

**ПРОГРАММА
«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ШКОЛЫ»**

Паспорт программы

Необходимость создания программы: ухудшение здоровья обучающихся в связи с изменениями экологической обстановки села и района, отношения к своему здоровью, социального благополучия.

Основные разработчики программы: заместитель директора по воспитательной работе Г. В. Ручка, заместитель директора по учебно-воспитательной работе С. П. Карташова, педагог-психолог М. В. Назарьянц.

ЦЕЛЬ: формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

ЗАДАЧИ:

- отработать систему выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- создать информационный банк о состоянии здоровья подростков;
- организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и учителями-предметниками;
- формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
- осуществлять психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья подростков;

Сроки реализации программы. 2009 – 2014 гг.

Перечень основных блоков:

- Педагогический (работа классного руководителя, учителя физической культуры, учителей-предметников);
- Психологический (работа педагога-психолога);
- Социальный (взаимодействие с родителями, учреждениями дополнительного образования);
- Блок двигательной активности (физическое развитие)

Исполнители. Педагоги школы

Ожидаемые результаты.

В результате реализации программы будут

- повышено качество обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус подростков;
- увеличено число детей и подростков, соблюдающих нормы и требования здорового образа жизни;

- разработаны рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения;
- включено в план работы школы регулярное проведение дней здоровья (1 раз в четверть);
- создана комната психологической разгрузки для обучающихся;
- организована система кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.

Система управления и контроля за реализацией программы.

Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет Совет по здоровью.

Формы контроля: результативность работы рассматривается 1 раз в год на МО классных руководителей.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В соответствии с законом РФ “Об образовании” здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования.

Развитие школы идет по пути интенсификации, увеличения физических и психических нагрузок на ребенка. И сегодня уже необходимо говорить о начале глобальной катастрофы всей современной цивилизации. По данным НИИ педиатрии:

- 14 % детей практически здоровы;
- 50 % детей имеют отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата;
- 35 – 40 % детей страдают хроническими заболеваниями.

Беспокоят специалистов и другие недуги современной молодежи, такие как зависимость от табака, алкоголя и наркотиков.

Таким образом, появилась острая необходимость решения данной проблемы в масштабе страны, региона, города, села, школы и отдельно взятого класса.

В школе наблюдаются хронические заболевания, связанные с дыхательной системой и желудочно-кишечным трактом. Еще одним фактором, подтолкнувшим к созданию данной программы, послужило наличие в школе обучающихся с нарушениями осанки и зрения.

Выявлены причинно-следственные факторы, негативно влияющие на здоровье детей :

- стрессовая ситуация в семье и школе;
- недостаточная подготовка родителей и педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей;
- недостатки в существующей системе физического воспитания;
- низкий уровень медицинского обслуживания, направленного, как правило, только на оказание экстренной, необходимой медицинской помощи;
- отсутствие межведомственного подхода к решению данной проблемы.

Программа по здоровьесбережению составлена на основании следующих нормативных документов: Конституции РФ; Конвенции о правах ребенка; закона РФ “Об основных гарантиях прав ребенка”; закона РФ “Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан”; закона РФ “Об образовании”; письма Минобразования РФ от 26.06.2003 г. № 23-51-513/16 “Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования”; письма Минобразования РФ от 28.04.2003 № 13-51-86/13 “Об увеличении двигательной активности обучающихся ОУ// Вестник образования – 2003, июль №7; “Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждениях, СанПиН 2.4.2.1178-02” // Официальные документы в образовании – 2003, №3; приказа Минобразования, Минздравоохранения РФ от 31.05.2002 № 176/2017 “О мерах по улучшению охраны здоровья детей в РФ” // Официальные документы в образовании 20/2002; письма Минобразования “О работе экспериментальных общеобразовательных

учреждений по направлению “Здоровьесберегающие технологии””// Официальные документы в образовании - 2002, №26; письма Минобразования РФ от 21.02.2001 №1 “О классах охраны зрения в общеобразовательных и специальных (коррекционных) ОУ”; приказа Минобразования РФ от 28.02.2000 г. № 619 “О концепции профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде” // Вестник образования – 2000, апрель №8; письма Минобразования России от 26.01.2000 г. № 22-06-86 “О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков”; санитарных правил “Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждениях” // Вестник образования – 2000, №1; решения коллегии Минобразования РФ от 08.04.1997 г. № 4/2 “Об организации работы с детьми со школьной дезадаптацией”; приказа Минобразования России и Минздрава России от 30.06.98 № 186/272 “О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях”).

Цель программы — формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

Миссия программы — научить “безопасному плаванию по жизни

Задачи:

- отработать систему выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- создать информационный банк о состоянии здоровья подростков;
- организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и учителями-предметниками;
- формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
- осуществлять психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья подростков.

