**ПРОГРАММА**

**«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МКОУ «2-Цовкринская СОШ им. Маграмова В.М.»**

***Цель:***  
Поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.  
  
***Задачи:***

1. Отработать систему выявления уровня здоровья школьников и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Пропагандировать здоровый образ жизни и расширить кругозор школьников в области физической культуры и спорта.
3. Проводить последовательное и просвещение родителей учащихся в вопросах сохранения здоровья детей.
4. Совершенствовать систему профилактической работы по предупреждению детского травматизма на дорогах.
5. Проводить комплекс мер по уменьшению заболеваемости учащихся школы.

***Участники:***

* учащиеся школы и их родители;
* классные руководители;
* учителя – предметники;
* врачи – специалисты и медицинский персонал;
* администрация школы.

**Пояснительная записка.**  
  
Любая образовательная деятельность не может считаться эффективной, если в процессе её осуществления происходит ухудшение здоровья субъектов этой деятельности. В настоящее время особенно остро стоит проблема сохранения и укрепления здоровья человека. Необходимость работы по подпрограмме «Здоровьесберегающая деятельность школы» обусловлена рядом причин, среди которых немаловажное значение имеет тот факт, что в последнее время отмечается снижение уровня здоровья детей и подростков, распространение вредных привычек. Анализ материалов многочисленных исследований состояния здоровья школьников свидетельствует, что в настоящее время могут считаться здоровыми только 10% выпускников школ.  
  
Эксперты всемирной организации здравоохранения утверждают, что здоровье человека лишь на 10% зависит от качества медицинского обслуживания, на 20% от экологии, на 20% от генетических факторов и 50% от образа жизни.  
  
Подростки, чувствуя себя взрослыми, стремятся изменить отношение с ближайшим окружением, требуют признать себя взрослыми, не умея построить ответственные отношения, сохранить и укрепить своё психологическое и физическое здоровье.  
  
Утрачивается духовно-нравственная сторона межличностных отношений. В газетах и на телеэкранах нередко можно увидеть откровенную пропаганду насилия. Подросток, будучи психологически незрелым, ещё не в состоянии критически осмыслить весь поток воспринимаемой им информации, дать сопротивление изощрённому психологическому давлению. Поэтому на сегодняшний день актуальной становится проблема духовного и физического здоровья молодёжи, здоровья общества.   
  
***Мероприятия и основные направления деятельности по реализации.***  
  
**План мероприятий здоровьесберегающей деятельности школы.**  
  
***1.Учебно – воспитательная работа:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | ***Мероприятия*** | ***Дата*** | ***Ответственные*** |
| 1. | Валеологический анализ расписания уроков. | Сентябрь, январь | Заместитель директора по УВР |
| 2. | Организация перемен, которые способствовали бы оптимальному двигательному режиму учащихся. | В течение года | Классные руководители учитель физической культуры |
| 3 | Обязательное пребывание детей (1-4 классов) на свежем воздухе. | В течение года | Классные руководители учитель физической культуры |
| 4. | Осуществление координации между учителями – предметниками, медиками и родителями по использованию  здоровьесберегающих технологий. | В течение года | Заместитель директора по УВР |
| 5. | Контроль за правильным использованием ТСО. | Ноябрь, февраль | Уполномоченный по охране труда |
| 6. | Контроль за соблюдением учебной нагрузки. | В течение года | Заместитель директора по УВР |

***2.Профилактическая работа:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | ***Мероприятия*** | ***Дата*** | ***Ответственные*** |
| 1. | Плановый медосмотр учащихся индивидуальная оценка физического состояния. | Сентябрь, январь | Медицинский работник |
| 2. | Плановая диспансеризация учащихся. | Октябрь | Врачи - специалисты РБ |
| 3. | Организация классных часов по правилам дорожного движения и профилактике травматизма. | в течение года | Классные руководители |
| 4. | Выработка рекомендаций по здоровье-сбережению для классных руководителей, родителей. | В течение года | Заместитель директора по УВР, учитель физической культуры |
| 5. | Мониторинг санитарно – гигиенического состояния учебного здания (температурный режим, вентиляция, освещение). | В течение года | Медицинский работник |
| 6. | Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм и правил в школьной столовой. | Ежедневно | Директор, медицинский работник |
|  |  |  |  |

