровью и ЗОЖ»	октябрь	Преподаватель-организатор ОБЖ
3	Проведение лекций по профилактике наркомании	В течение учебного года	Классные руководители, социальный педагог
4	Выпуск санбюллетеней «Профилактика гриппа», «Азбука здоровья»	В течение учебного года	Ученическое самоуправление
5	Совещание классных руководителей «Основные формы работы по профилактике здорового образа жизни».	Октябрь, март	Заместитель директора по ВР
8	Проведение совместно с родительской общественностью и мед. работниками мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, включающие проведение классных часов, викторин, лекций, спортивных соревнований (приложение 1,2,3)	В течение учебного года	Классные руководители
9	Привлечение подростков группы «риска» к участию в подготовке и проведения мероприятий спортивно-развлекательного и общественно-значимого характера.	В течение года	заместитель директора по ВР, социальный педагог, педагог-психолог
10	Классные часы, коррекционно-развивающие занятия, с участием педагога-психолога направленные на отработку конструктивного поведения, преодоления стрессовых ситуаций.	В течение учебного года	Классные руководители, педагог-психолог
11	Участие в спартакиадах и спортивных мероприятиях.	В течение учебного года	Учителя физической культуры

VIII. Здоровьесберегающая деятельность педагогического коллектива

Органы управления	мероприятия программы	Сроки выполнения			
		2021-2022 гг.	2022-2023 гг.	2023-2024 гг.	2024-2025 гг.
Административный Совет	1. Создание временной творческой группы по разработке Программы здоровьесбережения	Май 2021			
	2. Анализ результатов	После прохождения			

	медицинского осмотра участников образовательного процесса.	ния осмотра			
	3. Анализ влияния состояния здоровья обучающихся на уровень обученности.	Май	Май	май	май
	4. Анализ дозировки учебной нагрузки: учебные планы; график контрольных работ.	Сентябрь	сентябрь	сентябрь	сентябрь
	5. Итоговый анализ состояния здоровья обучающихся.	май	май	май	май
Педагогический Совет	1. Обсуждение и принятие Программы здоровьесбережения	октябрь			
	2. Использование здоровьесберегающих технологий.		январь	апрель	сентябрь
Методический Совет	1. Обсуждение Программы здоровьесбережения	сентябрь			
	2. Составление	август	август	август	август

	плана работы с учетом внедрения здоровьесберегающих технологий.				
	3. Разработка критериев уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования.	октябрь			
	4. Мониторинг влияния состояния здоровья обучающихся на качество знаний по предметам.	апрель	апрель	апрель	апрель

8. Формы и методы здоровьесберегающих технологий, применяемых в общеобразовательном учреждении.

<i>Школьные факторы риска</i>	<i>Способы устранения факторов риска</i>	<i>Формы здоровьесберегающей работы</i>	<i>Методы и организационные подходы</i>
Неудовлетворительное состояние внутришкольной среды	Административный контроль над соблюдением требований СанПиН	Мониторинг состояния, содержания помещений школы	Дополнительное привлечение (общественных) инвестиций
Нерациональная организация учебного процесса и режима учебной нагрузки	- Оптимизация образовательного пространства (ОП) - Создание комфортности условий среды - Соблюдение гигиенических требований к составлению	- Рациональное чередование учебной и не учебной деятельности обучающихся - Расширение, гибкое моделирование образовательного	- составление гибких вариантов расписания занятий с использованием экскурсионных и выездных уроков. - Создание кабинетов

