
Управление образования городского округа Первоуральск

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2»

ул.Чкалова,26, г. Первоуральск, 623100, тел. (3439) 25-35-69, факс: (3439) 25-72-97
E-mail: 583201@mail.ru

Подпрограмма «ЗДОРОВЬЕ»



ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Самое ценное, что есть у человека – это жизнь, а самое ценное в его жизни – здоровье, за которое бороться всеми силами становится не только актуально, но и экономически необходимо. Занятия физическими упражнениями, многостороннее воздействие которых по своей силе превышает эффективность других средств оздоровления, – это наиболее рациональный способ подготовить себя к работе разного характера: к освоению будущей профессии, к учебе в учреждении профессионального образования, к занятиям любимым делом. В укреплении здоровья детей и подростков первостепенное значение имеет преодоление гиподинамии (недостаточности двигательной активности) и на этой основе — формирование необходимой скелетной мускулатуры, препятствующей нарушению осанки, появлению плоскостопия и других отклонений в состоянии здоровья. Особенностью подбора средств на занятиях физическими упражнениями является насыщенность конкретным материалом, который позволяет влиять на те системы организма, которые в большей мере ослаблены обучающегося. Навыки, приобретенные на занятиях, дают возможность детям, занимающимся самостоятельно подбирать и использовать необходимые оздоровительные и восстановительные упражнения. Как и по другим общеобразовательным предметам, обучающиеся должны получать домашние задания по физической культуре, выполнение которых — неотъемлемая черта здорового образа жизни. А родители, хорошо зная исходное состояние здоровья ребенка, путем контроля выполнения домашнего задания могут способствовать его оздоровлению, физическому развитию, освоению двигательных навыков.

Предлагаемая программа «Здоровье» объединяет и согласовывает работу педагогического коллектива по формированию здорового образа жизни обучающихся, их родителей и учителей, что выходит за рамки только физического воспитания. Она охватывает многие вопросы специальной подготовки, санитарии, гигиены и туризма, закаливания, борьбы с вредными привычками, досуга. Значительную роль в реализации программы играет семья ребенка, его родители, находящиеся в тесном контакте сообразовательной организацией. Сегодня роль семьи в укреплении здоровья детей должна неуклонно возрастать. Ежедневная утренняя гимнастика, процедуры закаливания, соблюдение двигательного режима дня, игры на воздухе, прогулки, лыжные походы станут для детей необходимостью, если рядом с ними будут родители, своим примером показывающие ценность здоровья и значимость здорового образа жизни. В каждом доме, где растет ребенок, должен быть спортивный инвентарь: санки, лыжи, скакалка, мяч, перекладина, гантели и т.п. Родители должны уделять достаточное внимание закаливанию детей. Целенаправленное использование воздуха, воды и лучистой энергии солнца позволяет

закалить организм, повысить его сопротивляемость к неблагоприятным воздействиям внешней среды.

Таким образом, программа «Здоровье», носящая комплексный характер, может и должна консолидировать усилия педагогов, администрации школы, школьного медика и психолога, самих учеников в деле поддержания здорового образа жизни и физического развития детей.

Настоящая программа разработана в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании», Законом Российской Федерации «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 29 апреля 1999 года № 80-ФЗ, Решением Государственного Совета Российской Федерации от 30 января 2002 года «О повышении роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни россиян», Федеральной целевой программой «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации», утверждённой Постановлением правительства Российской Федерации.

ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ. АКТУАЛЬНОСТЬ

Актуальность данной программы обусловлена приоритетным направлениям государственной политики в области образования на сохранение здоровья школьников. Проблема сохранения и укрепления здоровья школьников является одной из важнейших задач современной школы и требование сохранения здоровья обучающихся находятся на первом месте в иерархии запросов к результатам общего образования и реализуется в соответствии со стратегических документами, определяющими развитие системы образования Российской Федерации, в том числе Национальной образовательной инициативой «Наша новая школа» (направление «Здоровье в школе»), Доктриной информационной безопасности РФ, Федеральным законом «О безопасности», Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения (Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся). По материалам Федеральных государственных образовательных стандартов нового поколения 95% опрошенных среди всех заинтересованных групп (семей, школьных специалистов, педагогической общественности, медицинских ассоциаций и т.п.) включают сохранение здоровья школьников в первую пятерку своих потребностных запросов.

