**МБОУ Зоргольская средняя общеобразовательная школа**

**им. Героя Советского Союза Н.П.Губина с кадетскими классами**

|  |  |
| --- | --- |
| «Рассмотрено»на педагогическом совете МБОУ Зоргольской СОШПротокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_20\_\_\_ г. | «Утверждено»Директор МБОУ Зоргольской СОШ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Пешкова Т.Ф.)«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. |

### *Программа здоровьесбережения*

### *«Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»*

### *МБОУ Зоргольская СОШ им Героя Советского Союза Н.П.Губина с кадетскими классами на 2017-2021 учебные годы*

### Оглавление

### Информационная карта

### Введение

### Цели программы

### Задачи программы

### Функции различных категорий работников школы

### Участники программы

### Сроки и этапы реализации программы

### Общее представление о здоровьесберегающей среде в ОУ

### Основные блоки здоровьесберегающей деятельности

### Структура мониторинга

### Здоровьесберегающие средства и технологии

###  Модель личности ученика

### Реализация программы

### Календарный план реализации

### Мероприятия программы

### Программа здоровьесбереженияМБОУ Зоргольской СОШ на 2017 - 2021 учебные годы

|  |
| --- |
| ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА |
| **1.** | **Полное название программы** | «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения» |
| **2.** | **Цель программы** | Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни.  |
| **3.** | **Направление деятельности** | Учебно-развивающее |
| **4.** | **Авторы программы** |   |
|  |  |   |
| **5.** | **Муниципальное образовательное учреждение, представившее программу** | МБОУ Зоргольская СОШ им Героя Советского Союза Н.П.Губина с кадетскими классами |
| **6.** | **Адрес, телефон** | с. Зоргол, ул.Школьная,9 |
|  **7** | **Место реализации** | МБОУ Зоргольская СОШ |
| **8.** | **Количество учащихся** | 118 человек |
| **9.** | **Возраст учащихся** | от 7 до 17 лет |
| **10.** | **Сроки проведения** | 2017-2021 г. |

**Программа по здоровьесбережению**

**«Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»**

*В мире есть лишь две абсолютные ценности: чистая совесть и здоровье*

**Паспорт программы**

**Необходимость создания программы**: ухудшение здоровья обучающихся в связи с изменениями экологической обстановки, отношения к своему здоровью, социального благополучия.

**Основные разработчики программы**: заместитель директора по ВР Бондарь М.П., учитель физкультуры Абурова О.В., учитель биологии Бочкарева О.П.

**ЦЕЛЬ:** формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

**ЗАДАЧИ:**

* отработать систему выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
* создатьинформационный банк показателей здоровья и образа жизни обучающихся;
* организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и учителями-предметниками;
* формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
* осуществлять медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья обучающихся;

**Сроки реализации программы**. 2017 – 2021 гг.
**Перечень основных блоков:**

* Педагогический

(работа классного руководителя, учителя физической культуры, учителей-предметников);

* Психологический

(работа педагога-психолога);

* Социальный (взаимодействие с родителями);
* Блок двигательной активности (физическое развитие)

**Исполнители**. Педагоги школы, родители.

**Ожидаемые результаты**

* .Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого школьника.
* .Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.
* Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса.
* Создание компьютерного банка данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования, который будет пользоваться для совершенствования модели медико- психолого- педагогического сопровождения учащихся.
* 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 здоровьесбережения;
* Включение в план работы школы проведение Дня здоровья (1 раз в четверть)
* Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.

**Система управления и контроля за реализацией программы**

Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет педагогический совет школы, инновационная группа учителей-предметников, педагог-психолог.

**Формы контроля:** результативность работы рассматривается 2 раза в год на МО классных руководителей.

### Предлагаемая модель здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения 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 «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения» 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 ОУ Зоргольская СОШ отвечает основным положениям, оформленным в Федеральных требованиях к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся.

