

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2»



Утверждено
приказом от 14.08.2020г. № 183
Директор МБОУ «СОШ № 2»
_____ С.А. Сергеева

Программа здоровьесбережения "Наше здоровье в наших руках"

на 2020-2025 учебные годы

Содержание программы

		страница
1.	Паспорт программы	3
2.	Пояснительная записка	4
3.	Нормативно-правовая основа	4
4.	Участники программы	5
5.	Этапы реализации Программы «Наше здоровье в наших руках»	5
6.	Модель личности ученика	6
7.	Функции различных категорий работников школы	7
8.	Работа по направлениям	8-9
9.	Предполагаемый результат	10
10.	Методы контроля над реализацией программы	10
11.	План по реализации программы	11-13
12.	Приложение «Примерная тематика родительского лектория»	14-15
13.	Список используемой литературы	16

1. Паспорт программы

	Педагогический коллектив
Цель	Создание наиболее благоприятных условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> • Вести разъяснительную и просветительскую работу с обучающимися, родителями; • Формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения (результаты мониторинга обычно предоставляются в самоанализе школы); • Формирование у обучающихся системы знаний о здоровьесбережении, мотивации на сохранение здоровья через цикл учебных дисциплин и внеурочную деятельность; • Привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни обучающихся; • Организация системы профилактических работ по предупреждению детского травматизма на дорогах, предотвращению роста заболеваемости обучающихся; • Проведение в течение учебного года среди обучающихся школы конкурса «Самый здоровый класс».
Сроки реализации программы	2020-2025 учебный год.
Ответственный за реализацию программы	Заместитель директора по ВР Курбатова Т.Н.
Ожидаемые результаты реализации программы	<ul style="list-style-type: none"> • Повышение уровня знаний по вопросам здоровьесбережения; • Повышение приоритета здорового образа жизни; • Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении, как здоровья обучающихся, так и своего здоровья; • Повышение мотивации к учебной деятельности; • Снижение заболеваемости обучающихся школы.

2. Пояснительная записка.

Самое ценное, что есть у человека, — это жизнь, а самое ценное в его жизни — здоровье, за которое бороться всеми силами становится просто необходимо. Невежество в вопросах здорового образа жизни будет дорого обходиться тем, кто своевременно не позаботится о своем здоровье, здоровье своих детей и близких.

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень **актуальны** сегодня. Условия воспитания и обучения являются той средой, в которой вынужден постоянно находиться ребенок в возрасте до 18 лет. Именно в эти годы отмечается интенсивный рост и развитие организма молодого человека, происходит его биологическое и социальное созревание, формируется мировоззрение, готовность к разнообразной трудовой и творческой деятельности. Именно поэтому 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.

Таким образом, программа «Наше здоровье в наших руках», носящая комплексный характер, может и должна объединить усилия педагогов, администрации, школьного фельдшера, самих учеников в деле поддержания здорового образа жизни и физического развития детей.

3. Нормативно-правовая основа

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» ст. 3 «Основные принципы государственной политики и правового регулирования отношений в сфере образования»; ст. 28 «Компетенция, права, обязанности и ответственность образовательной организации»; ст. 41 «Охрана здоровья обучающихся».
2. Федеральные государственные образовательные стандарты нового поколения (Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся) (приказ Минобрнауки № 1897 от 17 декабря 2012 г.).
3. СанПиН 2.4.2. 2821 – 10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189).
4. Приказ министерства образования и науки российской федерации от 28 декабря 2010 г. N 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

4. Участники программы:

- обучающиеся школы;
- педагогический коллектив;
- родители;
- социальные партнеры (ГБУЗ «Областная больница г. Чебаркуль»)

5. Этапы реализации Программы «Наше здоровье в наших руках»

Первый этап: Подготовительный (2020-2021г.)

1. Оценка и анализ состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в школе.
2. Психолого-педагогическая подготовка кадрового состава.
3. Ознакомление родителей и обучающихся с Программой «Наше здоровье в наших руках»
4. Организация взаимодействия с медицинскими и другими учреждениями для реализации Программы «Наше здоровье в наших руках»

Второй этап: Практический (2021-2024г.). Реализация Программы «Наше здоровье в наших руках»

Третий этап: Обобщение и оценка результатов деятельности (2024-2025 г.).

1. Мониторинг показателей состояния здоровья обучающихся до и после реализации Программы «Наше здоровье в наших руках».
2. Подведение итогов школьного конкурса «Самый здоровый класс», награждение победителей.
3. Обсуждение итогов реализации Программы «Наше здоровье в наших руках» в коллективе педагогов.
4. Коррекция Программы «Наше здоровье в наших руках» по итогам реализации.