Результаты медицинского осмотра обучающихся МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 2» свидетельствуют о том, что, несмотря на относительную стабильность процента обучающихся, отнесенных к первой медицинской группе здоровья, наиболее

распространены у детей такие заболевания, как: нарушение опорно-двигательного аппарата, хронические заболевания, кариес, нарушение речи, нарушение слухи и зрения.

Программа «Здоровье» –это комплексная программа, направленная на формирование здоровьесберегающей среды и здорового образа жизни ребенка, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и учителей; воспитание у них внутренней потребности вести здоровый образ жизни.

Только здоровый человек может в полной мере стать творцом своей судьбы, добиться определенных успехов в карьере и личной жизни, продуктивно проводить свой досуг, быть создателем в окружающем его мире.

Сейчас, как никогда, приоритетной задачей образовательной организации стала концентрация усилий всего педагогического коллектива на сохранение и укрепление здоровья обучающихся с раннего возраста.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ: Поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, улучшение условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

ЗАДАЧИ:

- Выявить проблемы состояния здоровья обучающихся и педагогов школы и определить пути их решения.
- Разработать план мероприятий по улучшению условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся и учителей средствами внедрения здоровьесберегающих технологий в учебно–воспитательный процесс ОО.
- Совершенствовать систему организационно-методического сопровождения администрации и специалистов ОО в области решения проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся (воспитанников) на основе взаимодействия с различными социальными партнерами.
- Создать службу мониторинга здоровья детей и базы данных мониторинга здоровья школьников.
- Повысить уровень культуры здоровья как компонента общей культуры обучающихся, педагогов, родителей; и формировать на ее основе готовность к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья других людей.
- Совершенствовать работу по организации здорового питания, улучшения медицинского обслуживания.

- Реализовать программы и проекты, связанных с организованным досугом школьников и их семей (поддержание и развитие здоровья).
- Поиск программ, проектов, разовых мероприятий городского, регионального, всероссийского уровня, связанных с развитием массового спорта, пропагандой здорового образа жизни; включение в проекты названного содержания.
- Привлечение «внешних» специалистов (психологов, медицинских работников, спортсменов) для участия в мероприятиях, связанных с пропагандой здорового образа жизни.

ЭТАПЫ И СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Реализация программы предполагается в период 2015 – 2019 гг. в три этапа:

I этап. – 2015 –2016г. – Подготовительный этап реализации Программы.

Создание организационно-правовых условий для формирования безопасной среды и здоровьесберегающих условий обучения школьников.

II этап. – 2016 – 2018 г. – Формирующе–преобразующий (Основной) этап.

Реализация Программы в целом. Расширение образовательного потенциала деятельности образовательной организации, в том числе через работу секций дополнительного образования детей на базе ОО и социальных партнеров. Стабилизация здоровья обучающихся посредством совместной деятельности мониторинговой службы с участием родительской общественности, социального партнерства.

III этап – 2019 г. – Итогово–обобщающий этап.

Анализ результатов внедрения Программы и тиражирование педагогического опыта.

Определение перспективных путей дальнейшего развития Программы.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа «Здоровье» –это комплексная программа, направленная на формирование здоровьесозидающей среды и здорового образа жизни ребенка, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, воспитание у них внутренней потребности вести здоровый образ жизни.

Девиз программы: «У кого есть здоровье, у того есть всё».

Принцип триединого представления о здоровье: здоровье – это неразрывное единство трех составляющих – физического здоровья, психического здоровья и духовно-нравственного здоровья.

Принцип ненанесения вреда подразумевает использование апробированных и рекомендуемых методов нейтрализации негативного воздействия школы на здоровье всех участников образовательного процесса.

Принцип приоритета действительной заботы о здоровье воспитанников и педагогов предполагает, что все происходящее в школе – от разработки планов и составления расписания до организации внеурочной деятельности и работы с родителями – должно оцениваться с позиции влияния на психофизиологическое состояние и здоровье воспитанников и педагогов.

Принцип непрерывности и преемственности определяет необходимость проводить работу по сохранению и укреплению здоровья воспитанников и педагогов не от случая к случаю, а каждый день и на каждом учебном занятии или школьном мероприятии.

Принцип соответствия содержания и применения здоровьесберегающих технологий возрастным особенностям обучающихся: обоснованность применения как традиционных, так и нетрадиционных методик оздоровительной работы и здоровьесберегающих технологий в различных возрастных группах.

