

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4»**

Рассмотрена
На педагогическом совете
Протокол № 1 от 29.08.2016 г.

«Утверждаю»
директор А.В. Плеханова
приказ № 138 от 01.09.2016 г.

ПРОГРАММА

«ШКОЛА - ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»

**Тамбов,
2016**

1. Пояснительная записка.

Проблемы сохранения здоровья воспитанников и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить воспитаннику 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 воспитанников 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 относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни. Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы.

2. Цели программы

- формирование у воспитанников понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;
- создание в школе организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- усиление контроля за медицинским обслуживанием 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 воспитанников в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;

- обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

3. Задачи программы

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- формирование системы выявления уровня здоровья воспитанников 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 воспитанников;
- планомерная организация полноценного сбалансированного питания воспитанников;
- развитие психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физического состояния воспитанников;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни воспитанников;
- посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

•

4. Функции различных категорий работников школы

1. Функции медицинской службы школы:

- проведение диспансеризации и медосмотра воспитанников школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление воспитанников специальной медицинской группы.

2. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания воспитанников в школе;
- организация преподавания вопросов валеологии на уроках окружающего мира в начальной школе; на уроках природоведения, биологии, обществознания и ОБЖ в классах среднего и старшего звена;
- организация и контроль уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала и тренажёрного зала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья воспитанников и ее контроль;

- организация работы классных руководителей и воспитателей 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, педагога дополнительного образования:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний воспитанников;
- 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 профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение диагностик уровня знаний воспитанниками правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

5.Участники программы:

- обучающие
- педагоги
- родители
- социальные партнеры

6.Сроки и этапы реализации программы:

- I этап - 2016 – 2017гг.
- II этап - 2017 – 2018 гг.
- III этап - – 2019 гг.
- **1 этап – подготовительный (июнь – сентябрь 2016 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(октябрь 2017 – декабрь 2018г.г.):**
- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- выполнение оздоровительных мероприятий.
- **3 этап - контрольно-обобщающий (январь 2019 – июнь 2019г.г.):**
- сбор и анализ результатов выполнения программы;

- коррекция деятельности.

7. Прогнозируемая модель личности ученика.

Модель выпускника

- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;
- владение основами личной гигиены здорового образа жизни.
- 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.

8. Ожидаемые конечные результаты программы:

- повышение функциональных возможностей организма воспитанников, развитие физического потенциала школьников;
- рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников;
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- повышение уровня самостоятельности и активности школьников;
- повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья. Реализация программы направлена на формирование у воспитанников 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 здорового образа жизни;
- 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.

9.Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний предметных методических кафедр школы;
- посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по здоровьесберегающим технологиям;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья воспитанников и морально-психологического климата в школе;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью воспитанников в свете формирования здорового образа жизни.

10.Основные направления деятельности программы:

I Организационные мероприятия:

Подготовка школы к новому учебному году с соблюдением норм СанПиН
 Организация горячего питания
 Корректировка планов работы по здоровьесбережению
 Организация работы с социальными партнерами

II Лечебно-профилактическое:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультурминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;

- планомерная организация питания воспитанников;
- реабилитационную работу: обязательное медицинское обследование.

III Санитарно-эпидемиологическое

Составление плана профилактических прививок

Проведение профилактических прививок

Обследования

Контроль за санитарным состоянием школы

IV Санитарно-просветительское :

- организацию деятельности с воспитанниками по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганда 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)

V Спортивно-массовая работа

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

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

VI 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 психолога -медико - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и

физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;

- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи воспитанникам.

VII 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.

11. Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у воспитанников культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

12. Реализация основных направлений программы:

1. Убеждение ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
3. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
4. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
5. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
6. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
7. Обеспечение каждого воспитанника горячим питанием.
8. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
9. Привлечение воспитанников к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне её.
10. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.

11. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
12. Обучение воспитанников оказанию первой медицинской помощи.

13. Применение разнообразных форм работы:

1. Учет состояния детей:

- анализ медицинских карт;
- определение группы здоровья;
- учет посещаемости уроков, занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

2. Физическое и психологическое здоровье:

- организация работы спортивных секций, клубов, проведение дополнительных занятий физической культуры;
- динамические паузы;
- индивидуальные занятия;
- организация спортивных перемен;
- дни здоровья;
- физкультминутка для воспитанников;

3. Урочная и внеурочная работа:

- открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ;
- открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
- спортивные объединения дополнительного образования: баскетбол, волейбол, легкая атлетика, футбол.

•

14. Календарный план реализации программы здоровьесбережения на 2016-2019 года

Сентябрь

Общие мероприятия

Организация дежурства по школе и по классам.

Организация работы объединений дополнительного образования и секций, организация клубной деятельности.

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

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

Организация питания.

Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.

«Уроки чистоты, встречи со специалистами».

Проведение внутришкольных и участие в мероприятиях спортивно-массовой направленности различного уровня.

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

Дни здоровья.

Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).

Организация работы спецгруппы.

Октябрь

Организация работы по трудоустройству и поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.

Планирование занятости воспитанников в каникулярный период.

Подготовка классов к зиме.

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

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

Физкультминутки (ежедневно).

Подвижные игры на переменах (ежедневно).

Ноябрь

Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».

Проведение воспитательных часов и мероприятий по темам здоровьесбережения. Итог: выпуск плакатов, выставка рисунков, выпуск памяток, буклетов

Экскурсии.

Физкультминутки и динамические паузы (систематически)

Отчёты о проделанной работе по здоровьесбережению.

Декабрь

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

Проведение и участие в соревнованиях в соответствии с графиком соревнований

Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).

Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Январь

Открытые воспитательные часы Тренинг здорового образа жизни.

Физкультминутки и динамические паузы.

Проведение мониторинга

Февраль

Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.

День защитника Отечества.

Физкультминутки и динамические паузы.

Проведение конкурсов

Март

Планирование занятости воспитанников в каникулярный период.

Физкультминутки и динамические паузы.

Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Апрель

Всемирный день здоровья.

Операция «Милосердие», операция «Память».

Благоустройство школьной территории.

Динамические паузы, физкультминутки.

Май

Подготовительная работа к организации занятости воспитанников в летний период.

Мероприятия, посвященные Дню Победы в Великой Отечественной войне.

Проведение экскурсий на природу.

Презентация уроков чистоты.

Июнь

Организация и проведение летней оздоровительной кампании

Международный день защиты детей.

Всемирный день защиты окружающей среды.