УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Средняя школа № 5»

_____ Н.А. Тузова
«__» _____ 2018г.

ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ

муниципального бюджетного

общеобразовательного учреждения

«Средняя школа № 5»

г. Рославля

«Здоровье – это жизнь!»

на 2018–2021 годы.

г. Рославль, 2018 г.

Пояснительная записка.

Проблемы 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 здоровьесбережению, 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 здоровьесбережения.

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 здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и учителей.

Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относится к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы.

Цель:
создание здоровьесберегающей среды в ОУ, направленной на сохранение, укрепление, формирование культуры здоровья, на повышение качества образования.

Задачи:

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
- 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;
- Обеспечение охраны здоровья педагогов и техперсонала
- Ведение диагностики динамики состояния здоровья детей.
- Проведение работы с родителями, направленной на формирование здорового образа жизни, профилактики вредных привычек, создания в семьях условий, способствующих укреплению и охране здоровья.

Функции различных категорий работников школы

1.Функции медицинской службы школы:

проведение диспансеризации учащихся школы;

медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;

выявление учащихся специальной медицинской группы;

мониторинг состояния здоровья обучающихся.

2.Функции администрации:

общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;

общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;

организация контроля уроков физкультуры;

обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;

разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;

организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;

организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;

организация работы психологической службы в школе.

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, пожарной безопасности ;

организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;

организация и проведение профилактических работы с родителями;

организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками;

организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;

организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;

организация и проведение диагностик уровня и качества знаний правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Участники программы:

- обучающиеся
- педагогическое сообщество
- родители

социальные партнеры (ГИБДД; ПДН, КДН и ЗП)

Сроки и этапы реализации программы:
I этап - сентябрь 2018 г. – сентябрь 2019 г.

II этап - сентябрь 2019 г. – сентябрь 2020 г.

III этап - сентябрь 2020 г.- сентябрь 2021г.

1 этап – подготовительный (1 год):
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.

2 этап – апробационный (1 год):
внедрение новых форм, методов пропаганды ЗОЖ и выявление наиболее

эффективных;

систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;

выполнение оздоровительных мероприятий.

3 этап - контрольно-обобщающий (1год):
сбор и анализ результатов выполнения программы; коррекции деятельности.

Методы контроля над реализацией программы:

проведение заседаний Методического совета школы;

создание методической копилки опыта;

мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;

контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

Основные направления деятельности программы:
Медицинское направление предполагает:

создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья:

составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;

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;

реабилитационную работу;

обязательное медицинское обследование.

Просветительское направление предполагает:

организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения,

алкоголизма, наркомании; организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;

пропаганду 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 саморегуляции и здорового жизненного стиля;

совершенствование деятельности психолого - медико - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения; организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

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

привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся; широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Диагностическое направление предполагает:

проведение мониторинга за состоянием 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.

Реализация основных направлений программы:

Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.

Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.

Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой в классе работы .

Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня.

Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений , коридоров и рекреаций комнатными растениями.

Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.

Обеспечение каждого учащегося горячим питанием в буфете.

Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.

Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне её.

В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.

Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.

Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

Календарный план
реализации программы здоровьесбережения
Сентябрь

Организация дежурства по школе и по классам.

Организация работы кружков и секций.

Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей.

Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровьесбережению.

Организация питания учащихся.

Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.

Проведение внутришкольных и участие в городских спортивно-массовых соревнованиях и спартакиаде.

Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма.
Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.

Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).

Организация работы спецгруппы по медицинским показателям.

Октябрь

Организация работы учащихся по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.

Планирование занятости учащихся в каникулярный период.

Подготовка классов к зиме.

Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в городской спартакиаде.

Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.

Физкультминутки (ежедневно).

Подвижные игры на переменах (ежедневно).

Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Ноябрь

Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме « Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.

Физкультминутки и динамические паузы (систематически)

Участие в городских соревнованиях

Соревнования по шахматам.

Декабрь

Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.

Первенство школы по баскетболу.

Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).

Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Январь

Физкультминутки и динамические паузы.

Участие в городских соревнованиях

Соревнования по шахматам.

Февраль

Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.

День защитника Отечества.

Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья»

Соревнования по шахматам.

Физкультминутки и динамические паузы.

Март

Планирование занятости учащихся в каникулярный период.

Подготовка к Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.

Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Соревнования по шахматам.

Апрель

Всемирный день здоровья.

Благоустройство школьной территории.

Динамические паузы, физкультминутки.

Соревнования по шахматам.

Май

Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.

Спортивные мероприятия, посвященные Дню Победы в ВОВ.

«Весёлые старты».

Проведение экскурсий на природу.

Первенство школы и города по кроссу.

Июнь

Международный день защиты детей.

Всемирный день защиты окружающей среды.

Работа по плану летних каникул.

Органы управления	Мероприятия программы	Сроки сентябрь 2018 – сентябрь 2021гг.
Администрация школы	1. Создание творческой группы по разработке Программы здоровьесбережения. 2. Анализ результатов медицинского осмотра участников образовательного процесса. 3. Анализ дозировки учебной нагрузки: - учебные планы; - график контрольных работ. 4. Анализ эффективности уроков физкультуры. 5. Итоговый анализ состояния здоровья учащихся.	Сентябрь 2018 после прохождения медосмотра сентябрь (ежегодно) апрель (ежегодно) май (ежегодно)
Педагогический Совет	1.Обсуждение и принятие Программы здоровьесбережения. 2.Использование здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочное время. 3.«Аукцион» педагогических идей (здоровьесберегающие технологии). 4.Здоровьесбережение при применении ИКТ.	сентябрь 2018г. Март 2019 г. январь 2020г. Март 2021г.
Управляющий Совет	1. Составление и обсуждение плана основных мероприятий по здоровьесбережению. 2.Разработка критериев и индикаторов уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования. 3.Организация методического семинара «Обучение и воспитание с успехом». 4.Мониторинг влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний по предметам. 5. Создание лекторских групп старшеклассников по пропаганде ЗОЖ.	Ежегодно 2018г. 2019г. Ежегодно Октябрь 2018г.
Общешкольный родительский комитет	1.Ознакомление родителей с деятельностью школы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни. 2.Круглый стол «Здоровье наших детей». 3.День семьи «Папа, мама и я – спортивная семья». 4.Ознакомление родителей с различными оздоровительными системами. 5.Анализ результатов работы школы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни.	Ежегодно Декабрь 2018г. Ежегодно Ежегодно Ежегодно

ПМПК школы	1.Разработка анкет и проведение анкетирования по определению самочувствия учащихся в школе. 2.Подготовка памяток для учащихся по формированию здорового образа жизни. 3.Составление рационального режима дня для учащихся.	Ежегодно Ежегодно в марте Ежегодно в сентябре