

*ГАУЗ СО «ДГБ г. Первоуральск»
ОМПН в ОО*

ПРОГРАММА

**Сохранения и укрепления здоровья детей и подростков в период обучения в
МАОУ «Средняя общеобразовательная школа №2»**

«Планета здоровья»

2021

Содержание

- 1.Обоснование программы
2. Цель, задачи;
- 3.Приоритетное направление;
- 4.Методы и средства обеспечения программы;
- 5.Ожидаемые результаты работы;
- 6.План мероприятий;
- 7.Этапы и сроки обеспечения программы;
- 8.Критерии оценки эффективности программы;

1. Обоснование программы

Здоровье – основное и истинное достояние человека. Конечно, здоровье – дело не только личное, но и общественное. Здоровье людей зависит далеко не только от медицины и здравоохранения, а от всего комплекса природных и социально-экономических условий жизни. Условия, когда болеть было выгоднее, чем работать, ушли в прошлое. Невежество в вопросах здорового образа жизни будет дорого обходиться тем, кто своевременно не позаботится о своём здоровье и здоровье своих детей и близких.

Комплексная программа укрепления здоровья в школе – это организованный набор актов, процедур и действий, созданный для защиты и обеспечения здоровья и благополучия учащихся и персонала; эта программа включает школьную медицинскую службу, здоровую школьную среду и образования в области здоровья.

Местом формирования здоровья ребенка сегодня является, к сожалению, не семья, где опыт родителей часто недостаточен, не медицинские учреждения, которые занимаются болезнями и больными детьми, а система образования. Поэтому целью современного образования является обеспечение не только педагогического, но здоровьесберегающего эффекта: сохранение оптимального функционального состояния организма, устойчивого уровня работоспособности школьников.

Школа призвана обеспечить здоровый образ жизни всего школьного коллектива путём создания окружающей среды, благоприятной для укрепления здоровья. Основные направления работы условно разделены на три группы.

Нормативно-правовая база, регламентирующая организацию здоровьесбережения

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ ст.41 п.4

Решение Государственного совета Российской Федерации от 30 января 2002 года «О повышении роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни россиян».

Федеральный закон «О физической культуре и спорте Российской Федерации» от 29 апреля 1999 года № 80-AP

2. Цель, задачи.

Цель программы: создание оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья, формирование здорового образа жизни участников образовательного процесса.

Задачи программы:

- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;
- формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;
- пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;
- изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение;
- формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды;
- развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов;
- воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.

Разработка мер, направленных на повышение уровня устойчивости и личной саморегуляции обучающихся по 3-м возрастным группам: ---
дети 7-8 лет

-дети 10-11 лет

-дети 14-15 лет

3.Приоритетное направление

Для учащихся

Профилактика и оздоровление:

- регулярное прохождение диспансеризации;
- использование материально-технической базы школы;
- физкультурная разминка, во время учебного процесса, для активизации работы головного мозга и релаксации органов зрения;
- обучение навыкам самоконтроля и самодиагностики;
- сбалансированное питание;
- физкультурно-оздоровительная работа;

Образовательный процесс:

- использование здоровьесберегающих образовательных технологий: развитие проектных технологий, разноуровневого и модульного обучения, коллективного взаимообучения и междисциплинарной интеграции;
- рациональное расписание.

Информационно-консультативная работа:

- циклы лекций специалистов по гигиене и охране здоровья детей и подростков;
- дополнительные диагностические мероприятия;
- информационные стенды;

-консультации врачей-специалистов.

Для педагогических работников

Профилактические мероприятия:

-лечебная физическая культура;

-тренажерный зал;

-пилатес.

Психотерапевтическая программа

-психологические тренинги;

-индивидуальные консультации ;

-развитие навыков по восстановлению благоприятного эмоционального состояния;

-консультации и рекомендации по работе с учащимися и родителями.

Информационно-консультативная работа:

-тематические семинары и педагогические советы;

-курсы повышения квалификации;

Для родителей

Информация о результатах диспансеризаций и дополнительных медицинских исследований.

