



ПРОГРАММА
«ЗДОРОВЬЕ»

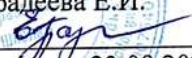
с. Травянское

2021 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МКОУ «Травянская
средняя общеобразовательная
школа»

Парадеева Е.И.


Приказ от 23.08.2021 № 01-15/144

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»

Срок реализации: 5 лет

Возраст детей: 6 – 18 лет

Разработчик: Юшкова Л.А.
учитель вкв. категории

с. Травянское
2021 г.

Содержание:

Обоснование актуальности программы.....	4
Актуальность темы	5
Цели и задачи программы	6
Направления программы	7
Планируемый результат	7
Проблемы охраны здоровья детей	9
Этапы реализации программы «Здоровье» на 2020 – 2025г.г.	9
План реализации программы «Здоровье»	11
Сотрудничество МКОУ «Травянская средняя общеобразовательная школа» с другими учреждениями	17
Координация и контроль реализации программы	18
Список литературы и ресурсы интернета.	19

*«Здоровье - не всё, но все
без здоровья ни что».*

Обоснование актуальности программы

В XXI век человечество вошло в период новых социальных, технических и культурных перемен, которые обусловлены прогрессивными действиями людей во всех сферах деятельности.

Забота о здоровье – одна из важнейших задач каждого человека. Среди всех земных благ здоровье – ценный дар, данный человеку природой, заменить который нельзя ничем.

Современные здоровьесберегающие технологии, новые образовательно-оздоровительные программы для школьников – наш шанс решать проблему сохранения здоровья детей осознанно, комплексно, постоянно.

Поэтому учитель должен не только строить свой учебный процесс с учетом возраста, пола, специфики развития организма, физиологических и психологических процессов, но и использовать информацию по сохранению и укреплению здоровья в своей педагогической деятельности. Как отметил академик Д.В. Колесов, «...только при таком подходе может быть реализован принцип – здоровье через образование...».

О том, что наши дети поступают в школу не совсем здоровыми, говорится давно и на самых высоких уровнях. Причин нездоровья детей много: это и плохая экология, и вечная занятость родителей, и социальная незащищенность семей. Все это порождает как физические, так и психические недуги. Заканчивая школу, подростки приобретают уже целый букет заболеваний. Как поправить здоровье ребенка, как уберечь его от лишних стрессов, как создать ему в школьные годы комфортную обстановку и дать уверенность в завтрашнем дне.

Забота о здоровье детей сегодня ложится на плечи работников образовательных учреждений, так как качественное образование можно дать только здоровому подрастающему поколению.

Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические показатели по МКОУ «Травянская средняя общеобразовательная школа»:

1. Оценка состояния здоровья обучающихся:

Практически здоровые дети	1 группа	-	55%
	2 группа	-	30%
Детей с хроническими заболеваниями	3 группа	-	10%
	4 группа	-	5%

2. Выявлен высокий процент заболеваемости обучающихся в течение года вирусными заболеваниями, ОРЗ (229 случаев - 74%).

Пропущено уроков по болезни на 1 человека 2017-2018 уч.г. -64 урока, 2018-2019 уч.г. – 45уроков, 2019-2020 уч.г. – 49 уроков.

3. При анкетировании обучающихся и родителей выявили:

- Делают утреннюю зарядку – 12% учащихся;
- В выходные дни предпочитают посещение бассейна, лыжные походы, спортивные игры – 5% семей;
- Отдых детей и родителей на природе – 8% семей;
- Посещение спортивных секций школы и других спортивных учреждений – 52% учащихся;
- Выполняют нормативы физической подготовленности – 77% учащихся;
- Участие родителей в школьных спортивных мероприятиях (Лыжня России, Кросс наций, Дни здоровья, Турслеты и т.д.) – 27%;
- Участие родителей в районных спортивных мероприятиях – 2%;
- Участие родителей в профилактических мероприятиях, посвященных сохранению здорового образа жизни – 16%;
- Наличие в семьях детских спортивных уголков, спортивного оборудования – 9%;
- Подростки, имеющие вредные привычки – 6%;
- Подростков, употребляющих наркотики, нет.

