



**Программа
«Суходольская
первая – территория
здоровья»**

Программа «Суходольская первая – территория здоровья»

Направление

Сохранение и укрепление здоровья

Нормативно-правовые основания для разработки программы

1. Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90.
2. "Конституция Российской Федерации" (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ, от 05.02.2014 № 2-ФКЗ, от 21.07.2014 № 11-ФКЗ)
3. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 № 751 "О национальной доктрине образования в Российской Федерации"
4. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ
5. Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования второго поколения (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897)
6. Национальная образовательная инициатива "Наша новая школа" (утв. президентом РФ от 4 февраля 2010 г. № Пр-271)
7. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ (ред. от 28.11.2015) "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации"
8. Федеральный закон от 30.03.1995 № 38-ФЗ (ред. от 23.05.2016) "О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)"
9. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;
10. СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ» (с изменениями от 23 июля, 26 декабря 2008 г.)

Цель программы

- создание в школе организационно - педагогических, материально-технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы;
- формирование представления об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды.

Задачи программы

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- 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;

- посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике;
- 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.

Участники программы

Учащиеся

Педагоги

Родители

Социальные партнеры

Сроки

Сентябрь 2019 г.- август 2022 г.

Ожидаемые

результаты

- повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;
- организация систематического контроля состояния здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- создание банка данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования по трём составляющим здоровья, на которые можно повлиять: сколиоз, плоскостопие, нарушение зрения;
- повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения;
- повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков;
- апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам;
- разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровье сбережения;
- включение в план работы школы регулярное проведение недель здоровья (1 раз в четверть);
- организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.

Диагностика эффективности программы.

Мониторинг состояния здоровья учащихся

Система управления и контроля реализации программы

Контроль реализации мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет педагогический совет школы, инновационная группа учителей-предметников, психологическая служба.

Формы контроля

Результативность работы рассматривается 1 раз в год на МО классных руководителей.

Пояснительная записка

Предлагаемая модель здоровьесберегающей деятельности ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Суходол является последовательной системой реализации комплексной программы сохранения и укрепления здоровья школьников. Реализация школы здоровьесберегающего проекта при воплощении данной модели в образовательном пространстве обеспечит переход образовательного учреждения к статусу «Здоровьесберегающее образовательное учреждение».

Предлагаемая программа «Суходольская первая – территория здоровья» может быть охарактеризована как интегральная модель, поскольку включает в себя все наиболее распространенные в настоящее время виды здоровьесберегающей деятельности школы, применяемые в системе образования. Система мониторинга здоровьесберегающей деятельности ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Суходол отвечает статье 41 «Охрана здоровья учащихся» Федерального закона № 273-ФЗ от 29.12.2012 года «Об образовании в Российской Федерации»

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.

При организации работы, ориентированной на формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, в настоящее время используется комплексный подход. Тематика здоровья, так или иначе, пронизывает весь образовательный подход. Темы здоровья достаточно легко интегрируются в уроки биологии, химии, географии, обществознания, математики, иностранного языка. Накоплен большой методический материал проведения уроков здоровья или минуток здоровья по всем предметам.

Уроки физической культуры по сравнению с другими уроками предоставляют дополнительные возможности для формирования здорового образа жизни. Помимо двигательных способностей у подростков развиваются волевые качества личности, произвольная регуляция поведения, формируются нравственные качества.

Большой потенциал заложен в таких мероприятиях, как дни здоровья. Общение учащихся с педагогами в неформальной атмосфере способствует возникновению доверительных отношений. Дни здоровья стимулируют интерес детей и побуждают их к активному участию в деятельности.

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 учащихся и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни. Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел «Календарный план реализации программы» обновляется каждый учебный год.

Программа по здоровьесбережению учащихся призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка, направленные на защиту здоровья и получение полноценного образования.

Программа является подтверждением особого статуса детства как периода, не зависящего от социальных, политических, национальных профессиональных и других отличий.

Программа находится в числе приоритетных направлений деятельности органов власти, служит основой сотрудничества образования и здравоохранения, общественности, школы и родителей.

