ПРОГРАММА

ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ

«В здоровом теле – здоровый дух»

на 2017-2021 годы



с.Коноваловка 2018 г

**Паспорт программы**

**Наименование программы**

Программа «В здоровом теле – здоровый дух»

по сохранению и укреплению здоровья школьников

на 2018– 2022 гг.

**Разработчик**

**Программы**

ГБОУ ООШ с.Коноваловка

**Нормативная база**

1. Конвенция о правах ребенка. (Генеральная ассамблея ООН 5декабря 1989 года). Ратифицирована Верховным Советом СССР13.06.1990г.);

2. Национальная доктрина образования в РФ (до 2025 г.);

3. Конституция РФ (принята всенародным голосованием12.12.1993 г.)

4. Национальная образовательная инициатива "Наша новаяшкола", утвержденная Президентом Российской Федерации от 4февраля 2010 года N Пр-271;

5. Федеральные государственные образовательные стандартынового поколения (Приказы Минобрнауки от 17.12.10 № 1897, от17.05.12 № 413)

6. Национальная стратегия действия в интересах детей на 2012-2017 годы (утверждена Указом ПрезидентаРФ от 1.06.2012№761)

7. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образованиив РФ» (принят Госдумой 21.12.2012, одобрен Советом Федерации26.12.2012)

**Цель:**создание и реализация условий по обеспечению **Программы**

устойчивой, безопасной жизнедеятельности воспитанников,

сохранению и укреплению здоровья участников образовательных

отношений, повышению культуры здорового и безопасного образа жизни.

**Важнейшие целевые индикаторы и показатели программы**

- уровень сформированности навыков здоровьясбережения

- уровень сформированности навыков бережного отношения к своему здоровью

- сокращение количества пропусков по болезни

- сокращение доли обучающихся с низким уровнем физической подготовленности

**Введение**

Новая культурно-историческая ситуация, сложившаяся на рубеже столетий, поднимает значимость и ценность здоровья. Только здоровый человек в полном объеме способен к активной саморегуляции поведения, к формированию индивидуальных программ здорового образа жизни, к продуктивной и творческой общественной деятельности. Современному обществу необходим новый взгляд на процесс развития личности, который связан в первую очередь с иным пониманием, иным способом мышления, поведения, отношения к ней и ее роли в обществе. Задачи формирования, укрепления и сохранения природного, генетически детерминированного здоровья человека, живущего в напряженной информационно-энергетической среде, создания экологически и эмоционально-комфортной среды общения и труда становятся приоритетными для человеческого сообщества. От реализации этой цели будет напрямую зависеть успешность существования человечества в будущем. Таким образом, осознанное принятие ценностей здорового образа жизни и здоровья становится не просто значимым, а ведущим фактором в обеспечении устойчивого развития общества и общественных отношений.

В мире в целом нарастает понимание значимости здорового развития и на всех этапах эпохи Детства. Поскольку именно Детство создает тот незаменимый фундамент, паспорт, открывающий двери к свободной самореализации в обществе во взрослом периоде жизни. Проблема здоровья подрастающего поколения является приоритетной государственной задачей во всем мире.

Здоровое развитие мы должны понимать как рост, становление, интеграция и реализация в общественно-значимой деятельности личностных качеств, свойств и способностей, знаний и умений, но главное – как активное качественное преобразование личностью своего внутреннего мира, приводящее к принципиально новому его строю и способу жизнедеятельности – творческой самореализации в постоянно меняющейся общественной жизни. Таким образом, под здоровым развитием мы понимаем процесс саморазвития. И это действительно так. Потребность в постоянном самораскрытии, повышении уровня самосознания, личностном росте становится фундаментальным условием здорового развития личности.

Сегодня инновационные процессы в образовании отражаются на всех компонентах структуры всех видов педагогической деятельности: расширяются цели образования и функции образовательных систем. Ставится и решается задача сохранения, укрепления и развития здоровья обучаемых, мотивации здорового образа жизни. Это одно из приоритетных направлений образовательной политики, отраженное в документах модернизации образования РФ. В законе РФ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.3 п.1) сказано:

«Государственная политика и правовое регулирование отношений в сфере образования основываются на следующих принципах: … « гуманистический характер образования, приоритет жизни и здоровья человека, прав и свобод личности, свободного

развития личности, воспитание взаимоуважения, трудолюбия, гражданственности, патриотизма, ответственности, правовой культуры, бережного отношения к природе и окружающей среде, рационального природопользования…»

* Всвете выше сказанного целью современного общества будет являться создание специальных педагогических условий, обеспечивающих своевременное и полноценное психическое и личностное духовное развитие каждого ребенка, лежащие в основе психологического здоровья. Перед учащимся ставиться задача обучению самоорганизации жизнедеятельности как жизнеутверждающей системы.