На основании полученных результатов сделаны следующие выводы:

- Высок процент пропущенных уроков по болезни;
- Процент практически здоровых детей с переходом из класса в класс уменьшается;
- Родители мало уделяют внимания физическому развитию своих детей, приобщению их к здоровому образу жизни;

- Низок процент семей, отдающих предпочтение в свободное время физкультуре и спорту;
- Высок процент обучающихся, проводящих свободное время у телевизора, компьютера и т.д.;
- Достаточно высок процент детей, не выполняющих нормативы физической подготовленности.

При собеседовании с обучающимися, которые имеют хорошие и отличные оценки по всем предметам, выявили, что данные дети испытывают сильное переутомление после школы, порой головные боли, сонливость, раздражительность. Эти обучающиеся, как правило, тратят много времени (более 5 часов) на подготовку домашнего задания.

Встает проблема организации образовательного процесса, дающего качественное образование без ущерба для физического и душевного здоровья.

Целью данной программы является создание в образовательном процессе условий для сохранения и укрепления физического, психического, духовного здоровья детей, профилактика заболеваний и приобретение навыков здорового образа жизни, способствующих формированию у детей ответственного отношения к собственному здоровью.

Задачи:

1. Создание условий для обеспечения охраны здоровья обучающихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
2. Формирование осознанного отношения школьников к своему физическому и психическому здоровью.
3. Формирование важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также профилактика вредных привычек.
4. Организация системы профилактических работ по предупреждению детского травматизма на дорогах, предотвращению роста заболеваемости обучающихся школы.
5. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.
6. Овладение педагогами здоровьесберегающими технологиями.
7. Мониторинг здоровья.

Направления:

1. Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья воспитанников, обучающихся в образовательном учреждении и в летний период в школьном оздоровительном лагере (ДОЛ)
2. Обеспечение формирования системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни, мотивации на сохранение и укрепление здоровья у участников образовательного процесса ОУ.
3. Организация и проведение межведомственных мероприятий по охране и укреплению здоровья обучающихся;
4. Работа с педагогами ОУ по изучению и внедрению элементов здоровьесберегающей педагогики;
5. Работа с родителями.

Планируемый результат

1. Обучающиеся должны знать:

какие факторы влияют на ухудшение, а какие – на улучшение их здоровья;

- ❖ как уменьшить, нейтрализовать или компенсировать влияние вредных факторов;
- ❖ как организовать свою учёбу и отдых с наибольшим эффектом для сохранения и укрепления здоровья.

Обучающиеся должны уметь:

- ❖ организовать свою учебную и внеурочную деятельность в соответствии с принципами здорового образа жизни;
- ❖ противостоять негативному влиянию природной и социальной среды на собственное здоровье;
- ❖ оказать первую медицинскую помощь себе и окружающим при несчастном случае;
- ❖ правильно вести себя в чрезвычайных ситуациях.

2. Педагоги должны обеспечить:

- ❖ овладение обучающимися необходимыми знаниями и умениями в области валеологии;

- ❖ формирование в ОУ здоровьесберегающей, дидактической и воспитательной среды;
- ❖ психолого – педагогический мониторинг самочувствия и утомляемости учащихся;
- ❖ участие учащихся в здоровьесберегающих мероприятиях;
- ❖ использование данных медицинских рекомендаций врачей в интересах сохранения и развития здоровья каждого обучающегося;
- ❖ целенаправленную борьбу с вредными привычками обучающихся;
- ❖ индивидуальный подход к каждому обучающемуся в зависимости от состояния его здоровья.

3. Родители должны помогать своим детям:

- ❖ в овладении необходимыми знаниями и умениями в области валеологии;
- ❖ в процессе организации ими учебной и досуговой деятельности;
- ❖ в рациональной организации труда при выполнении домашних заданий;
- ❖ в организации здоровой жизнедеятельности за рамками учебно – воспитательного процесса в школе;
- ❖ в борьбе с вредными привычками.

В основе образовательного процесса лежит здоровьесберегающая педагогика. В школе созданы оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья детей: подвоз обучающихся, питание, температурный и санитарный режим, медицинское обслуживание, режим работы школы, содержание образования.

