

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
многопрофильный лицей города Кирово-Чепецка Кировской области**

Программа «Здоровье»

2015-2018

Введение.

Проведенные в школе исследования показали, что чем меньше учитываются возможности детского организма при организации различных видов деятельности, чем длительнее напряжение и больше утомление учащихся, тем чаще недомогания переходят в болезни. В процессе взросления появляется еще один фактор, негативно влияющий на состояние здоровья. Это вредные привычки: табакокурение и употребление алкогольных напитков, наркомании.

Таким образом, среди причин ухудшения здоровья школьников можно выделить следующие:

- 1) Социально-экономические, вследствие которых многие семьи не в состоянии обеспечить необходимый уход за детьми;
- 2) увеличение учебной нагрузки;
- 3) недостаточная адаптация учебного процесса к индивидуальным психофизиологическим особенностям детей.

Чтобы улучшить состояние здоровья школьников необходимо объединить усилия педагогов, врачей, психологов и родителей. На формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, обеспечение сохранения и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса направлена данная программа.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования экологической культуры, знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление экологической, физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования являются:

1. Закон Российской Федерации «Об образовании»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования.
3. СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.
4. Рекомендации по организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 408/13-13 от 20.04.2001).
5. Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 202/11-13 от 25.09.2000).
6. О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999).
7. Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002).
8. Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.).
9. Изменения ФГОС НОО от 22 сентября 2011г. №2357, касающиеся названия программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

I Цель программы:

- поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы;
- создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников экологической культуры, отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей к достижению успеха - поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы;

- создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников экологической культуры, отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей к достижению успеха;

- формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление экологического, физического, психологического и социального здоровья обучающихся на ступени начального общего образования как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Исходя из конкретной ситуации в школе, и в соответствии с поставленной целью можно определить следующие задачи и направления деятельности педагогического коллектива по реализации программы «Здоровье».

II Задачи программы.

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
3. Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
4. Организовать систему профилактических работ по предупреждению детского травматизма на дорогах, предотвращению роста заболеваемости учащихся школы, вредных привычек.
5. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.
6. Обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации).
7. Формировать навыки позитивного коммуникативного общения.
8. Формировать представление об основных компонентах экологической культуры здорового и безопасного образа жизни.

III Прогнозируемый результат.

Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий своё место и предназначение в жизни выпускник, имеющий представление об экологической культуре.

IV Участники программы.

- Учащиеся
- Классные руководители
- Учителя – предметники
- Школьный врач
- Врачи специалисты поликлиники МСЧ №52, ЦРБ
- Врач стоматолог поликлиники МСЧ №52, ЦРБ

- Школьные психологи
- Школьный логопед
- Родители
- Педагоги дополнительного образования

V Основные направления деятельности.

- **Учебно-воспитательная работа** – научно обоснованная, строго регламентированная.

<i>Направление деятельности</i>	<i>Время исполнения</i>
1. Организация ступенчатого режима повышения нагрузки для учащихся 1-го класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям.	сентябрь - ноябрь
2. Валеологический анализ расписания уроков.	сентябрь, январь
3. Организация перемен и длительной динамической паузы (1 – 4 класс)	в течение года
4. Организация перемен, создание условий, способствующих оптимальному двигательному режиму у учащихся разных возрастов.	в течение года
5. Включение вопросов с определенной валеологической направленностью в план учебных программ по биологии, ОБЖ и др.	в течение года
6. Контроль за выполнением норм самообслуживания.	октябрь, декабрь, март
7. Контроль за правильным использованием ТСО.	ноябрь, февраль
8. Валеологическое анкетирование детей и родителей	в течение года
9. Обучение валеологической грамотности педагогов.	в течение года
10. Структурирование учебных программ на основе валеологических принципов.	май
11. Комплектование зала ЛФК	в течение года
12. Организация работы тренажерного зала	в течение года

- **Диагностическая работа** – комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья как учащихся, так и учителей, изучение подвижности адаптивных перестроек и работоспособности под действием природных и социальных факторов среды обитания.