Эта цель может быть достигнута только тогда, когда будет обеспечиваться преемственность всех видов социального воздействия на ребенка в семье, школе, других социальных и общественных институтов по формированию ЗОЖ. Такая цель обуславливает,

* одной стороны, необходимость совершенствования уже сложившихся и реализуемых в практике района подходов к организации и содержанию учебно-воспитательного процесса, а
* другой – целесообразность разработки новых, здоровьесозидающих рационально выстроенных и действенных педагогических технологий. Это представляется возможным только при целенаправленном создании в районе здоровьесозидающей социальной среды, постоянно меняющейся в соответствии с возможностями и потребностями ребенка и общества, среды стимулирующей здоровое развитие личности, препятствующей развитию различных форм дизонтогенеза.

Активно идущий процесс модернизации образования, провозглашающий уход от единообразия и унифицированности образовательной среды и образовательного процесса, создает условия для создания в районе условий для вариативной и личностно-ориентированной педагогики, которая удовлетворяет требованиям сохранения и укрепления физического, психического, социального и духовно-нравственного компонентов здоровья у детей.

Мы считаем, что организация здорового развития ребенка во всех сферах его жизнедеятельности должна предполагать формирование и развитие следующих сторон личности ребенка:

просоциальных (гуманистических) ценностных ориентаций, расширение круга интересов;

физической активности и культуры; успеха в различных видах деятельности доступных для ребенка на данной ступени

развития; самостоятельности во всех видах жизнедеятельности;

активной включенности в коллективную социально-значимую деятельность.

* В своей работе мы опираемся на статью 41 «Охрана здоровья обучающихся» ФЗ «Об образовании в РФ», в которой перечислены основные мероприятия, которые необходимо проводить в образовательных организациях для сохранения и укрепления здоровья детей.
* Особое место для укрепления здоровья обучающихся уделено питанию .

**I. Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни**

**учащихся 1-9 классов**

**1.Пояснительная записка**

Предметом острой тревоги в современном обществе стало отмечающееся в последнее время резкое ухудшение физического здоровья детей.

Необходимость преодоления этой тревожной тенденции в интересах обеспечения жизнеспособности подрастающего поколения и нации в целом все более осознается как актуальная задача государства, общества и всех его социальных институтов.

Здоровье детей школьного возраста зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, образовательном учреждении.

Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание.

Еще в начале ХХ века основоположник отечественной школьной гигиены Ф.Ф.Эрисман внес понятие «школьные болезни», возникновение которых обусловлено обучением детей. К этим болезням им было отнесена близорукость (нарушение зрения), а также сколиоз (боковое нарушение позвоночника) и анемия (низкий уровень гемоглобина в крови). В современных условиях «школьные болезни» сохраняются, хотя их структура изменилась.

У наших школьников чаще выявляются нервно-психические расстройства как предпатологические и патологические состояния, которые специалисты увязывают с организацией учебно-воспитательного процесса в школе.

К другим заболеваниям, часто возникающим у школьников, относятся нарушение зрения, болезни костно-мышечной системы.

Заболеваемость детей школьного возраста держится на высоком уровне и составляет примерно 2400-2600 заболеваний на 1000 детей, так как каждый школьник на протяжении учебного года условно болеет 2,4 - 2,6 раза. У современных школьников стали чаще выявлять такие нарушения физического развития, как дефицит массы тела и низкий рост.

Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Опыт некоторых школ показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует не только прочным знаниям, но и одновременно способствует укреплению здоровья школьников.

Именно поэтому разработанная нами программа «Здоровье» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий.

В её реализации задействованы все службы школы: администрация, педагоги, психолог, медицинский работник и технический персонал.

 **2.** **Цель и задачи программы:**

Целью данной программы является поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Исходя, из конкретной ситуации в школе и в соответствии с постановленной целью можно определить следующие задачи деятельности педагогического коллектива.