Основные блоки программы:

- педагогический (работа классного руководителя, учителя физической культуры, учителей-предметников);
- психологический (работа педагога-психолога);
- социальный (взаимодействие с родителями, учреждениями дополнительного образования);
- блок двигательной активности (физическое развитие).

Задача классного руководителя в педагогическом блоке – стать организатором, координатором совместного творчества (сотворчества) детей, родителей, педагогов-предметников, медиков, которое помогало бы каждому его подопечному осознать здоровье как самоценность, выбрать здоровый образ жизни, поддерживало и развивало детские инициативы в этой области. Эта совместная деятельность может быть не только интересной и увлекательной, она выгодна с точки зрения здоровья для каждого участника этого процесса.

Социально-профилактическая работа в социальном блоке по формированию ценностного отношения к здоровью из эпизодической должна перейти на уровень системы. Данная профилактика должна стать частью всей системы воспитания.

Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни должно также стать одним из основных направлений работы психолого-социальной службы школы. Проведение мониторингов по выявлению учащихся “группы риска” поможет педагогу-психологу наметить формы и методы избирательной профилактики с разными группами учащихся, что даст позитивный результат. Комплексный психолого-педагогический подход к проблеме позволит аккумулировать эффект от взаимодействия всех специалистов.

Отдельным блоком выделен блок физического развития, в котором акцентируется внимание на увеличение двигательной активности.

Блоки реализуются через основные направления работы, представленные по классам:

1- 4 классы – “Здоровье – это здорово!”, под девизом “Твой завтрашний успех начинается сегодня”;

5 - 6 классы – “Здоровье – это спорт!” под девизом “Не тешься успехом долго, намечай новую цель, снова добивайся, снова побеждай”;

7 класс – “Здоровье – это победа над собой!” под девизом “Не стремись победить других, все победы начинаются с победы над самим собой”;

8 класс – “Здоровье – это умение общаться!” под девизом “Для успеха в жизни умение общаться с людьми не менее важно, чем обладание талантом”;

9 - 11 классы – “Здоровье – это жизнь!” под девизом “Успешный человек тот, кто научился учиться и знает, как изменить себя”.

В учебной деятельности здоровьесберегающий компонент реализуется в ходе уроков.

Основные направления и предполагаемые результаты реализации программы

<i>Направления работы</i>	<i>Исполнители</i>	<i>Предполагаемые результаты</i>
1 -4 классы – “Здоровье – это здорово!”, под девизом “Твой завтрашний успех начинается сегодня”;	Классный руководитель, педагог-психолог школы.	- создание благоприятного психо-эмоционального фона; -развитие адаптационных возможностей;

		- формирование у обучающихся потребности ЗОЖ.
5 - 6 классы – “Здоровье – это спорт!” под девизом “Не тешься успехом долго, намечай новую цель, снова добивайся, снова побеждай”;	Классный руководитель, учитель физической культуры	- совершенствование физических качеств; - формирование приоритетного отношения к своему здоровью.
7 класс – “Здоровье – это победа над собой!” под девизом “Не стремись победить других, все победы начинаются с победы над самим собой”;	Классный руководитель, педагог-психолог школы, учителя-предметники	- развитие самопознания; - формирование психологической культуры личности.
8 класс – “Здоровье – это умение общаться!” под девизом “Для успеха в жизни умение общаться с людьми не менее важно, чем обладание талантом”;	Классный руководитель, педагог-психолог школы, учителя-предметники	- совершенствование коммуникативных навыков, качеств толерантной личности.
9 -11 классы – “Здоровье – это жизни!” под девизом “Успешный человек тот, кто научился учиться и знает, как изменить себя”.	Классный руководитель, педагог-психолог школы, учителя-предметники	Формирование здоровой целостной личности

Предполагаемые результаты

Результативность программы прослеживается через мониторинговую деятельность, включающую в себя педагогическую, психологическую, медицинскую диагностику.

В результате работы может быть построена модель здорового школьника.

Механизм осуществления программы

1. Внедрение научно-методических подходов к созданию условий, способствующих формированию, сохранению и укреплению здоровья подростков.

2. Организация и внедрение в практику работы мероприятий, направленных на охрану и укрепление здоровья детей и семьи.

3. Обеспечение непрерывного здоровьесберегающего образования подростков и специалистов структур – участников программы по вопросам культуры здоровья и здорового образа жизни.