Основной стратегической целью программы «Суходольская первая – территория здоровья» ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Суходол на 2019- 2022 годы является содействие всем участникам образовательного процесса по созданию условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и приобретение знаний, умений, навыков, необходимых для формирования устойчивой мотивации к сохранению, укреплению здоровья и к здоровому образу жизни

Для достижения стратегической цели должны быть решены следующие задачи:

- совершенствование системы физкультурно-оздоровительной работы;
- организация методической поддержки педагогам в реализации цели программы;
- разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствования здоровьесберегающих инновационных технологий обучения и воспитания, адекватных возможностям детей;
- обеспечение формирования у учащихся мотивации к стремлению заботиться о своем здоровье и умению вести ЗОЖ;
- у педагогов - мотивации к валеологизации учебно-воспитательного процесса, освоению валеологических технологий в учебном процессе, к деятельности по сохранению собственного здоровья;
- у родителей - мотивации совместной деятельности по вопросам формирования ЗОЖ детей через систему просветительской работы;
- установление эффективных путей взаимодействия с родителями, различными специалистами в области здоровьесбережения;
- мониторинг отслеживания состояния здоровья детей.

Функции различных категорий работников школы

Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- 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 социально-психологической службы в школе.

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

- организация и проведение профилактических работ с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровье сбережения;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Сроки и этапы реализации программы:

1 этап (2019– 2020 учебный год) определение концептуальной линии развития ОУ (1 год):

- анализ уровня заболеваемости сколиозом, плоскостопием, нарушения зрения обучающихся, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий. Основные усилия и средства будут направлены на формирование нормативных, организационных и иных условий, обеспечивающих вопросы реализации программы «Суходольская первая – территория здоровья», реализацию мероприятий, направленных на выполнение задач, предусмотренных Программой, и достижение прогнозируемых объемов индикативных показателей.

2 этап (2020 – 2021 учебный год) формирование научно-методической базы ОУ здоровье сберегающего типа (1 год):

- совершенствование материально-технической базы ОУ;
- разработка научно-методических положений программы здоровье сберегающего образования;
- подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;
- программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся
- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- выполнение оздоровительных мероприятий.

Предполагается реализация мероприятий, направленных на достижение результатов деятельности по индикативным показателям: выполнение исследовательских работ учащихся, организация мониторинга уровня физической подготовленности через тестирование, работа над созданием программы психолого-педагогического сопровождения учащихся на разных ступенях образования, повышение квалификации педагогов через систему методических мероприятий (семинары, лекции, тренинги и др.).

3 этап (2021 – 2022 учебный год.) разработка программ деятельности здоровьесберегающего образовательного учреждения (1 год):

- внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в ОУ;
- разработка методов диагностики уровня здоровья на базе медицинского кабинета школы;
- разработка программы обучения педагогов технологиям здоровье сбережения и индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на уроках.

- сбор и анализ результатов выполнения программы;
- коррекции деятельности.

На третьем этапе будет организована работа для проведения развёрнутого структурного анализа деятельности по всем направлениям программы «Суходольская первая – территория здоровья», проведена родительская конференция «Об итогах реализации программы «Суходольская первая – территория здоровья», подведены итоги деятельности по реализации программных мероприятий, проведен мониторинг динамики деятельности ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Суходол на основе индикативных показателей, анализ результативности.

Организационная структура, обеспечивающая реализацию программы имеет следующий

Система программных мероприятий.

Общее представление о здоровьесберегающей среде в ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Суходол

Приоритетной задачей нашей школы, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании ЗОЖ школьников. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения:

- Соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм;
- Учет возрастных особенностей обучающихся;
- Режим учебно-познавательной деятельности;
- Организация питания;
- Социально-педагогические условия обучения.

Слагаемые здоровьесберегающей среды

(все, с чем учащийся соприкасается в течение дня):

- Родители, их взаимоотношения с ребенком;
- Школьная среда;
- Организация и содержание внеурочного времени;
- Педагогическая среда (конкретный процесс на уроках);
- Психологическая среда (общение с учителями и учащимися);
- Санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы).

Условия формирования здоровьесберегающей среды в ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Суходол

1.Позиционирование ОУ в качестве здоровьесберегающего учреждения:

- разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ;
- учет в любом решении ОУ вопросов, связанных с влиянием данного решения на здоровье школьников;
- проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья;
- учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития школы.