**Задачи:**

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
3. Популяризировать преимущества здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
4. Организовать систему профилактических работ по предупреждению детского травматизма на дорогах, предотвращению роста заболеваемости учащихся школы.
5. Организовать просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

**3. Основные принципы реализации программы**

**-**Административное, научно-методическое обеспечение всех этапов и направлений деятельности;

**-**Мониторинг и оценка эффективности промежуточных этапов реализации Программы, своевременное внесение коррективов;

**-**Создание соответствующего психологического микроклимата в педагогическом коллективе;

**-**Мотивация учителя на сбережение и формирование личного здоровья, формирование позиции учителя не как проводника, а как носителя знаний**.**

Максимальное использование детского потенциала и готовности детей к собственным действиям в защиту здоровья, побуждение и поддержка детской инициативы;

**-**Качество среды обитания школьников в целях  создания условий достижения здоровья, гармоничного развития детей согласно их биологическому возрасту.

**4. Основные направления программы.**

- Учебно-воспитательная работа- применение педагогических технологий, методик, отбор учебного материала  в контексте сохранения здоровья детей.

- Диагностическая работа – комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья учащихся; системный анализ состояния здоровья детей и уровня оздоровительной  работы в школе с целью своевременной коррекции.

**-**Профилактическая и коррекционная работа – корректировка   школьного  банка  информации   о   состоянии   психического и  физического  здоровья детей; предупреждение и своевременное выявление отклонений в развитии и состоянии здоровья воспитанников, а при наличии каких-либо недугов профилактика обострения и прогрессирования болезненного процесса.

- Научно-методическая и опытно-экспериментальная работа – изучение и внедрение передового социального, педагогического опыта по оздоровлению детей; скорейшее внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику образования, разработка новых авторских учебных программ, методик и методов обучения, а также их экспериментальное внедрение в учебный процесс.

- Информационно-просветительная работа – пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем валеологическим вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.

**5. Участники программы**

* учащиеся,
* классные руководители,
* учителя-предметники,
* врачи-специалисты ЦРБ,
* школьные специалисты (психолог),
* родители.

**6. Ожидаемые конечные результаты**

 Реализация мероприятий программы позволит:

* сохранить репродуктивное здоровье учащихся;
* внедрить оптимальный режим учебного труда и активного отдыха детей в урочное и  внеурочное время;
* постоянно  корректировать учебные нагрузки в соответствии с состоянием здоровья    детей;
* помочь социально адаптироваться (средствами образования) детям с проблемами в развитии и ограниченными возможностями здоровья, детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации;
* сформировать осознанное отношение детей и их родителей, членов педагогического коллектива к состоянию здоровья через пропаганду здорового образа жизни.

**7. Сотрудничество школы с другими учреждениями**

- профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременноелечение.

- медосмотры, медицинскаяпомощь, проведение лекториев и бесед медработникамирайонной

поликлиники

- профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременноелечение.

- медосмотры, медицинскаяпомощь, проведение лекториев и бесед медработниками

- профилактика заболеваний, вредных привычек

- встречи с работниками ГИБДД: предупреждение детского травматизма, лекции, беседы, ролевые игры для учащихся.

**8. Основные мероприятия программы «В здоровом теле – здоровый дух»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Срок | Класс | Ответственный |
| **Исследование и комплексная оценка состояния образовательной среды и****состояния здоровья учащихся. Медицинская диагностика** |
| 1 | Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах. Комплектация на их основе физкультурных группсентябрь | сентябрь | 1-9 | Медсестра,Кл.руководители,учителя физкультуры |
| 2 | Анализ случаев травматизма в школе. | ДекабрьАпрель каждого года | 1-9 | Медсестра,зам. директора по ВР |
| 3 | Анализ посещаемости и пропусков занятийпо болезни | В теч.года | 1-19 | Медсестра,Кл.руководители |
| **Мониторинг психофизического здоровья учащихся** |
| 1 | Тестирование в рамках программы оценки психофизического состояния и функционирования возможностейорганизма человека | В теч.года | 1-9 | Зам. директорапо ВР, педагог-психолог |
| 2 | Психологический мониторинг здоровья учащихся:* тест на адаптацию в нач. школе,