1 – 4 классы

Основные мероприятия

n/ n	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
	Классный руководитель	Сочинение -рассуждение «Что такое здоровье?»	Кл. час «Как живешь, ученик?» Конкурс рисунков о здоровье	Диспут «Мои жизненные ценности» (1 этап)	ПДД. Дорожные «ловушки»
	Классный руководитель и педагог-психолог	Сопровождение адаптационного процесса		Психологический тренинг «Ребята, давайте жить дружно!»	Психологическое занятие «Дружеский десерт»
		Проведение дней психологической адаптации	Адаптационная игра «Правила трех С – сотрудничество, сочувствие, самоконтроль»		
	Классный руководитель и учителя-предметники	Природоведение. Урок «Закаливание организма».	Природоведение. Урок «Питание и здоровье человека».	Природоведение. Урок «Роль режима труда и отдыха в сохранении здоровья человека» 5 класс.	ОБЖ. Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1-11 кл.
	Классный руководитель	Проведение профилактических прививок.			

и медицинские работники	Мониторинг санитарно-гигиенических условий Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Мини-исследование «Много ли ты употребляешь витаминов?».	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 4 классов. Составление кроссвордов о витаминах «Веселая минутка».	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья».
Классный руководитель и родители	Психологическая беседа «Особенности адаптационного периода» (педагог-психолог)	Психологическая беседа «Трудности приспособления к темпу школьной жизни и их причины» (психолог)	Собрание «Как сохранить здоровье ребенка?»	Родительское собрание «Семейное воспитание и здоровье наших детей» (психолог)
Классный руководитель и старшая вожатая	Конкурсная программа «Посвящение в первоклассники»	Беседа «Остановись у преступной черты»	Беседа «Вредные привычки»	Сказка «Репка» о вредных привычках
Классный руководитель	«Путешествие в страну «Витаминию»	День здоровья. Игровая программа «Спортлото»	День здоровья. «Богатырские игрища»	День здоровья. День здоровой семьи.

5 – 6 классы

Основные мероприятия

n/ n	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
	Классные руководители	Беседа «Определение здорового образа жизни»	Кл. час «Курение – медленная смерть»	Беседа «Как противостоять влиянию подростков антиобщественны	Викторина «В плену вредных привычек»

				х группировок»	
	Классные руководители				
		Анкетирование «Это сладкое слово «успех»	Анкетирование «Хорошие и плохие привычки»	Тренинг «Привычки и воля»	Игра по развитию толерантности «Волшебный кристалл»
	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Биология . Урок «Особенности и высшей нервной деятельности» (физиология труда, нагрузки, профилактика переутомления), 6 класс.	ОБЖ. Урок-фантазия «Витамины и наш организм».	Литература. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающие употребление спиртного)	Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов.
	Классные руководители и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Мини-исследование «Многие ли ты употребляешь витаминов?»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся .	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 5 - 6 классов. Составление кроссвордов о витаминах «Веселая минутка», 5 – 6 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа детской медсестры «Правильное питание – залог здоровья».
	Классные руководители и родители	Круглый стол «Первые проблемы подросткового возраста» (психолог)	Собрание «Компьютер в жизни школьника»	Родительское собрание «Физическое развитие школьников»	Лекторий «Здоровая семья – здоровый образ жизни»
	Классные руководители	Беседа инспектора ОДН «»Разрешени	И снова о вреде курения	Беседа инспектора ОДН «Уголовная ответственность	Дискуссия «Согласны ли вы с тем, что в жизни надо

		е конфликтов без насилия»		несовершеннолетн их»	пробовать все?»
	Классные руководители и учитель физической культуры	День здоровья. Праздник пяти олимпийски х колец.	День здоровья. Праздник мяча.	День здоровья. «Зимние забавы»	День здоровья. «Папа, мама, я – здоровая семья»

7 класс

Основные мероприятия

n/p	Сотруднич ество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
	Классные руководители	Диаграм ма «Мои жизненные ценности»	Кл. час «Если хочешь быть здоров	Практикум «Как бороться с конфликтами»	Беседа «Что для меня ценно?»
	Классные руководители и педагог-психолог	Беседа с элементами анкетирован ия «Как я отношусь к себе и как ко мне относятся другие»	Психологич еская игра «на пути к образованному человеку»	Классный час «Конфликты и пути их разрешения»	Тренинг «Как подготовиться к экзаменам и сохранить здоровье?»
	Классные руководители и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	ОБЖ. Урок «Наше питание. Что и как мы едим»	ОБЖ. Урок-игра «Как перехитрить грипп», 7 класс.	Биология. Урок «Профилактик а нервных и психических заболеваний. Наркотики. Алкоголизм»	Изготовлен ие памяток о правильном употреблении витаминов.
	Классные	Проведение профилактических прививок.			