2. Изменение меры ответственности всех участников образовательного процесса за состояние их здоровья:

- внесение изменения в перечень должностных обязанностей учителей с учетом пунктов, касающихся их деятельности в сфере здоровья;
- введение в ОУ нормы индивидуальных соглашений с учащимися, в которых прописаны обязанности учеников в деле заботы о собственном здоровье и участие в мероприятиях по помощи школе в обеспечении решения данной приоритетной задачи;
- заключение индивидуальных соглашений с родителями учащихся для усиления уровня их ответственности и подключения к работе школы в этом направлении.

Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в школе:

Блок профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья учащихся предполагает:

- регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья обучающихся;
- использование в школе рекомендованных методов профилактики заболеваний
- обсуждение данных мониторинга здоровья учащихся на педсоветах
- 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.

Блок просветительско-воспитательной работы предполагает:

- организацию «Дней здоровья», внеурочной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;
- включение в учебный план школы образовательных программ, направленных на формирование мотивации 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, ОБЖ, физической культуры)

Блок рациональной организации учебного процесса предполагает:

- соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;
- использование приемов индивидуализации обучения;

- строгое соблюдение гигиенических требований к использованию технических средств в учебном процессе;
- использование здоровые берегающих 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-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровые берегающих технологий обучения;
- организация психолого-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Блок организации физкультурно-оздоровительной работы предполагает:

- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внеурочной деятельности к формированию здорового образа жизни учащихся;
- организация динамических перемен, физкультпауз на уроках;
- эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (включая занятия ЛФК), родителей к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Блок здоровьесберегающей инфраструктуры ОУ предполагает:

- соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;
- наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровые берегающую работу;
- оснащённость физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, школьной столовой.

Блок организации системы просветительской и методической работы с педагогами и родителями предполагает:

- проведение в ОУ постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;
- повышение уровня знаний в области вопросов здоровые бережения;
- обеспеченность ОУ необходимой научно-методической литературой.

Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности ГБОУ СОШ №1 п.г.т Суходол

Раздел 1. Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся (организация здоровые берегающей деятельности ОУ и готовность учителей к реализации здоровые берегающей деятельности)

- Позиционирование школы в качестве здоровьесберегающего ОУ;
- Вовлечение школы в сетевое взаимодействие системы здоровьесберегающих школ, научно-педагогических и общественных организаций;

- Готовность учителей к участию в здоровьесберегающей работе;
- Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования;
- Организация самоанализа школы - внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы;

Раздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре ОУ.

- Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку, зданию школы;
- Организация питания учащихся;
- Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму школы;
- Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению;
- Выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

Раздел 3. Рациональная организация образовательного процесса и использование здоровьесберегающих технологий при реализации образовательного процесса в школе.

- Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса;
- Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
- Психологические основы здоровьесберегающей организации учебного процесса.

Раздел 4. Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесберегающей деятельности ОУ

- Состояние физкультурно-спортивного комплекса школы;
- Организация уроков физической культуры в школе;
- Физвоспитание в режиме дня школы;
- Внеклассная физкультурно-спортивная работа;
- Контроль выполнения учащимися школы нормативов двигательной активности;
- Комплексная оценка физической подготовленности учащихся школы.

Раздел 5. Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов ЗОЖ учащихся.

- Организация образовательной работы в ОУ в рамках учебных дисциплин здоровьесберегающего блока;
- Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни учащихся;
- Участие обучающихся и их родителей в здоровьесберегающей работе ОУ.

Раздел 6. Организация профилактики употребления ПАВ в среде обучающихся

- Программа профилактики употребления ПАВ учащимися;
- Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде обучающихся;
- Организация безопасной поддерживающей образовательной среды.

Раздел 7. Организация комплексного сопровождения системы формирования ЗОЖ учащихся (система медицинского обслуживания обучающихся)

- Организация медицинского обслуживания учащихся;
- Оценка комплексных показателей состояния здоровья учащихся.

Раздел 8. Организация системы мониторинга формирования культуры ЗОЖ обучающихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов)

- Организация психологического сопровождения здоровьесберегающего образовательного процесса в ОУ;
- Программа диагностики психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья;
- Программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни учащихся;
- Оценка формирования у учащихся, их родителей и учителей школы мотивации ведения ЗОЖ, обобщение аналитической информации в форме отчетов ОУ.