-университет для родителей по вопросам здорового образа жизни;

-консультации врачей-специалистов.; -консультации и рекомендации школьной психологической службы.

4.Методы и средства обеспечения программы

Кадровое обеспечение:

- администрация, специалисты КДН по вопросам аддиктивного поведения детей;
- социально-психологическая служба школы(социальный педагог, педагог-психолог;
- классные руководители;
- учителя-предметники (биология, ОБЖ, физическая культура);
- медицинские работники;
- члены родительского комитета лицея;
- представители ученического самоуправления;

Материально-техническое обеспечение:

В школе созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Здание школы расположено на благоустроенном участке. Территория школы ограждена забором. Здание подключено к инженерным сетям – холодному и горячему водоснабжению, отоплению.

В школе созданы оптимальные материально-технические условия для осуществления учебно-воспитательного процесса. Школа имеет необходимые кабинеты для изучения обязательных учебных дисциплин. Учащиеся начальной школы обучаются в учебных кабинетах, закрепленных за каждым классом и в отдельном помещении. Учащиеся 5-11классов занимаются по классно-кабинетной системе.

В школе просторные, оборудованные кабинеты, компьютерный класс, 2 спортивных зала с инвентарем и необходимым оборудованием и раздевалки. Современный спортивный стадион и спортивная площадка - для активных игр и прогулок,

Отдельная столовая (организовано горячее питание, разнообразное меню), медицинский кабинет, актовый зал. В школе имеются специализированные кабинеты физики, химии, истории, технологии, музыки, логопеда, психолога, социального педагога, учительская и другие.

Информационно-коммуникативные технологии широко используются во внеурочной деятельности школы. Организован доступ обучающихся и педагогов к средствам ИКТ и Интернет-ресурсам для поиска информации, оформления работ, создания фильмов и

презентаций с разнообразной тематикой для проведения классных часов, общешкольных научно-практических конференций, вечеров отдыха, родительских собраний и других мероприятий с использованием ПК и ИКТ.

Формы работы, используемые при реализации программы

1. Урок физической культуры.
2. Урок Мероприятия в режиме учебного дня школы (физкультминутки во время уроков, подвижные игры на переменах, физкультурные занятия в группах продленного дня).
3. занятия с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.
4. Спортивные праздники.
5. Соревнования по различным видам спорта.
6. Туристические походы, экскурсии.
7. «Дни здоровья».
8. Спортивные викторины.
9. Устные журналы спортивной направленности.
10. Теоретические занятия, беседы, семинары.
11. Тестирование уровня физического развития и двигательных качеств учащихся.
12. Занятия по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности».
13. Наглядная агитация (стенды, плакаты).

Медицинское сопровождение программы «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе»

1. Распределение учащихся по группам здоровья.
2. Помощь школьного фельдшера в организации занятий с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.
3. Составление списков учащихся, освобожденных от занятий физической культуры.
4. Беседы фельдшера школы с учащимися о личной гигиене и вредных привычках.
5. Профилактические прививки учащихся и учителей.
6. Заполнение паспортов здоровья классов.
7. Диспансеризация педагогического коллектива школы.

Психолого-педагогическое и социальное сопровождение программы

1. Совместные мероприятия педагогического коллектива на реализацию мероприятий, направленных на укрепление психо-физического здоровья школьников.
2. Предупреждение конфликтных ситуаций «учитель – ученик», «ученик – ученик»; реализацию программ, направленных на установление доброжелательных отношений в детском, и шире, во всем школьном коллективе.
3. Решение проблем, связанных с трудностями, возникающими у учащихся в процессе занятий физической культурой; помощь в преодолении психологического барьера при занятиях физкультурой, ориентация на успех в физическом развитии.
4. Организация психологических консультаций для учащихся старших классов по вопросам специфики психофизического развития на определенном возрастном этапе.
5. Психологические консультации для родителей.
6. Реабилитационно-восстановительные программы для учителей.
7. Контроль медицинского обслуживания учащихся.
8. Контроль качества питания учащихся и учителей в школьной столовой.