руководители и медицинские работники	Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Мини - исследование «Многоти употребляе шь витаминов?».	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Встреча с врачом-офтальмологом.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 7 классов. Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа детской медсестры «Правильное питание – залог здоровья».
Классные руководители и родители	Дискуссия «Пока не поздно! Права и обязанности родителей, права и обязанности ребенка»	Собрание «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»	Лекторий «Подготовка к взрослости» Беседа «Навыки сохранения зрения и его коррекция»	Собрание «Положительные эмоции в жизни человека» (психолог)
Классные руководители и зам. директора по воспитательной работе	Беседа «Алкоголь и его влияние на организм подростка»	Беседа инспектора КДН «Шалость. Злонамеренный проступок. Вандализм»	Беседа «Токсикомания».	История о вредных привычках
Классные руководители и учитель физической культуры	День здоровья Школьные олимпийские игры	День здоровья День бегуна	День здоровья «Ледовые забавы»	День здоровья День спортивной семьи.

8 класс

Основные мероприятия

n/p	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
	Классные руководители	Поездка в бассейн			
		Театрализованная игра «Суд над сигаретой»	Беседа «Мои проблемы»	Кл. час «Я хочу пожелать вам «Здравствуйтесь!»	Вопросы для викторины по СПИДу

	Классные руководители педагог-психолог				
	Классные руководители и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Урок толерантности «Толерантность к проявлению чувств другими людьми»	Тренинг «В гармонии с собой и окружающими»	Классный час «Эмоции и чувства. Их влияние на здоровье человека»	Анкета «Насколько ты эмоционален»
	Классные руководители и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
	Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Беседа мед. работника «Последствия ранних половых связей и беспорядочной половой жизни для здоровья женщины» Мини-исследование «Много ли ты употребляешь витаминов?»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ».	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 8 классов. Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья».	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья».	
	Классные руководители и родители	Собрание «Не дай нам Бог судьбу ребенка увидеть на конце иглы»	Беседа «В здоровом теле – здоровый дух!»	Психологическая беседа с результатами исследования «Агрессия: ее причины и последствия»	Родительское собрание «Ребенок становится трудным» (социальный педагог)

Классные руководители и зам. директора по воспитательной работе	Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!»	Беседа инспектора КДН «Юридическая ответственность за злоупотребление ПАВ»	«Наркотик и – мой яд!»	Анкета: употребление алкоголя, сигарет, наркотиков.
Классные руководители и учитель физической культуры	День здоровья. «Сильные, ловкие, дружные, смелые»	День здоровья. «От спорта к здоровью»	День здоровья. Клуб веселых спортсменов	День здоровья. Праздник на воде. (бассейн)

9 – 11 классы

Основные мероприятия

n/ n	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
	Классные руководители	Беседа «Законы жизни».	Анкета информированности по вопросам ВИЧ – СПИДа	Беседа для девочек «Влияние стиля жизни на репродуктивное здоровье женщины»	Игра «Степень риска»
	Классные руководители и педагог-психолог		Классный час с элементами тестирования «Лидер на все времена»	Классный час с элементами тестирования «Стрессоустойчивость»	Тренинг «Уверенность» (подготовка к экзаменам, повышение самооценки)
	Классные руководители и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	ОБЖ. Распространение буклетов среди обучающихся о необходимости употребления витаминов,	ОБЖ. «Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей. Основы здорового образа жизни. Основные понятия о	Обществознание. Урок «Семья и наркотики», 10 класс.	Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 9-11кл. Химия. Урок «Оксид углерода (II) и оксид углерода (IV)»

		9-11 кл	здоровье и здоровом образе жизни. Понятие о привычках здорового образа жизни», 9 класс.		(образование угарного газа при курении и действии его на организм), 9 класс
	Классные руководители и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Беседа врача-гинеколога «Заболевания, передающиеся половым путем»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ».	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 9 - 11 классов. Беседа «История контрацепции, виды контрацепции». Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья», 9 - 11 классы.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа детской медсестры «Правильное питание – залог здоровья», 9 - 11 кл.
	Классные руководители и родители	Беседа «Твое свободное время и твое здоровье»	Конференция «Роль и ответственность семьи в профилактике табакокурения и алкоголизма»	Собрание «Жизненные ценности подростков» (психолог)	Беседа «Как подготовиться и ребенка к будущим экзаменам?»
	Классные руководители и зам. директора по воспитательной работе	Ток – шоу «Большая перемена» (о проблеме табакокурения)	Беседа «Причины пристрастий»	Беседа инспектора КДН «Как не стать жертвой преступления»	Беседа «Свобода выбора – это уход от зависимости»
	Классные руководители и учитель физической культуры	День здоровья. Научно-спортивная экспедиция «В мире здоровья»	День здоровья. Игровая программа «Все дело в спорте»	День здоровья. Школа выживания.	День здоровья. День спортивной семьи.