	расписания уроков, факультативных занятий, объему общей нагрузки, объему домашних заданий.	пространства.	психологической разгрузки
Низкая двигательная активность (гиподинамия)	• Физическое воспитание. • Режим повышенной двигательной активности	• Включение в режим учебного процесса комплексов динамических нагрузок	• Физкультминутки, • Уроки физической культуры. • Занятия в спортивных секциях • Спортивные соревнования
Неадекватные возможностям обучающихся методы обучения, недифференцированный уровень требований	• Использование методик обучения, адекватных возрастным возможностям обучающихся. • Индивидуальный дифференцированный подход к обучению	• Применение технологий адаптивного, проблемного, развивающего, личностно-ориентированного обучения. • Индивидуальное дозирование учебной нагрузки. • Гибкие формы режимов и учебных планов.	• Индивидуальные траектории обучения в разноуровневой системе учебных предметов; • Проектная деятельность обучающихся
Стрессовые психолого-педагогические факторы (дезадаптация, дидактогения)	• Педагогические технологии сотрудничества и взаимодействия всех участников общеобразовательного процесса. • Медико-педагогическое сопровождение.	• Ценностно-ориентированная система воспитания • Дополнительное образование	• Диагностика, • Консультирование
Временные или стойкие нарушения здоровья обучающихся	• Профилактические, реабилитационные, оздоровительные мероприятия	• Физкультурно-оздоровительная работа.	• ЛФК • Витаминопрофилактика
Отсутствие культуры здоровья	• Учебно-воспитательная система педагогической работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.	• Лекции • Беседы • Разработка и внедрение учебных курсов по здоровому образу жизни	• Урочная и внеурочная система обучения • Лектории • Фильмотеки • Консультации специалистов

9. Организация работы по формированию культуры здоровья

обучающихся на различных этапах обучения:

9.1. Методическое, педагогическое и диагностическое сопровождение оздоровительной работы с обучающимися:

1. Система оздоровительной работы МБОУ «Чажемтовская СОШ»;
2. Работа по пропаганде ЗОЖ (приложение 6);
3. Формы и методы здоровьесберегающих технологий, применяемых в общеобразовательном учреждении;
4. Паспорт здоровья обучающихся 1-4 классы;
5. Методическая папка «Физминутки на уроках начальной школы», «Пальчиковая гимнастика», «Комплекс корригирующей гимнастики для глаз»;
6. Схема анализа урока для учителя и заместителя директора с учетом здоровьесберегающих технологий;
7. Памятки для обучающихся и родителей по здоровьесберегающим технологиям (приложение);
8. Анкеты для родителей и обучающихся (приложение);
9. В течение года проводятся диагностические исследования:
 - ✓ Дозировка домашнего задания
 - ✓ Здоровье обучающихся в режиме дня школы
 - ✓ Нормализация учебной нагрузки
10. Ведется контроль над:
 - Соблюдением санитарно-гигиенических норм организации УВП, нормирования учебной нагрузки и профилактики утомления обучающихся.
 - Разработка и реализация обучающих программ по формированию культуры здоровья и профилактике вредных привычек.
 - Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся.
 - Строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств в обучении (компьютер, аудиовизуальные средства).
 - Рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культурой и занятий активно-двигательного характера в начальной школе.
 - Индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития обучающихся).
 - Проведение уроков здоровья.
 - Проведение специальной гимнастики на осанку для обучающихся на уроках.
 - Проведение на уроках специальной гимнастики для глаз. Обязательно для всех обучающихся (1-11 кл.) проводятся ежедневные влажные уборки с применением моющих средств. Уборка в классах проходит после окончания уроков;

9.2. В рамках формирования культуры питания в школе проводятся мероприятия:

- Конкурсная программа «Овощной бал»

- Выставка книг в библиотеке «Разговор о правильном питании»
- Классные часы: Культура правильного питания
- Классные часы: Что надо есть, если хочешь стать сильным?
- Родительские собрания по классам тема: «Питание - идеальное и реальное»
- Беседы по классам по теме: Гигиена питания. Профилактика желудочно-кишечных заболеваний.
- Выпуск санбюллетеня «Приятного аппетита!»
- Беседа: Сколько нужно пищи и какой.
- Уроки здоровья: «Продукты разные нужны, продукты разные важны».
- Праздник «Кулинарное путешествие» (кухни разных народов)
- Уроки здоровья: «Овощи и фрукты – витаминные продукты»

10. Деятельность по совершенствованию медицинского обслуживания обучающихся:

10.1. Медицинское обслуживание обучающихся осуществляется медицинским персоналом, специально закрепленным за ОО.