Здоровье сберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения:

Цель данной работы: привитие норм ЗОЖ на основе отказа от вредных привычек, соблюдение режима дня, спортивного режима, использование оздоровительных сил природы.

1. Гигиенические средства (санитарно-гигиенические средства здоровье сберегающие технологии)

- Требования к материально-техническому состоянию здания школы;
- Организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов;
- Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления;
- Организация рационального питания учащихся;
- Соблюдение общего режима дня учащихся – режима двигательной активности, режима питания и сна;
- Формирование ЗОЖ;
- Личная и общественная гигиена;
- Привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.
- Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций.

2. Средства двигательной направленности (здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта)

- Уроки физкультуры с комплексами физических упражнений;
- Физкультминутки на уроках и подвижные перемены;
- Различные виды оздоровительной гимнастики (пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура;
- Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.

3. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ (психологические здоровьесберегающие технологии)

- Обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик;
- Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер обучающихся в процессе их развития.

4. Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровьесберегающие образовательные технологии)

- Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс;
- Системный подход к организации образовательной деятельности;
- Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровьесберегающей направленности для всех ступеней обучения.

5. Профилактические и закаливающие средства (воспитательная работа по формированию ЗОЖ)

- Организация просветительского лектория;
- Культурно-массовые мероприятия;
- Работа с семьей учащегося (пропаганда ЗОЖ через систему занятий в родительском лектории)
- Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, экскурсии)

Модель личности ученика.

Подготовка к ЗОЖ ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности школы. В качестве основополагающей линии развития школы в этом направлении выбрана концепция здоровьесберегающего образования. Центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям развития его всесторонней личности. Здоровьесберегающие технологии предоставляют ученику большую свободу выбора в процессе обучения, ученик не подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя. Учитель, обладая разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем ребенка. Это требует разработки новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации обучения и здоровьесбережения. Учет индивидуальных особенностей учащихся в педагогической деятельности – это комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими путями:

- вариативностью образовательной среды на основе принципов профилизации обучения;
- дифференциацией обучения;
- индивидуализацией учебного процесса с учетом личностных особенностей учащихся;
- разработкой индивидуальных образовательных программ для детей с особенностями развития и педагогически запущенных детей;
- индивидуальными портфолио в системе дистанционного образования.

Работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения учащихся.

Для этого была создана прогнозируемая модель личности ученика:

- знание основ и выполнение правил личной гигиены;
- владение основами личной гигиены и ЗОЖ.
- знание основ и выполнение правил личной гигиены;
- владение основами личной гигиены и ЗОЖ.
- знание основ строения и функционирования организма человека;
- знание изменений в организме человека в пубертатный период;
- умение оценивать свое физическое и психическое состояние;
- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;
- поддержание физической формы;
- телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;
- гигиена умственного труда.
- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;
- убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек;
- знание различных оздоровительных систем;
- умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;
- способность вырабатывать индивидуальный образ жизни;
- гигиена умственного труда.

Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);
- культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их).

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и ЗОЖ;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Методического совета школы;
- создание методической копилки опыта;
- посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОЖ;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
- контроль организации учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования ЗОЖ.

Основные направления деятельности программы

I. Организационное: в нём представлены главные общешкольные мероприятия с участием всех членов координационного совета;

II. Диагностика здоровья: в нём отражена динамика трёх заболеваний.

III. Физкультурно-оздоровительное: раскрывает основные направления деятельности содействующей укреплению здоровья, всестороннему развитию личности на основе овладения личной физической культурой

IV. Медицинское сопровождение: представлены мероприятия, направленные на профилактику, диагностику и сохранения физического здоровья учащихся;

V. Социальное (система просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса): освещает просветительскую деятельность с родителями учащихся и классными руководителями.

VI. Психолого-педагогическое сопровождение: в нём освещены мероприятия, направленные на организацию психологического сопровождения учащихся.

Ниже представлены задачи и мероприятия направленные на реализацию программы «Суходольская первая – территория здоровья» по направлениям.

I. Организационное направление.

Задача: Обеспечить в комплексе реализацию программы «Суходольская первая – территория здоровья».

II. Диагностика здоровья.

Задача: Создание базы данных здоровья обучающихся по трём заболеваниям: сколиоз, плоскостопие, нарушение зрения.