средней школе;* тест на тревожность
 | Сентябрь-январь | 1, 3, 5 | Педагог-психолог |
| **Контроль за соблюдением санитарно - гигиенического****режима в школьном учреждении** |
| 1 | Эстетическое оформление класса и школы. | В теч.года | 1-9 | Зам.директораПо ВР |
| 2 | Рациональное расписание уроков, не допускающееперегрузок (соблюдение требований СанПиНа)В теч.года | В теч.года | 1-9 | Зам. дир. по УВР |
| 3 | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническимтребованиям:* проветривание;
* освещение;
* отопление
* вентиляция
* уборка
 | Ежедневно1 раз в н.2 раза в г.2 раза в г.2 раза в г.Ежедневно | Всепоме-щения | Зам. директорапо АХЧ,зам. дир по УВР, |
| 4 | Контроль за качеством питания и питьевымрежимом | Ежедневно | 1-9 |  |
| 5 | Диагностика загруженности учащихся домашними занятиями | В теч.года | 1-9 | Зам. дир. по УВР |
| 6 | Организация активного отдыха на переменах. | Постоянно | 1-4 | Кл.руководители |
| **Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний** |
| 1 | Прививки детей согласно приказам Минздрава | В теч.года | 1-9 | Медсестра |
| 2 | Профилактическая работа во время эпидемий. | В теч.года | 1-9 | Кл.руководители |
| 3 | Профилактическая работа через беседы, уголкиздоровья, безопасности, санбюллетени, полезные советы | В теч.года | 1-9 | Кл.руководители |
| **Физическое воспитание, организация активно-двигательного досуга** |
| 1 | Профилактика нарушения осанки на уроках физкультуры | В теч.года | 1-9 | Учительфизкультуры |
| 2 | Подвижные перемены с использованием возможностей спортивного зала, рекреаций | В теч.года | 5-9 | Учительфизкультурыклассные рук. |
| 3 | Организация школьных соревнований и участие школьников в районных соревнованиях | В теч.года | 1-9 | Учительфизкультурыклассные рук. |
| 4 | Организация дней здоровья, прогулок, поездок, экскурсий | В теч.года | 1-9 | Учительфизкультурыклассные рук. |
| 5 | Работа спортивных секций | В теч.года | 1-9 | Учительфизкультуры |
| **Профилактика травматизма** |
| 1 | Занятия по правилам дорожного движения(выступление сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, викторины, конкурс рисунков, плакатов) | В теч.года | 1-9 | Зам. дир. по ВР,Кл.руководители |
| 2 | Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках курса ОБЖ. | По программе | 5-9 | Преподаватель ОБЖ |
| 3 | Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности | В теч.года | 1-9 | Директор школы,Кл.руководители |
| 4 | Статистика и анализ случаев травматизма в школе | В теч.года | 1-9 | Зам.директора по УВР |
| **Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек** |
| 1 | Тематические уроки в рамках курсов ОБЖ и биологии | В теч.года | 5-9 | Преподаватели ОБЖ,биологии |
| 2 | Тематические классные часы | В теч.года | 1-9 | Кл.руководители |
| 3 | Тематические родительские собрания | В теч.года | 1-9 | Кл.руководители,Зам. дир. по ВР |
| 4 | Конкурсы, викторины | Поплану | 1-9 | Кл.руководители,Зам. дир. по ВР |
| **Организация здорового питания** |
| 1 | * Организация питания в 1 – 9 классах
 | Сентябрь- | 1-9 | Директор, завхоз |
| 2 | Участие в мероприятиях по здоровому питанию | В течение года | 1-9 | Классные руковод. |

**9. Координация и контроль реализации программы**

Контроль  над реализацией программы осуществляет администрация школы,Совет школы.

 Администрация и Совет школы:

- анализирует ход выполнения плана действий по реализации программы, вносит предложения по его коррекции;

- осуществляет организационное, информационное и методическое обеспечение реализации программы;

- координирует взаимодействие заинтересованных общественных организаций по развитию системы  оздоровления детей и подростков.

**Заключение**

Данная программа «Здоровье» рассчитана на 4 года и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

В программе следует **уделить особое внимание решению следующих задач:**

* отработка системы выполнения уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения;
* создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, 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 во многом зависеть от включенности педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.