### 1.Введение

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Забота о сохранении здоровья учащихся важнейшая обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива и самого ребенка. Здоровье-основа формирования личности, и в этой связи уместно привести слова замечательного педагога В.А.Сухомлинского: «Опыт убедил нас в том, что примерно у 85% всех неуспевающих учеников главной причиной отставания в учебе является плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание». Ребенок должен осознавать, что быть здоровым - его обязанность перед самим собой, близкими, обществом. Человек, не приученный или не умеющий заботиться о своем здоровье, психологически ущербен и не адаптирован в реальной жизни. Школьникам, испытывающим проблемы со здоровьем, труднее учиться. И в первую очередь педагоги должны помочь им справиться с этими трудностями.

В Концепции охраны репродуктивного здоровья населения страны, принятой в Российской Федерации, одной из наиболее острых проблем называется медико-социальная. А значит, проблемы охраны репродуктивного здоровья населения приобретают особую социальную значимость. В настоящее время доказано, что основным направлением профилактики заболеваний населения является работа по формированию здорового образа жизни. Международный опыт показывает, что в структуре факторов, определяющих здоровье, равно как и болезни, более 50% приходится на образ жизни человека. По данным и зарубежных, и российских специалистов таблица факторов, влияющих на здоровье детей, выглядит так:

* 50%- образ жизни;
* 20%- условия внешней среды;
* 20%- особенности организма, наследственность;
* 8-12%- система здравоохранения.

Здоровье - один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья. Это одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. Именно здоровье людей должно служить главной «визитной карточкой» страны. Если мы не будем заботиться о своем здоровье- у нас не будет будущего. Будущее нашей страны- счастливые дети. Лучший способ сделать детей счастливыми - сделать их здоровыми! Поэтому важно с раннего детства прививать навыки здорового образа жизни.

Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования ориентирован на выпускника, выполняющего правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни.

В Национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» отмечено: «Намного важнее пробудить в детях желание заботиться о своем здоровье, основанное на их заинтересованности в учебе, выборе курсов, адекватных индивидуальным интересам и склонностям. Насыщенная, интересная и увлекательная школьная жизнь станет важнейшим условием сохранения и укрепления здоровья».

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.

###  Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, cохранения 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.

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.

**Вместе с тем выявлен ряд проблем, среди которых:**

* не созданы соответствующие условия для занятий физической культурой и спортом для детей с ослабленным здоровьем, с ограниченными возможностями здоровья;
* отсутствует глубокая медицинская диагностика врачей - специалистов.

 Предметом исследования, а также целью данной программы является поиск наиболее оптимальных средств для формирования самой важной  базовой  характеристики, обеспечивающей реализацию всех остальных,- здоровья.

 Программа 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 конфессиональных и других отличий.

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

**Программа опирается в своих положениях на:**

* Конвенцию ООН о правах ребенка;
* Конституцию Российской Федерации;
* Закон Российской Федерации «Об образовании»;
* Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования второго поколения;
* Инициативу «Наша новая школа».

Основной стратегической целью программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения» МБОУ Зоргольская СОШ на 2017- 2021 годы является содействие всем участникам образовательного процесса в создании условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и приобретении 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 стратегические 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 здоровьеобеспечения;
* построение диагностической системы отслеживания состояния здоровья детей в форме мониторинга.

 **2.Цели программы:**

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

**4.Функции различных категорий работников школы**

**1.Функции  медицинского осмотра фельдшером:**

* проведение диспансеризации учащихся школы;
* медосмотр учащихся школы,  определение уровня физического здоровья;
* выявление учащихся специальной медицинской  группы.

**2.Функции администрации:**

* общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
* общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
* организация преподавания вопросов на уроках биологии и ОБЖ в классах среднего и старшего звена;
* организация и контроль уроков физкультуры;
* обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
* 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 психологической  службы в школе.