ОПИСАНИЕ ОПЫТА РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 2» имеет большой опыт по здоровьесберегающей деятельности. Для педагогического коллектива образовательной организации здоровье – это одна из базовых профессиональных ценностей. Коллектив образовательной организации ориентирован на поиск и внедрение здоровьесберегающих технологий и на обеспечение высоких достижений обучающихся за счет подбора адекватных технологий педагогической деятельности, а не увеличения нагрузки обучающихся. В школе реализуется программа «Здоровье», созданы оптимальные условия для работы педагогов и обучающихся. Регулярно проводятся медицинские осмотры, диспансеризация, вакцинация и другие профилактические мероприятия. Ведется целенаправленная работа по развитию физической культуры обучающихся и формированию здорового образа жизни.

Урочная и внеурочная деятельность дополняют друг друга и направлены на укрепление здоровья детей. Программы физкультурно–оздоровительной направленности и спортивно–массовые мероприятия реализуются и через систему организации досуга обучающихся. Они также являются важным моментом здоровьесберегающей деятельности. Большое внимание уделяется организации динамических пауз, как во время уроков, так и во внеурочной деятельности школьников. Образовательная

организация является активным участником различных спортивно–массовых мероприятий, у которых задействованы все участники образовательного процесса (обучающиеся, родители и педагоги). В школе работают спортивные секции по игровым видам спорта, туристический кружок. Не только физическому, но и духовному воспитанию, как одному из механизмов оздоровления и воспитания подрастающего поколения в нашей образовательной организации уделяется значительное внимание.

В образовательной организации налажена реализация системы просветительской работы по формированию у обучающихся, педагогов и родителей культуры отношения к своему здоровью: проведение тематических всеобучей, классных собраний, классных часов, создан информационный стенд, включающий в себя полезную информацию о сохранении здоровья.

Кроме того, в школе ведется работа социального характера:

–диагностические мероприятия:составление социального портрета школы (классов), выявление подростков, нуждающихся в психологической и социально–педагогической помощи.

–профилактические мероприятия:совместная работа с КДН с неблагополучными семьями: проведение мероприятий по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения; проведение индивидуальных консультаций для родителей, испытывающих трудности в воспитании детей.

За счет сетевого взаимодействия ОО с социальными партнерами значительно расширен круг различных услуг здоровьесберегающего характера (медицинский осмотр, диспансеризация, секции, кружки и т.п.)

РЕСУРСЫ, ПОДДЕРЖИВАЮЩИЕ РЕАЛИЗАЦИЮ ПРОГРАММЫ

Кадровые ресурсы	В образовательной организации работает хороший стабильный коллектив, слаженный по своему составу и творческий по своей сути, всегда готовый к восприятию новых методик, с интересом следящий за новейшими разработками в области образования.
Материально-технические ресурсы	В образовательной организации имеется: – 2 оборудованных спортивных зала, которые оснащены полным набором (в соответствии с типовыми требованиями к оборудованию и оснащению спортивного инвентаря средних школ) спортивного инвентаря и дополнительно специальными спортивными тренажерами (комбинированный тренажер для силовых упражнений, «беговая дорожка»);

	<p>– для занятий физической культурой и спортом, проведения уроков физической культуры на свежем воздухе имеется школьный стадион с беговыми дорожками, футбольным полем;</p> <p>– оборудованные медицинский и стоматологический кабинеты;</p> <p>– кабинет педагога–психолога;</p> <p>– учебные кабинеты;</p> <p>– актовый зал;</p> <p>–библиотека, укомплектованная литературой, необходимой для выполнения творческих, проектных, исследовательских работ учителей и обучающихся;</p> <p>– столовая.</p>
Методические ресурсы	<p>– методические разработки уроков педагогов ОО с применением здоровьесберегающих технологий;</p> <p>–методические рекомендации по работе с семьей, по организации здоровьесберегающей среды в ОО и пр.;</p> <p>– методические разработки проведения классных часов по указанной проблематике.</p>
Информационные ресурсы	<p>Информационная поддержка деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья участников образовательной деятельности, осуществляется с помощью ежемесячных планов мероприятий зам. директоров, классных руководителей, регулярного обновления сайта школы и пр.</p>

УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ

- обучающиеся;
- педагогическое сообщество;
- родители;
- социальные партнеры.

ФУНКЦИИ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ РАБОТНИКОВ ОО

1. Функции медицинской службы ОО:

- проведение диспансеризации обучающихся школы;
- медосмотр обучающихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление обучающихся специальной медицинской группы.

