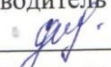
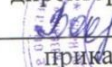


Рязанская область Сасовский район
Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Демушкинская средняя школа»

<p>«Согласовано»: руководитель филиала  Г. В. Савина « 31 » августа 2021г.</p>	<p>«Утверждаю»: директор МКОУ «Демушкинская СШ»  В. Б. Подосинникова приказ № 174 от « 31 » августа 2021г.</p>
---	---



ПРОГРАМА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В ШКОЛЕ

«Здоровье – это жизнь»

«Берестянская ОШ – филиал

МКОУ «Демушкинская СШ»

на 2021-2024г.



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 здоровью сбережению, 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 здоровье сбережения.

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 здоровье сбережения 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.

2. Цели 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;
- обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

3. Задачи программы:

- четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- 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.

4. Функции различных категорий работников школы

4.1. Функции фельдшера местного ФАПа:

- определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы.

4.2. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль над организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация преподавания вопросов валеологии на уроках биологии и ОБЖ;
- организация и контроль уроков физической культуры;

- обеспечение работы спортивных секций;
- 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.

4.3. 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, табак курения;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий в рамках программы здоровье сбережения;
- организация и проведение диагностики уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

5. Участники программы:

- Учащиеся.
- Педагоги.
- Родители.

6. Этапы реализации программы:

- 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 здоровья сбережения детей и подростков.

Для этого нами создана прогнозируемая модель личности ученика:

Модель выпускника первой ступени обучения	Модель выпускника второй ступени обучения
<ul style="list-style-type: none"> • знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены; • владение основами личной гигиены и здорового образа жизни. 	<ul style="list-style-type: none"> • 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.

8. Ожидаемые конечные результаты программы:

- повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;
- рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников;
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- повышение уровня самостоятельности и активности школьников;
- повышение 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 природообразными 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 ЗОЖ;
- 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;
- 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;
- обязательное медицинское обследование.

Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табак курения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табак курения, 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 само регуляции и здорового жизненного стиля;

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщении к здоровому досугу;

- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- широкое привлечение учащихся, родителей, 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;
- текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
- режим дня, бытовые условия;
- внешкольная занятость дополнительными занятиями.

12. Здоровье сберегающие образовательные технологии:

- здоровье сберегающие медицинские технологии;
- здоровье сберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровье сберегающие 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.
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.
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, объединений, проведение дополнительных уроков физической культуры;
- динамические паузы;
- индивидуальные занятия;
- дни здоровья;
- физкультминутка для учащихся;
- организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.

3. Урочная и внеурочная работа:

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

15. План деятельности по реализации программы

№ п/п	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат
-------	-------------	---------------------------	-------	-----------------------

1. Медицинское направление.

1.1	<p>Медико-педагогическая экспертиза:</p> <ul style="list-style-type: none">• анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе;• выявление учащихся специальной медицинской группы;• введение строгого учета детей по группам здоровья;• формирование групп здоровья по показателям.	Фельдшер ФАПа	Ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья	Врачи поликлиники	Ежегодно	План медосмотров
1.3	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	Фельдшер ФАПа	Ежегодно	План прививок
1.4	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах.	Классные руководители совместно с фельдшером ФАПа	Ежегодно	Классные журналы
1.5	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководители.	Ежегодно	Материалы отчетов

1.6	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Администрация школы	Ежедневно в течение года	
1.7	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> • проветривание; • освещение; • отопление; • вентиляция; • уборка. 	Администрация школы, классные руководители	Ежедневно в течение года	
1.8	Постоянный контроль над школьной столовой.	Администрация школы	Ежедневно в течение года	

2. Просветительское направление.

2.1	Организация просветительской работы с родителями о пользе спортивных мероприятий.	Классные руководители, учитель физической культуры	Ежегодно	
2.2	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	Администрация школы	Ежегодно	План работы
2.3	Подготовка и проведение педагогического совета по теме "Формирование здорового образа жизни".	Заместители директора		Протокол педсовета

2.4	Организация просветительской работы с учащимися (тематические классные часы и др. виды работ).	Классные руководители	Ежегодно	План работы
2.5	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, табак курения и алкоголизма	Администрация школы	Ежегодно	План работы
2.6	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ и физической культуры.	Учителя-предметники	В течение года	Планы уроков

3. Психолого-педагогическое направление.

3.1	<p>Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> • определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; • изучение психологических возможностей и готовность детей к школе; • выявление профессиональных 	Классные руководители	Ежегодно	Диагностические исследования
-----	--	-----------------------	----------	------------------------------

	<p>интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения;</p> <ul style="list-style-type: none"> • контроль над адаптацией учащихся 5-х и 1-х классов 			
3.2	Классные часы "Здоровьесберегающие технологии обучения".	Классные руководители	В течение года	Материалы классных часов
3.3	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	Учителя-предметники	Ежегодно	Планы уроков

4. Спортивно-оздоровительное направление.

4.1	Организация спортивных мероприятий.	Учитель физической культуры	Ежегодно	План работы
4.2	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	Администрация школы, вожатая	Ежегодно	План работы кружков и секций
4.3	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнеров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной	Учитель физической культуры	Ежегодно	План работы

работы.

5. Диагностическое направление.

5.1	Мониторинг состояния здоровья детей.	Классные руководители, фельдшер ФАПа	Ежегодно	Результаты мониторинга