6. Модель личности ученика.

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей и подростков.

Для этого создана прогнозируемая модель личности ученика:

Модель выпускника первой ступени обучения	Модель выпускника второй ступени обучения	Модель выпускника третьей ступени обучения
<ul style="list-style-type: none"> – знание основ личной гигиены; – выполнение правил гигиены; – владение основами личной гигиены и здорового образа жизни. 	<ul style="list-style-type: none"> – 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; – гигиена умственного труда. 	<ul style="list-style-type: none"> – 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 выработать индивидуальный образ жизни; – гигиена умственного труда.

7. Функции различных категорий работников школы

Функции медицинской службы школы:

- медосмотр обучающихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление обучающихся основной, подготовительной и специальной медицинской группы.

Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания обучающихся в школе;
- организация и контроль уроков физической культуры;
- 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 встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками.

Функции классного руководителя:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- 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 профилактической работы с родителями;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся.

8. Работа по направлениям

Формы	Содержание деятельности	Исполнитель
Работа по здоровьесбережению в школе		
<p>Работа с родителями</p> <p>Цель: выявить уровень готовности социума (семьи) к сотрудничеству со школой по обеспечению здоровьесберегающей среды.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Выявление особенностей психологического климата в семье, состояние здоровья всех членов семьи (индивидуальные беседы классных руководителей с родителями); – Участие родителей в школьных и городских мероприятиях по формированию здорового образа жизни; – Мониторинг родителей по степени удовлетворенности образовательной деятельностью; – классные родительские собрания. 	<p>Заместители директора по УВР и ВР, педагог-психолог, классные руководители</p>
<p>Работа с обучающимися</p>	<ul style="list-style-type: none"> – реализация программ спортивной и оздоровительной направленности внеурочной деятельности и программ дополнительного образования; – знакомство обучающихся с различными системами поддержания здоровья; – проведение Дней здоровья; – проведение тематических классных часов; – проведение конкурса «Самый здоровый класс»; – участие в городских и школьных соревнованиях по различным видам спорта; – участие во Всероссийской акции «Сделаем вместе». 	<p>Заместитель директора по ВР, классные руководители, учителя физической культуры, медицинский работник</p>
<p>Здоровьесберегающая среда школы</p>	<ul style="list-style-type: none"> – организация питьевого режима; – соблюдение воздушного и теплового режима; – проверка состояния охраны труда и документации по 	<p>Директор, заместители директора по УВР, ВР, классные</p>

	<p>технике безопасности;</p> <ul style="list-style-type: none"> – приобретение необходимого медицинского и спортивного инвентаря; – обеспечение учебных кабинетов медицинскими аптечками. 	<p>руководители, учителя-предметники</p>
<p>Рациональная организация образовательной деятельности</p>	<ul style="list-style-type: none"> – осуществление контроля учебной нагрузки при организации образовательной деятельности; – контроль соблюдения санитарно-гигиенических требований к учебным планам, расписанию уроков, режиму дня. – контроль соблюдения санитарно-гигиенических условий использования ТСО и компьютерной техники в образовательном процессе; – введение дополнительных каникулярных дней для учащихся 1 класса; – введение обязательных физкультминуток на уроках, подвижных игр на переменах, динамической паузы в 1 классе. 	<p>Директор, заместители директора по УВР, ВР, классные руководители, учителя-предметники</p>
<p>Организация профилактических мероприятий для обучающихся</p>	<p>Психологическая работа, направленная на повышение стрессоустойчивости в различных ситуациях, оценка уровня тревожности, улучшение психических познавательных процессов.</p>	<p>Педагог-психолог</p>

9. Предполагаемый результат

1. Снижение показателей заболеваемости детей.
2. Полученные в школе знания о здоровом образе жизни позволяют ребятам понять, как и почему им нужно заботиться о своём здоровье, соблюдать правила ЗОЖ.

3. Обучающиеся научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими.
4. Стабилизация состояния здоровья учащихся по основным показателям.
5. Повышение уровня воспитанности детей и подростков.
6. Обучающиеся смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям ЗОЖ.

Конечный результат: выпускник МБОУ «СОШ № 2» владеет знаниями, умениями и навыками ЗОЖ, имеет внутреннюю потребность применять их в повседневной жизни.

Критериями эффективности реализации Программы являются:

- положительная динамика состояния здоровья обучающихся в МБОУ «СОШ № 2»;
- сформированность у всех категорий педагогических работников единых ценностных подходов к сохранению и укреплению здоровья обучающихся.
- сформированность ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья у детей и подростков, наличие навыков здорового образа жизни;
- удовлетворённость организацией образовательной деятельностью и условиями обучения со стороны родителей.