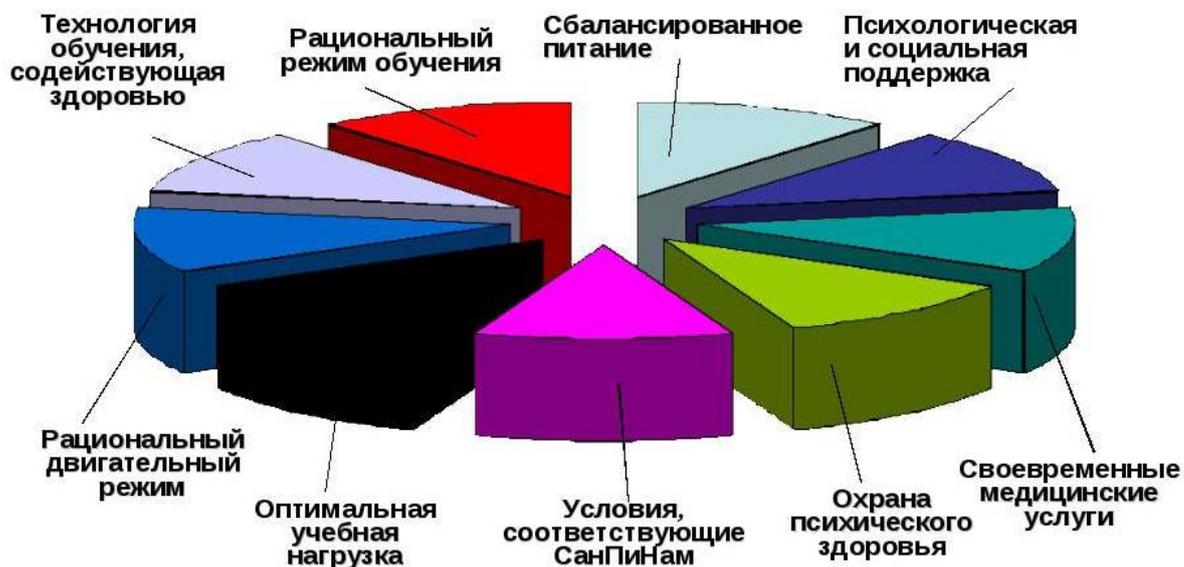
2. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания обучающихся 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 обучающихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе «Здоровье» и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организация работы психологической службы в ОО.

3. Функции классного руководителя:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в ОО;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний обучающихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических работ с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы «Здоровье»
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья обучающихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний обучающимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В ШКОЛЕ



ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала обучающихся;
- рост уровня физического развития и физической подготовленности обучающихся;
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- повышение уровня самостоятельности и активности обучающихся;
- повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья обучающихся, так и своего здоровья;
- повышение уровня знаний обучающихся и их родителей по вопросам сохранения здоровья;
- сформированность представлений о правилах здорового образа жизни у 100% обучающихся;
- увеличение числа обучающихся, включенных в физкультурно–оздоровительную работу и спортивно–массовые мероприятия.

МЕТОДИКА ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Основные результаты реализации Программы оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости обучающихся и т.п. Инструментарий проведения контроля:

- мониторинг результативности выполнения программы;
- степень участия обучающихся ОО в акциях по пропаганде ЗОЖ;
- анализ статистических показателей и мониторинговых исследований;
- опросы обучающихся, родителей, педагогов.

Критерии эффективности реализации программы:

Для образовательной организации:

1. Количество травм, заболевших в ОО.
2. Количество официальных физкультурно–оздоровительных и спортивных мероприятий, в которых принимает ОО.
3. Доля обучающихся, охваченных различными формами физкультурно–оздоровительной работы.
4. Численность обучающихся, занимающихся в спортивных секциях по месту жительства.

Для обучающихся:

1. Количество пропусков учебных занятий обучающимися.
2. Количество уроков физической культуры, пропущенных обучающимися по освобождению.
3. Доля обучающихся, участвующих в дополнительном образовании.
4. Доля обучающихся, занимающихся в физкультурных и спортивных секциях, кружках по отношению к общему их количеству.
5. Доля обучающихся, получивших травмы, по отношению к общему их количеству.
6. Количество (динамика) несчастных случаев в ОО.

Для педагогов:

1. Доля педагогов, повысивших квалификацию в области обеспечения здоровья и безопасности обучающихся, по отношению к общему их количеству.
2. Доля педагогов, владеющих здоровьесберегающими технологиями по отношению к общему их количеству.

НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРОГРАММЫ

1. Исследование и комплексная оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья обучающихся.