Проблемы охраны здоровья детей.

Создание благоприятных условий для жизнедеятельности, обучения и развития детей - главная цель школы.

В современных условиях сложились неблагоприятные тенденции в демографических процессах и состоянии здоровья детей; их острота требует безотлагательного решения.

В настоящее время дети очень мало бывают на свежем воздухе, снижена их двигательная активность, недостаточно занимаются физическим трудом, а большую

часть досуга проводят в помещении за просмотром телепередач и видеофильмов, играют на компьютерах. Одной из важных характеристик образа жизни является питание, которое не всегда полноценно. На здоровье детей неудовлетворительно влияет несоблюдение гигиенических норм, естественного и искусственного освещения рабочих мест, несоответствие размера школьной мебели росту обучающихся, усложнение учебных программ и общей нагрузки обучающихся.

Реализация школьной целевой программы «Здоровье» позволяет комплексно осуществлять систему мер, направленную на улучшение состояния здоровья обучающихся.

Этапы реализации программы «Здоровье» на 2021-2025г.г.

1 этап: проектный (201-2022 учебный год)

Цель: создание организационно-правовых условий для формирования безопасной среды и здоровьесберегающих условий обучения школьников.

Задачи:

- Изучение нормативной базы, подзаконных актов. Ознакомление с опытом других образовательных учреждений района, области, России.
- Повышение квалификации педагогического коллектива в условиях внедрения образовательных стандартов второго поколения, направленных на укрепление здоровья. Овладение здоровьесозидающими технологиями, введение их в учебно - воспитательный процесс.
- Повышение эффективности работы по здоровьесбережению в дополнительном образовании и во внеурочной деятельности.
- Подбор диагностических методик по основным направлениям программы.

2 этап: практический (2022-2023– 2023-2024 учебный год)

Цель: реализация программы «Здоровье»

Задачи:

- Отработка содержания деятельности, наиболее эффективных форм и методов воспитательного воздействия.
- Реализация плана мероприятий здоровьесозидающей направленности.

- Осуществление промежуточного мониторинга состояния здоровья.
- Развитие внешнего взаимодействия школы с социальными партнерами села и района, органами государственного и муниципального управления с целью повышения эффективности работы, направленной на укрепление и развитие здоровья.
- Участие в конкурсах на уровне района, области направленных на пропаганду здорового образа жизни.
- Осуществление промежуточного контроля, реализации программы.

3 этап: аналитический (2024-2025 учебный год)

Цель: Подведение итогов и научное системное осмысление результатов реализации программы.

Задачи:

- Обобщение опыта работы школы по пропаганде здорового образа жизни и предоставить его субъектам образовательного процесса, единому образовательному комплексу, педагогическому сообществу района.
- Коррекция затруднений в реализации программы.
- Постановка новых стратегических задач, связанных с развитием и укреплением здоровья участников образовательного процесса.

План реализации программы «Здоровье»

1. Исследование и комплексная оценка состояния образовательной среды и состояние здоровья учащихся. Медицинская диагностика.				
№ п/п	Мероприятия	Срок	Класс	Ответственный
1	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах. Комплектация на их основе физкультурных групп	Сентябрь	1-11	Кл. руководители, фельдшер ОВП, учитель физкультуры

2	Диспансеризация обучающихся	По графику ОВП	1,5,7,9	Фельдшер ОВП Кл. руководители
3	Профосмотры детей в условиях школы	Декабрь-апрель	2,4,6,8-й	Фельдшер ОВП
4	Анализ случаев травматизма в школе	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР
5	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	В течение года	1-11	Кл. руководители
2. Мониторинг психофизиологического здоровья учащихся				
1	Тестирование в рамках Комплексной программы оценки психофизического состояния и функционирования возможностей организма человека	В течение года	1-11	Учитель физкультуры
2	Психологический мониторинг здоровья учащихся: • тест на адаптацию в начальной школе, средней школе; • тест на тревожность	Сентябрь-январь	1,5	Зам.директора по УВР Кл. руководители
3. Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья учащихся				
Поддержание санитарно-гигиенического режима				
1	Эстетическое оформление класса и школы с учетом	В течение года	1-11	Заместитель директора по ВР