III. Здоровье через физическую культуру.

Задача: Содействовать укреплению здоровья, всестороннему развитию личности на основе овладения личной физической культурой.

IV. Медицинское сопровождение.

Задача: профилактика и снижение уровня заболеваемости учащихся.

V. Социальное.

Задача: создать систему непрерывного образования классных руководителей и родителей учащихся по программе «Суходольская первая – территория здоровья»,

VI. Психолого-педагогическое сопровождение.

Организация психологического сопровождения учащихся:

Задачи:

- создать условия для психологической поддержки учащихся;
- помочь ребенку в решении личностных проблем возрастного развития;
- выявить учащихся с трудностями в развитии;
- обеспечить психолого-педагогическое сопровождение учащихся с трудностями в развитии.

Формы деятельности

1. Психологическое тестирование.
2. Индивидуальная психологическая помощь учащимся.
3. Организация уроков психологии.

4. Работа группы психокоррекции.
 5. Проведение психолого - педагогических консилиумов.
 6. Психологические консилиумы и помощь родителям учащихся.
- Обеспечение и сопровождение педагогической деятельности.

Задачи:

- создать условия для психологической поддержки педагога;
- помочь педагогу в решении профессиональных и личностных проблем;
- организовать обучение педагогов по освоению приёмов саморегуляции и способов укрепления здоровья.

Формы деятельности

1. Теоретические и практические семинары.
2. Психологическое тестирование (по желанию).
3. Составление программы оздоровления учителей (индивидуальных, общей).
4. Психологические консультации.
5. Тренинговые занятия.

Реализация основных направлений программы:

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
3. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
4. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
5. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
6. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
7. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
8. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.

Применение разнообразных форм работы:

1. Учет состояния детей:

- учет посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

- индивидуальные занятия;
- дни здоровья.

Календарный план реализации программы здоровьесбережения

Сентябрь

- Организация дежурства по школе и по классам.

- Инструктаж классных руководителей по охране здоровья детей.
 - Налаживание работы кружков и секций, организация внеурочной деятельности.
 - Включение в планы родительских собраний, планы МО и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровью и сбережению детей.
 - Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровью и сбережению.
 - Акция «Жизнь в позитиве» (10 сентября - Всемирный день предотвращения суицида)
 - Организация питания учащихся.
 - Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
 - Составление социального паспорта класса, паспорта здоровья класса.
 - Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях и спартакиаде.
 - Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию ЗОЖ.
- Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).
 - Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.
 - Организация работы спецгруппы.

Октябрь

- Акция «Милосердие».
- Работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в районной спартакиаде.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию ЗОЖ. Беседа для учащихся и родителей «Детский травматизм»
- Физкультминутки (ежедневно).
- Подвижные игры на переменах (ежедневно).

Ноябрь

- Выявление и анализ хронических заболеваний детей и контроль за их освобождением от физкультуры, перевод в группу здоровья.
- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».
- Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме «Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
- Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на местности.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
- Отчёты о проделанной работе по здоровьесбережению.

Декабрь

- Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
- Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Январь

- Открытые воспитательные часы «Тренинг ЗОЖ».
- «Весёлые старты» (по плану)
- Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

- Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
- День защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию ЗОЖ.

Март

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию ЗОЖ
- Анализ здоровья трудных подростков.
- Конкурс «Мама, папа, я – спортивная семья».

Апрель

- Всемирный день здоровья.
- Благоустройство школьной территории.
- День здоровья.
- Динамические паузы, физкультминутки.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию ЗОЖ.
- Комплектование школьного оздоровительного лагеря

Май

- Акция «Вахта памяти».
- Подготовительная работа к организации занятости учащихся летом.
- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.
- «Весёлые старты».
- Всемирный день борьбы с курением.
- Анализ работы по сохранению здоровья учащихся за 2016 – 2017 уч. год.
- Психологический час « Как противостоять вредным привычкам»
- Планирование оздоровительной работы с детьми в летний период.