10. Методы контроля над реализацией программы

Контроль реализации мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет педагогический совет школы.

- мониторинг состояния здоровья обучающихся и морально-психологического климата в школе;
- посещение и взаимопосещение уроков;
- контроль организации учебного процесса, распределения учебной нагрузки, объема домашних заданий, внеурочной деятельности обучающихся, дополнительного образования в свете формирования здорового образа жизни;
- проведение заседаний школьного методического объединения классных руководителей.

11. План по реализации Программы «Наше здоровье в наших руках»

№	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.	Фельдшер	ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2.	Проведение медицинского осмотра учащихся 4-х, 9-х, классов.	Фельдшер	ежегодно	план медосмотров
1.3.	Определение уровня физического здоровья обучающихся.	Фельдшер	ежегодно	план медосмотров
1.4.	Оформление медицинских карт и листков здоровья в плане воспитательной работы классного руководителя.	Фельдшер школы, классный руководитель, учитель физкультуры	ежегодно	План воспитательной работы классного руководителя
1.5.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Зам.директора по УВР, классные руководители, социальный педагог.	Ежедневно	материалы отчетов
1.6.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Фельдшер школы	ежедневно в течение года	
1.7.	Осмотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: - проветривание; - освещение; - отопление - вентиляция - уборка	Зам. директора по АХЧ, фельдшер школы, учителя	ежедневно в течение года	
1.8.	Рациональное расписание уроков, не	Зам.директора	ежегодно	справка по

	допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	по УВР		оценке расписания
1.9.	Постоянный контроль за школьной столовой.	Директор школы, фельдшер школы, ответственный	ежедневно в течение года	
2. Просветительское направление				
2.1.	Организация просветительской работы с родителями.	Классные руководители, фельдшер	ежегодно	
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	Заместитель директора по ВР	2018-2019 уч.г.	тематика лектория
2.3.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	Администрация школы	ежегодно	план работы
2.4.	Подготовка и проведение педагогического совета по формированию здорового образа жизни.	Заместители директора	2020-2021уч.г.	протокол педсовета
2.5.	Организация просветительской работы с обучающимися (лекторий, тематические классные часы и др.виды работ).	Зам. директора по ВР, классные руководители	ежегодно	план работы
2.6.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	Зам. директора по ВР, социальный педагог	ежегодно	план работы
2.7.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, окружающего мира, ОБЖ, физической культуры, обществознания	учителя-предметники	в течение года	планы уроков
3. Психолого-педагогическое направление.				
3.1.	Организация работы кабинета психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса.	Администрация школы	ежегодно	план работы
3.2.	Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся.	Зам.директора по УВР, педагог-психолог, классные руководители	ежегодно	
4. Спортивно-оздоровительное направление.				
4.1.	Организацию спортивных мероприятий. Проведение Дней здоровья.	Учителя физической культуры, администрация	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеурочной деятельности по	Зам. директора по ВР	ежегодно	план работы кружков и

	формированию здорового образа жизни обучающихся.			секций, план внеурочной деятельности
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.	Зам.директора по ВР, фельдшер	ежегодно	результаты мониторинга

Примерная тематика родительского лектория

**1. Родительские собрания по программе здоровьесбережения
в начальной школе**

Класс	Название	Форма, содержание
1 – 4 класс	Встреча взрослого и ребенка	Круглый стол, посвященный трудностям адаптационного периода
	Трудности обучения	Ослабленные дети, нервные дети, заикание у детей, леворукий ребенок, дети с временной задержкой психического развития
	Секреты здоровья ребенка	Анкетирование детей и родителей, беседа врача
	Не запрет, а предупреждение вредных привычек	Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании

**2. Родительские собрания по программе здоровьесбережения
в средней школе**

Класс	Название	Форма, содержание
5 - 9 класс	«Семейное воспитание и здоровье наших детей»	Круглый стол, посвященный трудностям и проблемам воспитания, а также здоровью ребенка
	«Здоровая семья – здоровый образ жизни»	Лекторий с родителями, с привлечением мед. работников
	Навыки сохранения здоровья	Беседа врача
	Не запрет, а предупреждение вредных привычек	Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании
	Причина пристрастий	Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании

3. Родительские собрания по программе здоровьесбережения в средней школе

Класс	Название	Форма, содержание
10 класс	«Здоровье и выбор образа жизни»	Лекторий, посвященный трудностям и проблемам воспитания, а также здоровью ребенка
11 класс	«Привычка свыше нам дана, или от чего зависит здоровье человека»	Лекторий с родителями, с привлечением мед. работников