<i>Направление деятельности</i>	<i>Время исполнения</i>
1. Создание «Паспорта здоровья»	сентябрь, октябрь
2. Осуществление контроля за соблюдением норм учебной нагрузки (дневной, недельной, годовой), невозможность завышения требований к ЗУН учащихся вопреки внутришкольным нормативным актам.	ноябрь - март
3. Проведение валеологической оценки степени трудности новых учебных программ и методов обучения с целью адаптации их к функциональным возможностям учащихся разных возрастных групп.	сентябрь – март
4. Медико-психологический мониторинг при зачислении детей и подростков, учитывая сложность программ обучения.	апрель – май

- **Профилактическая и коррекционная работа** – предупреждение и своевременное выявление нарушений в развитии и состоянии здоровья учащихся, а при наличии каких-либо недугов – профилактика обострений и прогрессирования болезненного процесса.

<i>Направление деятельности</i>	<i>Время исполнения</i>
1. Плановое проведение медицинского осмотра	сентябрь, январь
2. Мониторинг естественной и искусственной освещенности внутри учебных помещений	в течение года
3. Формирование, сохранение и корректировка здоровья учащихся и педагогов.	в течение года
4. Мониторинг санитарного состояния учебных помещений: отопление, вентиляция, освещенность, водоснабжение, канализация.	в течение года
5. Проведение плановой диспансеризации учащихся 5 – 9 классов.	по графику п-ки МСЧ № 52
6. Контроль пищевого рациона	в течение года
7. Контроль за состоянием учебной мебели	ноябрь, февраль
8. Ознакомление педагогического коллектива с итогами медицинских осмотров и диспансеризации.	январь, май
9. Плановое проведение диспансеризации учащихся 10 – 11 классов	по графику п-ки МСЧ № 52
10. Контроль за проведением ремонтных работ.	
11. Плановый прием кислородного коктейля	сентябрь-май
12. Профилактические мероприятия по предупреждению вредных привычек (курения, наркомании, алкоголизма).	в соответствии плану мероприятий по ЗОЖ (приложения ПВР)
13. Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни	в соответствии плану мероприятий по ЗОЖ (приложения ПВР)

- **Научно-методическая и опытно-экспериментальная работа** – внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику образования.

<i>Направление деятельности</i>	<i>Время исполнения</i>
1. Использование новых результатов научных достижений в области экологии, психологии, медицины, касающихся охраны и укрепления здоровья учащихся, учителей в практику учебно-воспитательного процесса	сентябрь-ноябрь
2. Обеспечение научно-методической литературой, учебными программами и разработками по валеологии учащихся разных возрастов	в течение года

- **Информационно-просветительская работа** – пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по вопросам валеологии.

<i>Направление деятельности</i>	<i>Время исполнения</i>
1. Использование различных форм пропаганды здорового образа жизни: организация лекций, проведение праздников «День Здоровья»	в течение года
2. Использование наглядной агитации: выпуск газет, оформление уголков здоровья, школьного стенда «Здоровье».	в течение года

- **Координационная работа** – формирование непрерывного валеологического образования. Поиск и использование наработок у ведущих научно-методических центров по валеологии.

VI Функциональное обеспечение создания и реализации программы.

1. Функции медицинской службы школы в аспекте реализации программы:

- проведение диспансеризации учащихся;
- медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы;
- организация работы со стоматологической поликлиникой

2. Функции психологической службы школы:

3. Функции администрации в аспекте реализации программы:

- общее руководство разработкой и реализацией программы;
- обеспечение реализации программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство по организации валеологической службы школы;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация преподавания вопросов валеологии на уроках в младшей, средней и старшей школе;
- организация контроля уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортивного зала, тренажерного зала, зала ЛФК во внеурочное время, во время каникул;
- организация работы коллективов дополнительного образования спортивной направленности;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и их контроль;
- организация создания банка данных социально-неблагополучных семей и обеспечение поддержки детей этих семей;
- контроль работы психологической и социальной служб школы.

4. Функции классного руководителя в аспекте реализации программы:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, табакокурения, токсикомании;
- организация и проведение профилактической работы с родителями учащихся;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, ОППН, медицинскими работниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы) в рамках реализации программы «Здоровье школьника»;
- организация и проведение исследований уровня физического и психофизического здоровья школьников.

VII Сотрудничество лица с другими учреждениями

Учреждение	Задачи и направления	Формы взаимодействия
Детская поликлиника МСЧ № 52, ЦРБ	профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	диспансеризация, оказание медицинской помощи учащимся
Городская поликлиника МСЧ № 52, ЦРБ	профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	диспансеризация, оказание медицинской помощи учащимся
Детская стоматологическая поликлиника МСЧ № 52	профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	диспансеризация, оказание медицинской помощи учащимся
ГИБДД ВАО	предупреждение детского травматизма	лекции, беседы, ролевые игры.