Июнь

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа пришкольного лагеря.
- Работа школьного экологического лагеря

Ожидаемые результаты формирования по ступеням образования

Начальное звено:

1- 2 классы

Примитивно - поведенческий

Формирование навыков санитарно- гигиенической культуры

Отсутствие вредных привычек

3 классы

Приобщение к гигиенической культуре

4 классы

Организация ЗОЖ

Среднее звено:

5-7 классы

эмоциональный

Приобщение к ЗОЖ

Стремление к ЗОЖ

8-9 классы

Формирование полового самосознания и ЗОЖ

10- 11 классы

Воспитание грамотного отношения к медико- профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека

Здоровье сберегающая деятельность педагогического коллектива

Сентябрь 2019

Анализ дозировки учебной нагрузки:

- учебные планы;
- график контрольных работ.

Ноябрь 2019

Анализ влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний и уровень обученности.

Декабрь 2019

Анализ эффективности уроков физкультуры с точки зрения здоровьесбережения

Апрель 2020

Итоговый анализ состояния здоровья учащихся.

Май 2020

Педагогический совет

Обсуждение результатов деятельности за 1 год реализации Программы.

Сентябрь 2020

Использование здоровьесберегающих и здоровьеформирующих технологий в образовательном процессе

Постоянно

«Аукцион» педагогических идей (здоровьесберегающие технологии).

Март 2020

Здоровьесбережение при применении ИКТ

Январь 2021

Методический Совет (руководители методобъединений и заместитель директора по УВР)

Корректировка Программы здоровьесбережения

Август 2021

Составление плана работы с учетом внедрения здоровьесберегающих технологий.

Разработка критериев и индикаторов уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования

Октябрь 2021

Организация методической недели «Обучение и воспитание с успехом».

Апрель 2022

Мониторинг влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний по предметам.

Июнь 2022

Кураторство над лекторскими группами старшеклассников «Жизнь без вредных привычек».

В течение года

Общешкольный родительский комитет

Ознакомление родителей с деятельностью школы по оздоровлению и пропаганде ЗОЖ

Сентябрь 2019

Круглый стол «Здоровье наших детей».

Февраль 2020

День семьи «Папа, мама, я – спортивная семья»

Март 2020

Ознакомление родителей с различными оздоровительными системами.

По плану работы школы
Анализ результатов работы школы по оздоровлению и пропаганде ЗОЖ
Май 2020

Заместитель директора по воспитательной работе
Проведение анкетирования по определению самочувствия учащихся в школе;
Наличие вредных привычек, их характера и динамики формирования;
«Обеспечение здоровья и ЗОЖ в семье».

В течение года
Комплектование полного пакета документов по реализации Программы «Здоровья»
Май 2020
Подготовка памяток для учащихся по формированию ЗОЖ

План действий по реализации программы «Здоровье»

I этап (2019-2020 учебный год)

1. Проведение семинара

«Основы воспитания и культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя»

2. Совещание при директоре по подготовке проведения методического совещания

«Использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и воспитания»

3. Заседание ученического совета «ЗОЖ - основа нашего будущего!»

4. Проведение медицинского осмотра учащихся.

5. Профилактические беседы с учащимися перед каникулами

6. Тематические классные часы по программе профилактики, ДДТТ, ПБ, ЛБ, «Здоровье». Анкетирование всех ступеней обучения.

7. Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания учащихся (консультации, родительские собрания, информационные письма, буклеты)

8. Родительские собрания на тему: «Роль семьи в воспитании потребности в ЗОЖ»

9. Работа комиссии Управляющего совета школы по надзору за созданием здоровых и безопасных условий учёбы и труда.

II этап (2020 – 2021 учебный год)

Цель: реализация программы деятельности, внесение корректив (по мере необходимости) в ее основные положения

1. Выпуск электронной копилки интересных дел по теме «Здоровье- это здорово!».

2. Реализация проекта «Здоровье в наших руках».

3. Организация цикла занятий «Здоровье- это здорово! (для педагогов)

4. Беседы, лекции «Как уберечь себя от беды».

5. Школьная спартакиада.

6. Конкурс «Самый здоровый класс года»

7. Цикл классных часов «Как уберечь себя от беды» (1-4 классы).

8. Цикл классных часов «Здоровые привычки - ЗОЖ» (5-7 классы).

9. Цикл классных часов «Вредные привычки и их преодоление» (8-11 классы)

10. Совместные занятия детей и родителей, участие в играх на воздухе, походах, спортивных соревнованиях.

11. Общешкольные семейные спортивные праздники.

12. Тематические родительские собрания «Быть здоровым - это модно!»