№	Мероприятия	Сроки реализации	Исполнитель
1.	Оформление медкарт и листов здоровья в классных журналах.	сентябрь	Школьный врач, классные руководители
2.	Комплектование физкультурных групп для занятий физической культурой.	сентябрь	Школьный врач, классные руководители, учитель физкультуры
3.	Медосмотры детей в условиях ОО.	По отдельному графику	Школьный врач
4.	Медосмотры старшеклассников во взрослых поликлиниках.	По отдельному графику	Школьный врач. Классные руководители
5.	Осуществление контроля за соблюдением норм учебной нагрузки (дневной, недельной, годовой).	октябрь-март	заместитель директора по УВР
6.	Осуществление комплексного мониторинга состояния здоровья обучающихся.	в течение учебного года	администрация школы, школьный врач, учитель физкультуры
7.	Анализ случаев травматизма в школе.	в течение года	ответственный за охрану труда и безопасность
8.	Анализ посещаемости и пропусков занятий обучающимися.	ежедневно 1 раз в четверть	Классный руководитель, зам директора по УВР
9.	Мониторинг включенности обучающихся в физкультурно-оздоровительные мероприятия.	сентябрь, декабрь, апрель	зам директора по ВР, учитель физической культуры
15.	Анализ реализации программы «Здоровье».	ежегодно, май	зам директора по ВР, учитель физ. культуры

2. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в ОО.

1.	Контроль за соответствием ученической мебели росту ученика.	август	Ответственные за кабинет, замдиректора по АХЧ.
2.	Мониторинг естественной и искусственной освещенности.	август, в течение года	Ответственные за кабинет, замдиректора по АХЧ.
3.	Мониторинг состояния учебного помещения.	в течение года	администрация школы, классные руководители
4.	Контроль пищевого рациона (достаточность, сбалансированность).	ежедневно	Школьный врач, члены бракеражной комиссии, администрация школы,

			родительская общественность
5.	Контроль питьевого режима.	ежедневно	Директор ОО, Школьный врач
6.	Осуществление контроля за соблюдением норм СанПиНов.	в течение года по плану ВШК	администрация школы, школьный врач.
7.	Нормативное обеспечение учебных кабинетов повышенной опасности медицинскими аптечками.	сентябрь	директор школы, заместитель директора по АХЧ.
8.	Организация горячего питания обучающихся 1-11 классов.	с сентября ежемесячно	классные руководители
9.	Организация активного отдыха на переменах.	ежедневно	классные руководители
10.	Организация досуговой занятости детей в кружках и секциях школы и других учреждений дополнительного образования детей.	сентябрь, январь	Зам. директора по ВР, классные руководители

3. Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний у обучающихся и сотрудников ОО.

1.	Проведение планового медицинского осмотра обучающихся, педагогов	По плану	Школьный врач, классные руководители
2.	Проведение вакцинации обучающихся и педагогов согласно приказам Минздрава.	в течение года	Школьный врач, родители, классные руководители
3.	Профилактическая работа во время эпидемий.	в течение года	Школьный врач, классные руководители, родители
4.	Изготовление и распространение памяток в преддверии сезонных заболеваний.	в течение года	Школьный врач, пресс – центр
5.	Профилактическая работа через беседы, уголки здоровья.	в течение года	Школьный врач, классные руководители

4. Профилактическая и коррекционная деятельность педагогов ОО.

1.	Организация работы коррекционных групп по программе «Здоровье».		администрация школы
2.	Организация работы спецгрупп	ежегодно	администрация школы
3.	Работа по профилактике и коррекции нарушений зрения у школьников.	в течение года	Школьный врач, классные руководители, учителя-предметники
4.	Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата на уроках физкультуры.	Ежегодно	Учитель физкультуры
5.	Лекции, посвященные борьбе со	1 декабря	замдиректора по ВР,

	СПИДом.		классный руководитель
6.	Проведение тематических классных часов (в рамках реализации школьной программы «Здоровье»).	В течение года	Заместитель директора по ВР, классные руководители
7.	Лекции, посвященные борьбе с табакокурением.	По отдельному плану	замдиректора по ВР, классные руководители
8.	Оформление в библиотеке выставки изданий по вопросам здорового образа жизни.	Сентябрь-май	Школьный библиотекарь
9.	Обновление стенда.	В течение года	Пресс -центр

5. Методическая работа с педагогами.