**3.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 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 исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
* организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

 **5.Участники программы:**

* учащиеся
* педагогическое сообщество
* родители.
* социальные службы

 **6.Сроки и этапы реализации программы:**

І этап - 2017 г

ІІ этап - 2018 – 2019 г

III этап – 2019-2020 г

IV этап – 2020 – 2021 г

**1 этап - определение концептуальной линии развития ОУ (1 год):**

* анализ уровня заболеваемости (включая диагностику для выявления отклонений в состоянии здоровья школьников), динамики формирования отношения к вредным привычкам;
* изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
* разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

**2 этап – формирование научно-методической базы ОУ здоровьесберегающего типа (1 год):**

* совершенствование материально-технической базы ОУ;
* разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования;
* подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;
* программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся
* разработка «Паспорта индивидуального развития учащегося»

**3 этап – разработка программ деятельности здоровьесберегающего образовательного учреждения (1 год):**

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

**4 этап – разработка моделей индивидуализации обучения**

* работа инновационной группы учителей ОУ по разработке и внедрению технологий здоровьесбережения на основе индивидуализации обучения;
* обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных технологий индивидуализации обучения с последующим внедрением их на уроках

**5 этап – практическая реализация программы развития ОУ здоровьесберегающего типа.**

* Работа педагогов всех МО школы по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
* Проверка результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения
* Публикация пакета материалов функционирования собственного здоровьесберегающего ОУ

**Общее представление о здоровьесберегающей среде**

**в образовательном учреждении Зоргольской СОШ**

Приоритетной задачей нашей школы, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни 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 обучающийся соприкасается в течение дня):

* Родители, их взаимоотношения с ребенком
* Школьная среда
* Организация и содержание внеучебного 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 ОУ**

1. Позиционирование ОУ в качестве здоровьесберегающего учреждения
	* разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ
	* учет в любом решении ОУ аспектов, 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 обучающимися, 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 обучающихся предполагает:

• ведение карты здоровья каждого школьника и классов, что позволяет видеть статистику состояния здоровья по школе в целом:

• 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», внеучебной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;

• включение в учебный план образовательного учреждения 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, экологии, 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 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 психолого - медико - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;

• организация психолого-медико-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 внеучебной деятельности к формированию здорового образа жизни учащихся;

• организация динамических перемен, физкультпауз на уроках;

• эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (включая занятия ЛФК), родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

**Блок здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения** предполагает:

• соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;

• наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровьесберегающую работу

• оснащенность физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, школьной столовой.

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

• проведение в образовательном учреждении постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;

• повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения;

• обеспеченность образовательным учреждением необходимой научно-методической литературой

**Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения**

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

• Позиционирование школы в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения

• Вовлечение школы в сетевое взаимодействие системы здоровьесберегающих школ, научно-педагогических и общественных организаций

• Готовность учителей к участию в здоровьеохранной работе

• Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования

• Организация самоаудита школы - внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы

**Раздел 2.** Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.

• Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку, зданию школы

• Организация питания обучающихся

• Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму образовательного учреждения

• 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 здоровьеохранной деятельности образовательного учреждения

• состояние физкультурно-спортивного комплекса образовательного учреждения

• организация уроков физвоспитания в образовательном учреждении

• физвоспитание в режиме дня школы

• внеклассная физкультурно-спортивная работа

• контроль за выполнением обучающимися образовательного учреждения нормативов двигательной активности

• комплексная оценка физической подготовленности обучающихся образовательного учреждения

**Раздел 5.** Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов здорового образа жизни обучающихся.

• организация образовательной работы в ОУ в рамках учебных дисциплин здоровьеохранного блока

• организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся

• участие обучающихся и их родителей в здоровьеохранной работе образовательного учреждения.

**Раздел 6.** Организация профилактики употребления психоактивных веществ в среде обучающихся

• Программа профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися

• Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде обучающихся

**Раздел 7.** Организация комплексного сопровождения системы формирования здорового образа жизни обучающихся (система медицинского обслуживания обучающихся)

• Организация медицинского обслуживания обучающихся

• Оценка комплексных показателей состояния здоровья обучающихся

**Раздел 8**. Организация системы мониторинга сформированности культуры здорового образа жизни 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

• анкетирование показателей здоровья и образа жизни обучающихся

• оценка сформированности у обучающихся, их родителей и учителей школы мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации в форме отчетов образовательного учреждения.

**Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения:**

**Цель данной работы:** привитие норм здорового образа жизни на основе отказа от вредных привычек, соблюдение режима дня, спортивного режима, использование оздоровительных сил природы

1. **Гигиенические средства** (санитарно-гигиенические средства здоровьесберегающие технологии)
	* Требования к материально-техническому состоянию здания школы; организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов
	* Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежании переутомления
	* Организация рационального питания обучающихся – пища должна быть полноценной по химическому составу. Быть безвредной в химическом отношении и безопасной с точки зрения бактериального состава
	* Соблюдение общего режима дня обучающихся – режима двигательной активности, режима питания и сна
	* Формирование здорового образа жизни
	* 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.
1. **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
1. **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
1. **Профилактические и закаливающие средства** (воспитательная работа по формированию ЗОЖ)
* Организация просветительского лектория
* Культурно-массовые мероприятия
* Работа с семьей обучающегося (пропаганда здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории)
* Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии)

**Модель личности ученика**

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности «Школы здоровья». В качестве основополагающей линии развития нашей школы в этом направлении выбрана концепция здоровьесберегающего образования. Школа должна стать «антропоцентричной», т.е. центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, соответственно, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям его всестороннего личностного развития. Модель технологий обучения в здоровьесберегающей школе существенно отличается от других существующих моделей и педагогических систем. Она предоставляет ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках не ученик подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя, а 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:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Модель выпускника первой ступени обучения** | **Модель выпускника второй ступени обучения** | **Модель выпускника третьей ступени обучения** |
| -знание основ личной гигиены, выполнение  правил гигиены;-владение основами личной гигиены и 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 |

### 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 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.

**Методы контроля над реализацией программы:**

* проведение заседаний Методического совета школы;
* посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОТ;
* создание методической копилки опыта;
* мониторинг состояния здоровья учащихся 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 учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

 **План деятельности по реализации программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Ответственные исполнители** | **Сроки** | **Планируемый результат и выполнение** |
| **1.** | **Медицинское направление.** |   |   |   |
| 1.1. | Медико-педагогическая экспертиза:- анализ основных характеристик  состояния здоровья детей в школе;-выявление учащихся специальной медицинской  группы;-ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям |    | ежегодно | Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах |
| 1.2. | Проведение диспансеризации учащихся школы. | ЦРБ  | ежегодно |   |
| 1.3. | Проведение  медицинского осмотра учащихся 9-х,11-х классов |  | ежегодно | План медосмотров |
| 1.4. | Медосмотр учащихся школы,  определение уровня физического здоровья |  | ежегодно | План медосмотров |
| 1.5. | Обеспечение и организация профилактических прививок  учащихся |  | ежегодно | план прививок |
| 1.6. | Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах |  Классные руководители, м/сестра | ежегодно | Классные журналы |
| 1.7. | Анализ случаев травматизма в школе  |  заместитель директора по ВР | ежегодно | Материалы отчетов |
| 1.8. | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни | Классные руководители, заместитель директора по УВР  | ежегодно | материалыотчетов |
| 1.9. | Контроль за качеством питания и питьевым режимом | Директор, зам.директора по хозяйственной части, представители родительского комитета | ежедневно в течение года |   |
| 1.10. | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:* проветривание;
* освещение;
* отопление
* вентиляция
* уборка
 | завхоз, учителя, зам директора по ВР | ежедневно в течение года |   |
| 1.11. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа) | заместитель директора по УВР | ежегодно | справка по оценке расписания |
| 1.12. | Постоянный контроль за школьной столовой | зам.директора по хозяйственной части, директор школы, зам дир по ВР | ежедневно в течение года |   |
| **2.** | **Просветительское направление** |  |  |  |
| 2.1. | Организация просветительской работы с родителями (лекторий) | заместитель директора по ВР | ежегодно | график проведения лектория |
| 2.2. | Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни | заместитель директора по ВР | ежегодно | тематика лектория |
| 2.3. | Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 2.4. | Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 2.5. | Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни» | заместители директора | ежегодно | протокол педсовета |
| 2.6. | Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др.виды работ) | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы |
| 2.7. | Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма | заместитель директора | ежегодно | план работы |
| 2.8. | Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии,ОБЖ, физической культуры | учителя-предметники | в течение года | планыуроков |
| **3.** | **Психолого-педагогическое направление.** |  |  |  |
| 3.1. | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся по экспериментальным программам:- определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье  детей;- изучение умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах;-  изучение психологических возможностей и готовности детей   к школе;-  выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения;-  разработка и внедрение системы медико-физиологического   контроля за адаптацией учащихся    к различным формам   обучения | ЦРБ классные руководители | ежегодно | диагностические исследования |
| 3.2. | Конференция по  теме «Здоровьесберегающие технологии обучения» | заместитель директора по УВР |   | материалы конференции |
| 3.5. | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности | учителя-предметники | ежегодно | планыуроков |
| **4.** | **Спортивно-оздоровительное направление** |  |  |  |
| 4.1. | Организацию спортивных мероприятий.  | учитель физической культуры | ежегодно | план работы |
| 4.2. | Разработка   системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся | заместитель директора | ежегодно | план работы кружков и секций |
| 4.3. | Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы  к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы |
| **5.** | **Диагностическое направление** |  |  |  |
| 5.1. | Мониторинг состояния здоровья детей | руководитель МС | ежегодно | результаты мониторинга |
| 5.2. | Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития» | руководитель МС, психолог. социальный педагог | ежегодно | материалы семинара |