III этап (2021 – 2022 учебный год)

Цель: обобщение позитивного опыта реализации концепции системы физкультурно-оздоровительной работы школы.

Педагогический совет «Здоровье сберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».

1. Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся;
2. Исследование духовно- нравственного здоровья.
3. Общешкольное спортивное мероприятие с участием родителей и детей «Спорт – это здорово!»
4. Родительское собрание «Здоровье сберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».
5. Общешкольное спортивное мероприятие с участием родителей и детей «Спорт – это здорово!»

Модель формирования здоровьесберегающей среды в ОУс учетом индивидуального подхода к учащимся

Учащийся

Члены семьи учащегося

Педагоги

Привлеченные специалисты и организации

Ценности

Осознание причин своих личностных, и других переживаний, особенностей формирования межличностных отношений
Осмысление мотивов, потребностей, устремлений, установок, отношений, особенностей поведения и эмоционального реагирования ребенка
Открытие системы ценностей подростка внутреннего происхождения
Достижение соответствия между декларируемыми и реально-действующими ценностями

Цель

Сохранение и укрепление здоровья обучающихся

Задачи

Осознание ценности здоровья и активно-познавательное стремление к его совершенствованию, индивидуальная информированность и способность принимать ответственные эффективные решения, определяющие структуру и качество жизни
Удовлетворение потребностей учащегося в ЗОЖ, формирование потребности в соблюдении элементарных гигиенических норм и правил, выведение подростка в режим саморазвития, самовоспитания
Сохранение и развитие здоровья учащегося при его оптимальной трудоспособности и социальной активности, формирование системы умений и здоровьесформирующих технологий и стратегий
Формирование доминантной установки на восприятие позитивных сторон реальности и защиту от негативных влияний среды.

Функции

Самореализации
Психофизиологическая
Эстетически-познавательная
Психотерапевтическая

Аспекты

Личностный
Командный
Образовательный
Деятельностный

Формы

Консультации, беседы, инструктажи, тренинги, семинары-практикумы, дни открытых дверей, конференции

Результаты

(с позиций трех уровней отношения учащегося к своему здоровью)

Когнитивный
Эмоциональный
Поведенческий

Позитивное отношение учащегося к себе, самоуважение
Формирование дифференцированных обобщенных знаний о себе в процессе деятельности и общения с окружающими
Включенность в культурно-оздоровительную деятельность

Рекомендуемые тематические классные часы по реализации программы «Здоровье»

1. Режим дня.
2. Перемена с увлечением.
3. «Путешествие в страну здоровья»
4. Культура поведения за столом.

2

1. «Будешь опрятным, станешь аккуратным»
2. Правила гигиены.
3. Культура поведения в общественных местах.
4. Мой друг – Мойдодыр

3

1. Человеческая память и беспамятство.
2. Культура одежды.
3. Профилактика простудных заболеваний.
4. Береги здоровье смолоду

4

1. Режим дня.
2. «Кожа человека и ее здоровье
3. Закаливание организма
4. «Путешествие по стране Здоровье»

5

1. «Привычки и здоровье» – беседа с элементами тренинга.
2. «Курение. Влияние на организм человека».
3. «Я становлюсь увереннее!»

4. «Влияние алкоголя на детский организм»

6

1. «Здоровье превыше всего...»
2. «Пирамида здорового питания»
3. Культура питания
4. Культура одежды

7

1. Что такое здоровье?
2. Способы укрепления здоровья.
3. Гигиена мальчика и девочки.
4. Профилактика простудных заболеваний, заболеваний органов зрения

8

1. Здоровый образ жизни.
2. «В здоровом теле – здоровый дух!»
3. Формула здоровья – диспут.
4. Вредные привычки.

9

1. «Здоровье – залог успеха».
2. Культура гигиены девушки.
3. Культура гигиены юноши.
4. Покончить с грубостью

10

1. «Вредные привычки и их влияние на здоровье человека».
2. Роль спорта в жизни человека.
3. Как одеваться стильно, модно, удобно?
4. «О вкусах не спорят, о манерах надо знать»

11

1. Гармония тела.
2. Система питания старшеклассника.
3. Береги здоровье смолоду.
4. Стресс.

Заключение

Данная программа «Здоровье» рассчитана на 3 года и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

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