1.	Повышение профессиональной компетентности учителей, в вопросах организации здоровьесберегающей среды в ОО через курсовую переподготовку.	ежегодно	администрация школы, рук. МО
2.	Составление методических рекомендаций и разработок по проблеме здоровьесбережения.	ежегодно	замдиректора по ВР, руководители МО
3.	Проведение методических семинаров по проблемам здоровьесбережения	2 раза в год	замдиректора по ВР
4.	Включение в структуру уроков различных видов физкультурных и оздоровительных упражнений.	В течение года	учителя-предметники
5.	Участие в научно-практических семинарах по вопросам ЗОЖ.	в течение года	Коллектив ОО

6. Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек.

1.	Торжественное открытие школьной Спартакиады	сентябрь	замдиректора по ВР, учитель физической культуры, классные руководители, родители
2.	Торжественная линейка, посвященная вручению дневника ключевых дел класса (1-7)	3 неделя сентября	вожатая, классные руководители, родители
3.	Товарищеский матч по волейболу между сборными обучающихся и педагогов школы	последняя неделя сентября	учителя физической культуры
4.	Открытие работы правового факультета для детей и родителей	октябрь-апрель, последняя пятница месяца	Вожатая, зам. директора по ВР
5.	Дни здоровья	Сентябрь, апрель, май	замдиректора по ВР, учитель физической культуры

			культуры, классные руководители, родители
6.	Акция «Классный час. Наркотики. Закон. Ответственность»	ноябрь	замдиректора по ВР, учитель физической культуры, классные руководители
7.	Новогодний шашечный турнир	2 неделя декабря	учитель физической культуры
8.	Строительство Снежного городка	декабрь	старшеклассники, родители
9.	Проведение с учащимися бесед о правилах безопасного поведения.	1 раз в четверть	Зам. директора по ВР, классные руководители, преподаватель ОБЖ
10.	Работа лектория для родителей «Здоровый образ жизни – в каждую семью»	февраль	учителя физкультуры, классные руководители
11.	Творческие работы обучающихся по вопросам ЗОЖ	ежегодно	Зам. директора по ВР
12.	Выпуск школьной газеты «Здоровому – все здорово»	1 раз в полугодие	Зам. директора по ВР
13.	Участие школьников в соревнованиях по физической культуре различного уровня	ежегодно	учитель физической культуры
14.	Подготовка материала для публичного доклада и участие в нем	май	рук. программы «Здоровье»
15.	День здоровья	май	учитель физической культуры, замдиректора по ВР
16.	Подведение итогов школьной Спартакиады и торжественное закрытие	май	учитель физической культуры, замдиректора по ВР

7. Профилактика травматизма школьников и сотрудников ОО.

1.	Составление плана мероприятий по правилам дорожного движения в 1-11 классах.	сентябрь	Заместитель директора по ВР
2.	Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках курса ОБЖ.	В течение года	Преподаватель ОБЖ
3.	Инструктаж обучающихся и сотрудников школы по правилам техники безопасности.	В течение года	Ответственный за технику безопасности
4.	Тренировочные эвакуации школы.	1 раз в четверть	Администрация
5.	Статистика и анализ случаев травматизма в школе.	май	Ответственный за технику безопасности

8. Научно-исследовательская деятельность обучающихся и педагогов.

1.	Выступления лекторской группы «Мы – за здоровый образ жизни»	По отдельному плану	Школьный врач, Заместитель директора по ВР
2.	Утверждение тем исследований обучающихся на текущий учебный год.	октябрь	Заместитель директора по ВР, руководители школьных научных секций
3.	Включение обучающихся в исследовательскую деятельность по вопросам сохранения здоровья и участие в научно-практической конференции.	октябрь	замдиректора по УВР, ВР руководители школьных научных секций
4.	Участие педагогов в профессиональных конкурсах различных уровней по вопросам ЗОЖ.	В течение года	Заместитель директора по ВР, педагоги
5.	Проведение социологического опроса среди школьников по вопросам: - нравственных приоритетов; - сформированности навыков ЗОЖ.	В течение года	Администрация
6.	Участие в социально-педагогическом проекте «Будь здоров!».	По плану	Администрация

9. Укрепление материально-технической базы ОО по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

1.	Регулярное обновление необходимого оборудования спортивного зала	ежегодно	директор школы, заместитель директора по АХЧ
2.	Выделение и оборудование комнаты для проведения психологических тренингов	2015	директор школы, заместитель директора по АХЧ
3.	Оснащенность медкабинетов необходимым оборудованием.		директор школы, заместитель директора по АХЧ

СИСТЕМА ФОРМИРОВАНИЯ ЗОЖ

**Воспитание культуры здорового образа жизни:**

- гигиена тела;
- культура питания;
- культура общения;
- воспитание нравственности;
- умение справедливо оценивать свои поступки и поступки сверстников;
- конкурсы рисунков.