5. Ожидаемые результаты работы

- сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, обеспечение их безопасности;
- снижение уровня заболеваемости детей и подростков;
- создание системы мониторинга состояния здоровья детей, их социального благополучия;
- повышение заинтересованности работников школы в укреплении здоровья учащихся.
- стимулирование повышения внимания школьников и их родителей к вопросам здорового образа жизни.
- активизация занятий оздоровительной физической культурой.
- создание условий для реализации мотивации педагогов к здоровому образу жизни.

6. План реализации программы

	<i>Мероприятия</i>	Сроки	Ответственные
Работа с учащимися			
1	Оценка физического развития школьников	Первичная оценка – в начале учебного года, мониторинг – в течение всего учебного года.	Фельдшер школы
2	Распределение учащихся по группам здоровья	Первичное распределение – в начале учебного года, мониторинг – в течение всего учебного года.	Фельдшер школы
3	Создание базы данных о физическом развитии и подготовленности учащихся	Корректировка в течение каждого учебного года.	Учителя физкультуры, секретарь-делопроизводитель
4	Создание паспорта здоровья учащегося.	Заводится при поступлении в школу, корректируется в течение учебного года.	Учителя физкультуры, школьный фельдшер, классные руководители, педагоги-психологи
5	Совершенствование УМК физкультуры, естественных наук, других предметов (разделы «Работа с учащимися», «Здоровье»).	В течение учебного года.	Учителя физкультуры, учителя-предметники, педагоги-организаторы.
6	Разработка методик и внедрение программ раннего выявления и профилактики табакокурения, алкоголизма, наркозависимости.	В течение учебного года на классных часах, внеклассных мероприятиях, уроках физкультуры, на других уроках.	Учителя-предметники, классные руководители, социальный педагог, педагоги-психологи, школьный фельдшер.
7	Разработка и внедрение программ секционных занятий по различным видам спорта.	Утверждение программ – в начале учебного года, корректировка – в конце учебного года на основе анализа внедрения программы.	Учителя физкультуры.
8	Спортивные праздники.	По отдельному плану.	Учителя физкультуры, кабинет воспитательной работы, педагоги-организаторы.
9	Создание и распространение (демонстрация) агитационных материалов, направленных на пропаганду здорового образа жизни.	По отдельному плану	Учителя физкультуры, учителя информатики, школьная

			редколлегия, классные руководители.
10	Рекламные акции, направленные на привлечение учащихся к занятиям в спортивных секциях и клубах.	Сентябрь	Учителя физкультуры при участии классных руководителей.
11	Проведение мониторинга физической подготовки учащихся.	В течение учебного года.	Учителя физкультуры при участии фельдшера школы, администрации.
Работа с педагогами			
1	Проведение диспансеризации педагогического коллектива	Один раз в учебном году.	Фельдшер школы, администрация школы.
2	Разработка и внедрение программы оздоровительных услуг для педагогического коллектива.	Разработка – май-август, реализация – еженедельно по специальному расписанию с учетом запросов, потребностей и физического состояния педагогов.	Учителя физкультуры
3	Лекции (сообщения) по вопросам здоровья школьников, особенностей психофизического развития детей разных возрастных групп, профилактики вредных привычек и пропаганды здорового образа жизни.	По отдельному плану в рамках профессиональной учебы педагогического коллектива (ноябрь, июнь), на заседаниях методических объединений классных руководителей 1 раз в четверть.	Администрация, учителя физкультуры, учителя-предметники, школьный фельдшер, педагоги-психологи.
4	Организация и проведение круглых столов и семинарских занятий по вопросам здоровья школьников; особенностей психофизического развития детей разных возрастных групп; профилактики вредных привычек и пропаганды здорового образа жизни.	По отдельному плану в рамках профессиональной учебы педагогического коллектива (ноябрь, июнь), на заседаниях методических объединений классных руководителей один раз в четверть.	Администрация, учителя физкультуры, школьный фельдшер, педагоги-психологи
5	Ведение целенаправленной пропаганды здорового образа жизни с использованием механизмов наглядной агитации и материального стимулирования учителей.	В течение учебного года.	Администрация школы.
6		В течение учебного года.	Администрация школы. Учителя физкультуры.