10.2. Медицинский кабинет располагается на первом этаже. Имеется достаточное искусственное и естественное освещение. Для функционирования есть все необходимое: кушетка, стол письменный, шкаф аптечный, средства по оказанию необходимой помощи, набор прививочного инструментария, холодильник для вакцин и медикаментов, умывальник, весы медицинские, ростомер, лампа, термометры медицинские. Для кварцевания используются кварцевые лампы. Стены и потолок гладкоокрашенные, что соответствует требованиям и допускает уборку влажным способом. Приобретаются медикаменты и материалы для проведения профилактических прививок. В кабинете имеется журнал обращений обучающихся;

10.3. В течение года у медицинского работника находится на контроле соблюдение санитарно-гигиенического режима, организация противоэпидемического и учебного режимов:

- Организация режима работы школы согласно СанПиН 2.4.2. 1178-02.
- Организация и проведение контроля над выполнением санитарных норм и правил, а также ТБ в ОО.
- Организация на уроках физкультминуток, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности в начальной школе.
- Санитарно-гигиенические наблюдения за местами и условиями проведения занятий (контроль над проветриванием, влажной уборкой школьных помещений, освещением и расстановкой мебели).
- Контроль над организацией питания обучающихся в школьной столовой.
- Иммунизация обучающихся и педагогов.

10.4. В течение учебного года проводятся исследования и оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья обучающихся, медицинское обслуживание и профилактика заболеваний:

- Систематическое проведение динамических наблюдений за здоровьем и физическим развитием обучающихся с целью определения группы занятий физической культурой.
- Ежегодный профилактический осмотр обучающихся узкими специалистами – медиками.
- Оформление листа здоровья в школьном журнале.
- Обследование детей, поступающих в школу. Выделение обучающихся группы «риска» и больных обучающихся.
- Создание банка данных о состоянии здоровья обучающихся.
- Анализ случаев травматизма в школе.

10.5. Создание благоприятных условий для сохранения, укрепления физического, психического здоровья обучающихся, для формирования потребности в здоровом образе жизни, в ходе реализации программы «Здоровая школа» совместно с медицинским работником проводится работа:

- по профилактике иммунизации:

- Беседы в 5-7 классах «Для чего необходимо делать прививки»;
- Тематические лекции в 9-11 классах «Живая крепость - иммунитет»;
- Конкурс рисунков в 1-4 классах «Я прививок не боюсь»;
- Выпуск санбюллетеня «Каждый ребенок имеет право на защиту от болезней»;
- Классные часы в 8 классах «Что в жизни зависит от меня?»;

- лечебно-оздоровительная с обучающимися:

- Анализ углубленного осмотра обучающихся. Своевременно брать на «Д» учет обучающихся с выявленной патологией.
- Своевременное (т.е. в срок указанный в информационном листе направление «Д» больных на прием к узким специалистам и участковому врачу).
- Наблюдение и контроль над правильным рассаживанием обучающихся, за правильным распределением уроков (в целях профилактики понижения зрения и утомляемости обучающихся).
- Совместно с администрацией разработан и ведется график санитарно-эпидемиологического режима в школе:
 - Время проведения влажной уборки классов,
 - Время сквозного проветривания классов,
 - Санитарного состояния спортзала - проветривание, влажная уборка,
 - Своевременная обработка дезинфицирующими средствами санитарных узлов (особенно при карантинном режиме),
- Ежедневно проверять санитарное состояние пищеблока, т.е. соблюдение воздушного и температурного режима.
- Проводятся лекции, беседы с обучающимися и родителями по профилактике инфекционных, венерических и желудочно-кишечных заболеваний.
- Осуществляется тщательный контроль над организацией питания, хранения продуктов, их реализация, ведением документации.

- санитарно-просветительская работа:

- Проведение ежемесячных бесед с персоналом о санитарно-эпидемиологическом режиме в школе.

- Проведение лекций для обучающихся:
 - В осенне-зимний период «Профилактика ОРВИ», выпустить санбюллетень .
 - Постоянные беседы с обучающимися по профилактике туберкулеза и других инфекционных заболеваний.
- В марте проводятся лекции с обучающимися о вредных привычках.
- В апреле проводятся лекции «СПИД - болезнь века».
- Выпуск санбюллетеней:
 - «Как не заболеть гриппом» (февраль)
 - туберкулез набирает силу распространения (апрель)

10.6. Для обучения родителей проводятся родительские лектории и общешкольные родительские собрания:

- «Адаптационный период при переходе в основную школу и пути его преодоления»
- «Адаптационный период. Особенности подготовки домашнего задания»
- «О состоянии преступности, правонарушениях, проявление экстремизма и национализма среди подростков»
- «Формирование здорового образа жизни ребенка»
- «Формирование здорового образа жизни. Роль семьи в профилактике вредных привычек, девиантного поведения и правонарушений»

11. Ожидаемые результаты

- ✓ Снижение числа уроков пропущенных по болезни.
- ✓ Снижение числа рецидивов хронических заболеваний у обучающихся и педагогов;
- ✓ Снижение заболеваемости обучающихся ОРЗ;
- ✓ Снижение количества психоэмоциональных расстройств;
- ✓ Повышение уровня физической подготовки школьников;
- ✓ Улучшение успеваемости по физической культуре;
- ✓ Увеличение количества обучающихся с положительной самооценкой;
- ✓ Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения;
- ✓ Улучшение качества питания в школьной столовой;
- ✓ Осознанное отношение обучающихся и их родителей к состоянию здоровья, как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- ✓ Увеличение числа обучающихся в спортивных секциях;
- ✓ Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья.

Приложение

Сквозная тематика классных часов.

Класс	Соматическое здоровье	Физическое здоровье	Психологическое здоровье	Нравственное здоровье
1 - 4	- Знакомство с организмом человека. - Чистота – залог здоровья. - Расту здоровым. - Кто нас лечит. - Как уберечь себя от травм. - Цвета светофора. - Огонь – это опасно. - Уход за одеждой. - Культура поведения во время болезни. - Культура питания.	- Подвижные игры. - Закаливание организма. - Работа школьных секций. - Спортивные соревнования. - Весёлые старты.	- Психодиагностика. - Ужасные привычки в школе и дома. - Что прячется в капле никотина.	- Слово о маме. - Дом, в котором я живу. - Братья наши меньшие. - Моя Родина. - Цветик-семицветик
5 - 7	- Культура личной гигиены. - Спецкурс «Полезные привычки». - ЮИД академия. - Культура личной гигиены. - Культура учебного труда. - Оказание первой помощи. - Кока-кола и чупа-чупс: вредны ли они.	- Старты надежд. - Работа школьных секций. - Спортивные соревнования. - «Зарница»	- Психодиагностика. - Обучение психологической гимнастике. - Как жить не ссорясь. - Тренинги «Я люблю своё тело»	- В ладу с самим собой. - Мечтательность, страх, испуг. - Под крышей дома своего. - Вместе весело шагать. - Драться или не драться: разговор по душам. - Папы, мамы, бабушки и дедушки: вместе лучше. - В природном царстве. - Место, где я живу.
8 - 11	- Размышления о наркомании. - СПИД- это реальность или миф. - Уберечь от дурмана. - Школьнику о вреде алкоголя и курения. - Пьянство и закон. - Гигиена юноши и девушки - Культура физического здоровья. - Гигиена рабочего места. - Организация труда. - Азбука половой жизни. - У порога семейной жизни. - Ромео и Джульетта в школе: проблемы взаимоотношений.	- Работа школьных секций. - Спортивные соревнования. - Соревнования допризывников. - Физ. тестирование.	- Психодиагностика. - Тренинги «Умей сказать нет».	- Спешите делать добро. - Давайте говорить друг другу комплименты. - Любовь за любовь: красота родной земли. - Как быть красивой. - Свет мой, зеркальце, скажи. - Блистающий мир. - Первое свидание.

Тематика вопросов на родительских собраниях

1. Психологические особенности обучающегося разного возраста.
2. Режим дня и гигиенические нормы.
3. Режим питания.

4. Как уберечь вашего ребёнка от вредных привычек.
5. Лекции медицинской сестры.
6. Семейные конфликты.
7. Безопасность детей

Конкурсы, викторины

1. Конкурсы рисунков:
 - «Осторожно, дети» (по правилам дорожного движения)
 - «Я за здоровый образ жизни!»
 - «Зелёная аптека».
2. Конкурс плакатов:
 - «Жизнь без наркотиков!»
 - «Нет вредным привычкам!»
3. Викторины:
 - «Вопросы и ответы»;
 - «Кушайте на здоровье».
4. Весёлые старты.
5. Товарищеские встречи по разным видам спорта.