**Календарный план реализации программы здоровьесбережения**

### ****Сентябрь****

* Организация дежурства по школе и по классам
* Налаживание работы кружков и секций, организация клубной деятельности
* Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровье сбережению детей
* Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровьесбережению.
* Организация питания учащихся
* Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
* «Уроки чистоты»
* 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 здорового образа жизни
* Старты здоровья
* Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически)
* Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей
* Организация работы спецгруппы

**Октябрь**

* Организация работы учащихся по трудоустройству и поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества
* Планирование занятости учащихся 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 теме «Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками
* Экскурсии
* 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**

* Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи
* Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни»
* «Весёлые старты»
* Физкультминутки и динамические паузы

**Февраль**

* Месячник оборонно-массовой и патриотической работы
* День защитника Отечества
* Физкультминутки и динамические паузы

**Март**

* Планирование занятости учащихся в каникулярный период
* Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы
* Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей

**Апрель**

* Всемирный день здоровья
* Операция «Милосердие», операция «Память»
* Благоустройство школьной территории
* День здоровья
* Динамические паузы, физкультминутки

**Май**

* Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период
* Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.
* «Весёлые старты»
* Эстафета посвященная дню Победы
* Презентация уроков чистоты

**Июнь**

* Международный день защиты детей
* Всемирный день защиты окружающей среды
* Работа по плану летних каникул

**Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ  по ступеням образования**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ступень** | **Уровень** | **Задачи педагогов** | **Прогнозируемые результаты** |   |
| Начальное звено:1-2-е классы | Примитивно- поведенческий | Формирование навыков санитарно- гигиенической культуры | Отсутствие  вредных привычек |
| 3-и классы |  |
| Приобщение к гигиенической культуре |
| 4-е классы | Организация здорового образа жизни |  |
|  |  |  |  |
| Среднее звено:5-6-е классы | Эмоциональный | Приобщение к здоровому образу жизни |  |
| 7-8-е классы | Формирование полового самосознания и здорового образа жизни |  |
| 9-11-е классы |  |
| Воспитание грамотного отношения к медико- профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека |  |