Физическая культура и спорт:

- физкультурные праздники и развлечения;
- Дни здоровья;
- Всемирный день борьбы со СПИДом;
- Всемирный день борьбы с курением;
- занятия в спортивных секциях;
- спартакиады и соревнования.

Работа с родителями:

- физкультурные праздники;
- родительские собрания, беседы, лекции;
- Дни открытых дверей;
- предоставление полной информации о развитии ребенка, информации о результатах диспансеризации и дополнительных медицинских услугах.

Лечебно-профилактические и оздоровительные мероприятия:

- лечебная физкультура;
- гимнастика для глаз;
- обучение в режиме дальнего зрения;
- подвижные перемены;

- контроль часто болеющих детей;
- профилактика сколиоза;
- использование функциональной музыки;
- использование элементов звукотерапии;
- упражнения для профилактики плоскостопия;
- дыхательная гимнастика.

Учебно-воспитательная работа

1) Обучение детей элементарным приемам здорового образа жизни:

- обучение профилактическим методам: оздоровительная гимнастика (пальцевая, дыхательная, для профилактики простудных заболеваний, для бодрости);
- освоение простейших навыков первой медицинской помощи (при порезах, ссадинах, ожогах, укусах и т.д.);
- привитие детям элементарных навыков (например: мытье рук, использование носового платка при чихании, кашле и т.д.);
- самоуправление;
- проведение мониторинга;
- работа в творческих группах по пропаганде ЗОЖ.

2) применение здоровьесберегающих технологий:

- рациональное воспитание;
- проведение физкультминуток во время занятий;
- развитие проектных технологий;
- разноуровневое обучение;
- коллективное взаимообучение;
- сквозное проветривание;
- влажная уборка помещений;
- витаминотерапия;
- функциональная музыка;
- чередование занятий с высокой и низкой двигательной активностью.

3) проведение реабилитационных мероприятий по результатам диагностики состояния физического и психологического здоровья детей:

- ЛФК;
- дыхательная гимнастика;
- тренинги;
- массовые оздоровительные мероприятия, конференции;
- спортивные оздоровительные праздники;
- тематические праздники здоровья;
- выезды на природу, экскурсии.

Оздоровительные мероприятия:

- регулярное прохождение диспансеризации;
- отбор детей в оздоровительные группы;
- проведение утренней зарядки;
- обучение навыкам самоконтроля и самодиагностики;
- обеспечение сбалансированного питания;
- проведение профилактических прививок;

- организация физкультурных разминок во время учебного процесса для активизации работы головного мозга и релаксации органов зрения;
- профилактика близорукости у детей – гимнастика для глаз;
- соблюдение мероприятий по улучшению адаптационного периода у первоклассников;
- строгое соблюдение норм СанПиНа;
- организация летней оздоровительной компании;
- организация группы здоровья для сотрудников школы;
- витаминизация.

Внедрение новых технологий

Обстановка и гигиенические условия в классе должны соответствовать следующим нормам:

- 1) разнообразие видов учебной деятельности, так как однообразие утомляет школьников;
- 2) средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности примерно 7-10 минут;
- 3) смена форм работы не позже чем через 10-15 минут;
- 4) на уроке следует применять такие методы, которые способствовали бы активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся;
- 5) на уроке должна осуществляться смена положения тела учащихся, которая соответствовала бы видам учебной работы ученика;
- 6) должны присутствовать оздоровительные моменты: физкультминутки, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз.
- 7) в содержание урока следует включать вопросы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни;
- 8) необходима мотивация учебной деятельности.

Циклограмма работы классного руководителя

Ежедневно:

- контроль за тепловым, санитарным режимом и освещенностью классного помещения;
- проведение физкультминуток (на уроках) и подвижных перемен;
- организация питания;
- организация питьевого режима.
- учет посещаемости учащимися школы.

Еженедельно:

- занятия на уроках физической культуры;
- занятия в спортивных секциях и танцевальных студиях.

Ежемесячно:

- организация дежурства по школе;
- контроль соблюдения режима дня учащимися.

Один раз в четверть:

- организация экскурсий, походов, родительских собраний, классных семейных праздников;
- организация спортивных соревнований
- рассаживание детей за партами согласно рекомендациям врача.
- генеральная уборка класса.