2	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	В течение года	1-11	Зам. директора по УВР
3	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> • проветривание; • освещение; • отопление; • вентиляция; • уборка 	Ежедневно 1 раз в нед. 2 раза в год 2 раза в год Ежедневно		Заместитель директора по АХЧ, зав. кабинетами
4	Контроль за качеством питания и питьевым режимом	Ежедневно		Заместитель директора по АХЧ
5	Диагностика загруженности обучающихся домашними заданиями	В течение года		Зам. директора по УВР
6	Организация активного отдыха на переменах	Постоянно	1-11	Дежурный учитель
Организация работы по профилактике заболеваний органов зрения, опорно-двигательной системы (плоскостопие и нарушение осанки)				
Медико-оздоровительное сопровождение воспитательно-образовательного процесса				
1	Прививки детей согласно приказам Минздрава	В течение года	1-11	Фельдшер ОВП

2	Профилактическая работа во время эпидемий, в том числе инфекционных.	В течение года	1-11	Фельдшер ОВП Кл.руководители
3.	Профилактическая работа через беседы, уголки здоровья, санбюллетени, полезные советы	В течение года	1-11	Фельдшер ОВП Кл. руководители
4. Обеспечение формирования системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни, мотивации на сохранение и укрепление здоровья у участников ОП.				
Пропаганда здорового образа жизни				
1.	Конкурсы рисунков, плакатов по пропаганде ЗОЖ	В течение года	1-11	Учитель ИЗО
2.	Распространение листовок, буклетов по пропаганде ЗОЖ среди населения	В течение года	7-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители
3.	Организация школьных соревнований, участие школьников в районных и окружных соревнованиях	В течение года	1-11	Учитель физкультуры, Кл. руководители
4.	Организация Дней здоровья, прогулок, поездок, экскурсий	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители
Формирование у учащихся убеждения в личной ответственности за состояние здоровья				
1.	Классные часы, тематические уроки по профилактике гибели и травматизма детей и подростков	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители

2.	Мотивация обучающихся на занятия по ЗОЖ через уроки физкультуры	В течение года	1-11	Учитель физкультуры
3.	Организация школьных соревнований, участие школьников в районных и окружных соревнованиях	В течение года	1-11	Учитель физкультуры
4.	Реализация школьного проекта «Здоровое поколение – будущее России»	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР, старшая вожатая, Кл. руководители
5	Проведение мероприятий по профилактике злоупотребления психоактивными веществами	В течение года	7-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители
6.	Проведение разъяснительной работы среди учащихся о вреде табакокурения и негативных последствий употребления курительных смесей (с привлечением специалистов): - встреча с инспекторами ПДН «Выбор за тобой»; - встреча с врачом- наркологом - встреча с врачом-педиатром « Привычки и здоровье» - встреча с врачом- педиатром «Да здравствует чистый воздух!».	Раз в четверть	1-11 кл. 7-10 кл. 5-7 кл. 1 – 4 кл.	Зам. директора по ВР, специалисты-медики

7	Просмотр презентаций и видеороликов с последующим обсуждением	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители
5. организация и проведение межведомственных мероприятий по охране и укреплению здоровья учащихся				
Работа по сохранению репродуктивного здоровья обучающихся				
1.	Профилактические беседы медработников ОВП	В течение года	7-11	Кл. руководители, Фельдшер ОВП
2.	Организация и проведение тематических бесед и классных часов с участием студентов мед.колледжа.	В течение года	7-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители,
Работа по формированию нравственного здоровья				
1.	Уроки нравственности	В течение года	1-11	Кл. руководители
2.	Через уроки окружающего мира, биологии, ОБЖ, КБЖ – профилактика Вич в соответствии со школьной программой профилактики Вич-инфекции среди молодежи.	В течение года	2-11	Учителя биологии, ОБЖ, нач. классов
Диагностика и мониторинг состояния здоровья учащихся				
1.	Мониторинг физической подготовленности учащихся	2 раза в год	1-11	Учитель физкультуры, кл. руководители