|  |
| --- |
| **План действий по реализации программы****«***Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения***»** |
| **Этапы реализации****программы** | **Программные мероприятия** |
| **Для педагогов** | **Для учащихся** | **Для родителей** |
| Первый этап (2017г) | 1.Работа теоретического семинара «Основы воспитания культуры здоровья  школьников в системе работы классного руководителя.2.Мастер- классы «Использование интерактивных методов в работе классного руководителя при формировании ЗОЖ учащихся». | 1.Заседание Школьного самоуправления «Здоровый образ жизни - основа нашего будущего?»2.Анализ состояния психического нравственного, физического здоровья учащихся.3.Исследование духовно- нравственного здоровья представляет собой оценку уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников.4.Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности культуры здоровья школьников. | 1.Ознакомление родителей с требованиями программы физического воспитания учащихся посредством консультаций, информационных писем и буклетов, выступлений на родительских собраниях и днях открытых дверей.2.Изучение уровня удовлетворённости учащихся и родителей организацией физкультурно- оздоровительной работы в образовательном учреждении.3.Работа комиссии Управляющего совета по надзору за созданием здоровых и безопасных условий учёбы и труда. |
| **Второй этап**(2018-2019годы)**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!.* профилактическая тренировка для педагогов;
* занятия в спортивном  зале;
* танцевальная терапия.
 | 1.Беседы, лекции, просмотры научно- популярных телепрограмм, видеофильмов «Как уберечь себя от беды».2.Организация медицинского всеобуча «Загадки доктора Неболита».3.Школьная спартакиада.4.Конкурс «Самый здоровый класс  | 1.Совместные занятия детей и родителей, участие в играх на воздухе, походах, спортивных  соревнованиях.2.Общешкольные семейные спортивные праздники.3.Тематические родительские собрания «Быть здоровым- это модно!».4.Медико- педагогический  |
|  | 4.Медико- педагогический всеобуч «Будьте здоровы!» | года».5.Цикл классных часов «Как уберечь себя от беды» (1-4-е классы).6.Цикл классных часов «Здоровые привычки- здоровый образ жизни» (5-7-е классы).7.Цикл классных часов «Вредные привычки и их преодоление» (8-9-е классы) | всеобуч «Будьте здоровы!». |
| **Третий этап**(2020-2021 год)**Цель:** обобщение позитивного опыта реализации концепции системы физкультурно- оздоровительной работы школы. | Педагогический совет «Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности». | 1.Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся».2.Исследвание духовно- нравственного здоровья посредством изучения уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников.3.Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности культуры здоровья школьников. |   |
| **Традиционные мероприятия на всех этапах** | 1.Выполнение и соблюдение норм и правил СанПинов (шум, освещённость, воздушная среда, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи, расследование обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями, рациональное расписание занятий, дозирование домашних заданий).2.Соблюдение динамических пауз на всех уроках в 1-6-х классах.3.Осуществления мер, предупреждающих распространение  инфекционных заболеваний среди обучающихся.4.Обеспечение надлежащих психолого- педагогических условий (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.).5.Организация контроля за питанием.6.Организация витаминных столов. Проведение фитотерапии (витаминные чаи и напиток).7.Профилактика гиподинамии- организация подвижных переменок.8.Часы неаудиторной занятости:- подвижные игры (1-4-е классы);-сотвори себя сам (5-7-е классы);-спортивные игры (8-11-е классы);-клубы по интересам.9.Общешкольный конкурс «Спортсмен года».10.Тематическая спортивная неделя.11.Общешкольный день спорта.12.Дни здоровья.13.Антинаркотический месячник «Будем жить!».14.Тематические классные часы по ЗОЖ.15.Мониторинг показателей здоровья школьников (группа здоровья, физкультурная группа здоровья).16.Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов.17.Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях.18.Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни. |

   Осуществление запланированных действий по реализации данной программы позволит получить следующие  **результаты:**

1. Будет сформирована система физкультурно- оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка.
2. Будет осуществляться систематический контроль за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики.
3. Снизится заболеваемость всех участников образовательного процесса.
4. Будет создан компьютерный банк данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования, который будет   использоваться для совершенствования модели медико- психолого- педагогического сопровождения учащихся.
5. Повысится уровень знаний по вопросам здоровья и его сохранения.