Один раз в полугодие:

- проведение «Дня здоровья»;
- организация классных часов с приглашением медицинских работников;
- проведение «Дня открытых дверей» для родителей;
- анализ взаимодействия учащихся с учреждениями дополнительного образования.

Один раз в год:

- спортивные соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья»;
- организация медицинского осмотра, диспансеризация учащихся;
- профилактика гриппа и других вирусных инфекций;
- анализ заболеваний и их динамика;
- оценка состояния здоровья детей.

**Тематика семинаров по здоровьесберегающим технологиям
для педагогов ОО**

1. Современные педагогические технологии по сбережению здоровья детей в процессе обучения. Создание комфортной обстановки на уроке.
2. Сохранение зрения у детей.
3. Предупреждение утомляемости детей в процессе обучения.
5. Создание санитарно-гигиенических условий для учащихся.
6. Воспитание у детей потребности в здоровом образе жизни.
7. Предупреждение нарушения осанки школьников.

Тематика бесед, утренников, классных часов по вопросам гигиены, охраны здоровья и формирования здорового образа жизни

1-4 классы (начальная школа)

1. Цикл бесед «Гигиена школьника».
2. «Чтобы зубы не болели».
3. «Берегите зрение».
4. «Да здравствует мыло душистое».
5. «О хороших привычках».
6. «Учимся отдыхать».
7. «Загадки доктора Знайки».
8. «Ты и телевизор».
9. «Твое здоровье».
10. «Твой режим дня».
11. «Не видать Федоре горя...»
12. «Улыбка и хорошее настроение».
13. Цикл классных часов «Как уберечь себя от беды».
14. Цикл классных часов «Наше здоровье в наших руках».
15. Инструктажи по предупреждению травматизма (ПДД, поведение на уроках физкультуры, правила техники безопасности на уроках труда, во время прогулок, экскурсий и походов).
16. Занятия по профилактике наркомании.

5-7 классы

1. Цикл бесед «Гигиена школьника».
2. «Здоровые привычки – здоровый образ жизни».
3. «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».
4. «Кто наши враги».
5. «О спорт, ты – мир!»
6. «Режим питания».
7. «Вредные привычки и их преодоление».
8. «Здоровая еда – здоровая семья».
9. «Здоровый образ жизни – главное условие профилактики возникновения вредных привычек».
10. «Память: как ее тренировать».
11. «Особенности влияния никотина и других токсических веществ на развитие организма человека».
12. «Сотвори себя сам».
13. «Нет наркотикам».
14. «О ВИЧ-инфекции».
15. «Занятия по профилактике гриппа и ОРВИ».

8-11-е классы

1. Цикл бесед «Гигиена умственного труда».
2. «Зависимость здоровья человека от окружающей среды».
3. «Вредные привычки и здоровье человека».
4. «Здоровье человека XXI века».

5. «Гармония тела и духа».
6. «Кухни народов мира». «Кулинария здоровья».
7. «Умение управлять собой».
8. «Крик о помощи».
9. «Прощайте, наркотики!»
10. Занятия по профилактике наркомании.
11. «Исцели себя сам».
12. «Экзамены без стресса».
13. «Сделай правильный выбор».
14. «Разговор на чистоту».
15. Акция «Внимание, СПИД!»

Тематика родительских собраний и других мероприятий для родителей по проблеме формирования здорового образа жизни

1. «Здоровье ребенка в руках взрослых».
2. «Здоровая семья: нравственные аспекты».
3. «На контроле здоровье детей».
4. «Режим труда и учебы».
5. «Физическое воспитание детей в семье».
6. «Алкоголизм, семья, дети».
7. «Пагубное влияние курения табака на здоровье человека».
8. «Предупреждение нервных и сердечных заболеваний в годы юности».
9. «Вредные привычки у детей».
10. «Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу».
11. «Вопросы, которые нас волнуют».
12. «Эти трудные подростки».
13. «Взрослые проблемы наших детей».
14. «Физическое развитие ребенка и пути его совершенствования».
15. «Курение и статистика».
16. «СПИД – реальность или миф».
17. «Наркотики в зеркале статистики».
18. «Социальный вред алкоголизма».
19. «Психология курения».
20. «Нецензурная брань – это тоже болезнь».
21. Наблюдения родителей «Ребенок в карусели развода».
22. Трудности адаптации первоклассников к школе.
23. Итоги медицинского осмотра учащихся школы.
24. Двигательная активность учащихся во внеурочное время.