	Разработка и апробация системы оценок по комплексу показателей для учителей, активно занимающихся физическим развитием школьников, пропагандой здорового образа жизни и профилактике вредных привычек.		
7	Создание и поддержка условий комфортной работы, охраны труда работников МБОУ Пионерской СОШ.	В течение учебного года.	Директор школы, заместитель директора по АХЧ.
8	Информационное обеспечение по вопросам здоровьесбережения и охраны труда с использованием механизмов наглядной агитации, раздаточных материалов, ежемесячного консультирования учителей.	В течение учебного года.	Администрация, учителя физкультуры, школьный фельдшер, привлеченные медицинские работники (возможно из числа родителей учащихся).
Работа с родителями			
1	Подготовка материалов и выступления перед родителями на темы: «Распорядок дня ребенка», «Особенности психофизического развития детей разных возрастных групп», «Профилактика простудных заболеваний», «Профилактика стрессов» и т.д. (в зависимости от особенностей класса, запросов, поступивших от родителей и классных руководителей).	В течение учебного года (сентябрь, январь) – на общешкольных родительских собраниях; один раз в четверть – на классных родительских собраниях.	Учителя физкультуры, классные руководители, педагоги-психологи.
2	Информирование родителей по вопросам здоровья школьников и пропаганды здорового образа жизни с использованием листовок, буклетов, школьных информационных стендов.	В течение учебного года	Учителя физкультуры, школьная редколлегия
3	Индивидуальное консультирование родителей по вопросам здоровья школьников и пропаганды здорового образа жизни.	В течение учебного года: на днях открытых дверей, по расписанию консультирования сотрудниками школы.	Учителя физкультуры, классные руководители, педагоги-психологи.
4	Круглые столы с участием родителей по вопросам: «Здоровое питание и распорядок дня школьника»; «Пропаганда здорового образа жизни в школе и дома (сотрудничество педагогов и родителей)».	Вторая и четвертая четверть.	Администрация школы, работники школьной столовой, привлеченные специалисты, занимающиеся проблемами детского здоровья.

5	Проведение совместных мероприятий (праздников, соревнований и т.п.) для детей и родителей.	По плану спортивно-массовой работы.	Учителя физкультуры, педагоги-организаторы, заместитель директора по воспитательной работе.
---	--	-------------------------------------	---

7.Этапы и сроки обеспечения программы

Этапы	Содержание	Срок реализации
I этап - подготовительный	Анализ тенденций в состоянии здоровья и образа жизни учащихся в динамике за 3 года, анкетирование учащихся и родителей; Подготовка и утверждение Программы.	2020 учебный год
II этап - практический	Реализация основных мероприятий Программы.	2021- 2022 учебный год
III этап – контрольно-обобщающий	Оценка эффективности проводимых мероприятий	2023 учебный год

8.Критерии оценки эффективности программы

- положительная динамика состояния здоровья учащихся;
- сформированность у учащихся ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья, наличие навыков здорового образа жизни;
- сформировать у всех категорий педагогических работников единых ценностных подходов к сохранению и укреплению здоровья учащихся;
- удовлетворённость организацией образовательного процесса и условиями обучения со стороны учащихся и их родителей;
- повышение двигательной активности за счет проведения общешкольных утренних зарядок, правильно построенных уроков физической культуры, повышение интереса к спортивным секциям, повышения уровня знаний учащихся о двигательной активности;
- увеличение доли детей с I- группой здоровья;
- уменьшение количества обострений хронических заболеваний у детей с III- группой здоровья;
- снижение заболеваемости учащихся более чем на 10 %