**План реализации программы «Здоровье»
на 2015/2018 учебный год**

I Исследование и комплексная оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья учащихся. Медицинская диагностика.

№	Мероприятия	Срок	Класс	Ответственный
1	Оформление медицинских карт и листов здоровья в классных журналах. Формирование на их основе физкультурных групп	сентябрь	1-11	Школьная м/с, классные руководители, учитель физкультуры, педагог-организатор
2	Диспансеризация в детской поликлиники МСЧ № 52			м/с, классные руководители, специалисты п-ки
3	Профосмотры старшеклассников в поликлиники МСЧ № 52	сентябрь - март	8-11	м/с, классные руководители, специалисты поликлиники
4	Медицинские осмотры учащихся в условиях школы	сентябрь	1-11	м/с, врач
5	Анализ случаев травматизма	в течение года	1-11	м/с, зам. Директор по экономической безопасности, школьная комиссия по несчастным случаям
6	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	в течение года	1-11	м/с, классные руководители, руководитель проблемной группы «Здоровье»

II Мониторинг психофизического здоровья учащихся.

№	Мероприятия	Срок	Класс	Ответственный
1	Тестирование в рамках комплексной программы оценки психофизического состояния и функционирования возможностей организма	в течение года	1-11	учителя физкультуры
2	Психологический мониторинг учащихся (адаптация, уровень тревожности)	январь, февраль	1, 3, 5, 10 классы	психолог
3.	Анкетирование учащихся, учителей и родителей в рамках программы «Школа здоровья»	В течение года	1-11	руководитель проблемной группы «Здоровье»

III Контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в школе.

№	Мероприятия	Срок	Класс	Ответственный
1	Эстетическое оформление класса и школы	в течение года	1-11	зам. директора по УВР, зав. кабинетами
2	Расписание уроков в соответствии с САНПИНами	в течение года	1-11	зам. дир. по УВР
3	Соответствие гигиеническим требованиям кабинетов (режим проветривания, освещение,	еженедельно		

	вентиляция, уборка)			
4	Контроль за качеством питания и соблюдением питьевого режима	ежедневно		зам. дир. по УВР, м/с
5	Мониторинг загруженности учащихся выполнением домашних заданий	в течение года		зам. дир. по УВР
6	Организация активного отдыха на переменах	постоянно	1-4	классные руководители

IV Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний.

№	Мероприятия	Срок	Класс	Ответственный
1	Проведение профилактических прививок	в течение года	1-11	м/с
2	Профилактические мероприятия во время эпидемий	в течение года	1-11	м/с
3	Профилактическая работа через беседы, «уголки здоровья».	в течение года	1-11	м/с
4.	Прием кислородного коктейля	в течение года	1-11	м/с, классные руководители

V Физическое и экологическое воспитание, организация активно-двигательного досуга.

№	Мероприятия	Срок	Класс	Ответственный
1	Профилактика нарушений осанки	в течение года	1-11	учителя – предметники
2	Фитнес-перемены	в течение года	1-11	учитель физической культуры, учителя
3	Организация и участие в спортивных соревнованиях различного уровня	в течение года	1-11	учитель физической культуры, классные руководители
4	Организация «Дней Здоровья», прогулок, поездок, экскурсий, часов здоровья, внеклассных спортивных мероприятий	в течение года	1-11	зам. дир. по ВР, учителя физической культуры, классные руководители
5	Работа спортивных секций	в течение года	1-11	зам. дир. по ВР, классные руководители
6.	Работа школьного компонента во второй половине дня (внеурочная деятельность)	в течение года	1-11	учителя физической культуры
7.	Подготовка учащихся к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	в течение года	1-11	учителя физической культуры

VI Профилактика травматизма.

№	Мероприятия	Срок	Класс	Ответственные
1	Занятия по правилам дорожного движения (выступления)	в течение года по	1-11	зам. дир. по ВР, классные руководители

	сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, викторины, конкурсы)	плану ВР		
2	Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках курса ОБЖ и «Человек и здоровье»	по программе	1-11	преподаватель ОБЖ, биологии, учителя начальных классов
3	Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности	сентябрь	1-11	администрация, классные руководители