2.	Организация и проведение профилактических осмотров	По графику мед.учреждения	1-11	Фельдшер ОВП Кл. руководители
3.	Статистика и анализ случаев травматизма в школе	В течение года	1-11	Зам. директора по УВР
6. Работа с педагогами ОУ по изучению и внедрению элементов здоровьесберегающей педагогики.				
1.	Инструктаж сотрудников школы по правилам ТБ	В течение года		Директор школы
2.	Организация ШМО и консультаций по внедрению на уроках здоровьесберегающих технологий	В течение года		Директор школы Зам. директора по УВР
3.	Встреча с сотрудниками наркологического диспансера	По плану	8-11	Зам. директора по ВР
7. Работа с родителями				
1.	Организация просветительской работы	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители
2.	Формирование мотивации у родителей на ведение ЗОЖ в семье	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители
3.	Проведение тематических родительских собраний с привлечением специалистов, в том числе дистанционное общение в условиях пандемии	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители

4.	Организация и проведение совместных походов в природу, семейных конкурсов с соблюдением ограничительных мер безопасности	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители
5.	Привлечение родителей к совместной организации оздоровительной работы в школе и лечебно-профилактической работы с детьми	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители
6.	Своевременное проведение прививочных компаний	В течение года	1-11	Фельдшер ОВП Кл. руководители

Сотрудничество МОУ «Травянская средняя общеобразовательная школа» с другими учреждениями.

Учреждение	Задачи и направления	Формы взаимодействия
Травянская ОВП	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Профосмотры, диспансеризация, медицинская помощь
ГИБДД, служба ПБ, правоохранительные органы	Предупреждение детского травматизма	Лекции, беседы, ролевые игры для обучающихся

Следует уделить особое внимание решению следующих задач:

- отработка системы выявления уровня здоровья обучающихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения;

- создание условий для обеспечения охраны здоровья обучающихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни;
- просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей; а также углубиться в вопросы, связанные с мониторингом спортивно-оздоровительной работы в школе.

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от заинтересованности педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.

Координация и контроль реализации Программы

Контроль за ходом реализации Программы осуществляет администрация школы, Профилактический совет.

Администрация и Профилактический совет:

- анализируют ход выполнения плана действий по реализации Программы, вносят предложения по его коррекции;
- осуществляют организационное, информационное и методическое обеспечение реализации Программы;
- координируют взаимодействие заинтересованных общественных организаций по развитию системы оздоровления детей и подростков.

Список литературы и ресурсы интернета

1. Программа «Обучение здоровью» для 1-11 классов / под общ. Ред. Л.Ф. Шатохиной. – Москва, 2005.
2. Обучение здоровью: Методические рекомендации по организации учебного процесса / Л.Ф. Шатохина. – 2005.
3. Настольная книга учителя физической культуры: Справ.-метод. Пособие / сост. Б.И. Мишин.- М.: «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2003. - 526 с
4. Вайнер Э.Н. Возможности воспитания культуры здоровья в общеобразовательной школе / Э.Н. Вайнер [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm>.
5. Гладышева О.С. «Уроки здоровья», газ. «Здоровье детей» №15/2006г.- Издательский дом «Первое сентября».
6. Ковалько В.И. «Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер», издательство «Вако», Москва, 2007 год.
7. Левушкин С.П., Жуков О.Ф., Блинков С.Н. Организация оздоровительной работы в образовательных учреждениях: Методическое пособие.- Ульяновск, 2004. - 207 с.
8. Лиходед В.С. Гигиенические проблемы охраны здоровья школьника. Материалы научно-практической конференции. – амара. 2002 г. – С. 111
9. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – М.: АРКИ, 2005 г. – 320 с.
10. Соловьев Г.М. Основы здорового образа жизни и методика оздоровительной физической культуры: Уч. пособие. Ч. 1,2 – Ставрополь: Издательство СГУ. 1997 –347 с.
11. Цабыбин С.А. «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе», издательство «Учитель», Волгоград, 2009 год.
12. <http://medblog.ru/2006>
13. <http://www.wikipedia.org>