***3.Методическая и опытно – экспериментальная работа:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | ***Мероприятия*** | ***Дата*** | ***Ответственные*** |
| 1. | Проведение диагностики по изучению физического развития школьников: выявление состояния опорно-двигательного аппарата; | Сентябрь, май | Медицинский работник, учитель физической культуры |
| 2. | Проведение мониторинга психического развития (анкетирование). | Сентябрь, январь | Заместитель директора по УВР |
| 3. | Уточнение планов воспитательной работы классных руководителей по реализации Подпрограммы. | Сентябрь, январь | Заместитель директора по УВР |
| 4. | Апробирование новых методик, технологий для классных руководителей, родителей, касающихся укрепления здоровья учащихся. | В течение года | Заместитель директора по УВР |
| 5. | Обеспечение методическими рекомендациями, тестами, анкетами для проведения мониторинга состояния здоровья школьников. | Сентябрь | Заместитель директора по УВР |

***4.Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | ***Мероприятия*** | ***Дата*** | ***Ответственные*** |
| 1. | Организация и проведение «Дней здоровья». | Сентябрь, май | Зам по ВР, учитель физической культуры |
| 2. | Проведение спортивно – массовых мероприятий «Здоровая школа – здоровые дети». | В течение года | учитель физической культуры, классные руководители |
| 3. | Антинаркотическая акция. | В течение года | Зам директора по ВР, классные руководители |
| 4. | Организация и проведение тематических экскурсий, подвижных игр на свежем воздухе. | В течение года | Зам директора по ВР, классные руководители |
| 5. | Использование здоровьесберегающих технологий на уроках и секциях. | В течение года | Учителя - предметники, учитель физической культуры |
| 6. | Проведение тематических классных часов на ступенях обучения по пропаганде здорового образа жизни. | В течение года | Классные руководители |
| 7. | Проведение тематических классных часов по питанию и здоровью. | В течение года | Классные руководители |

***5.Функции различных категорий работников школы в контексте***  
  
***реализации программы.***  
  
*1.Функции медицинской службы:*

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

*2.Функции директора и заместителя:*

* общее руководство реализации подпрограммы; организация, координация, контроль;
* общее руководство и контроль за организацией питания учащихся в школе;
* организация контроля уроков физической культуры;
* обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
* разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и её контроль;
* организация работы классных руководителей по подпрограмме «Здоровьесберегающей деятельности школы» и её контроль;
* организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;

*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 табакокурения, токсикомании, наркомании;
* организация и проведение профилактической работы с родителями;
* организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, ОППН, медработниками, наркологами;
* организация и проведение внеклассных мероприятий в рамках подпрограммы;
* организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения.

***Нормативно – правовая база:***

* 1. Конвенция ООН о правах ребёнка, ч.1 ст. 29 и 31.
  2. Закон РФ «Об образовании», гл.5 ст. 50 и 51.
  3. ФЗ «О физической культуре и спорте РФ», гл.1 ст.1, 4; гл.2 ст. 5; гл.3 ст.14; гл.6 ст.34.
  4. СанПиН 2.4.2.1178 – 02

***Прогнозируемый результат.***

* создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья, воспитанию и развитию личности;
* у учащихся должны быть выработаны формы поведения, помогающие избежать опасностей для жизни и здоровья;
* снижение уровня заболеваемости среди учащихся и педагогов (положительная динамика);
* активное внедрение здоровьесберегающих технологий;
* социальная адаптация детей, оказавшихся в трудных жизненных ситуациях;
* повышение качества профилактической работы;
* снижение пропусков уроков учащихся по причинам болезни;
* увеличение охвата детей профилактическими формами оздоровительной направленности.

**План реализации программы**

**«Здоровьесберегающая деятельность школы».**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | | ***Мероприятия*** | | ***Срок*** | | ***Класс*** | | ***Ответственный*** | |
| **1.Исследование и комплексная оценка состояния образовательной среды и состояние здоровья учащихся. Медицинская диагностика, оздоровление.** | | | | | | | | | |
| 1. | | Углубленное медицинское обследование учащихся. | | Сентябрь | | 1-11 | | Врачи - специалисты, классные руководители | |
| 2. | | Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах. | | Сентябрь | | 1-11 | | Медицинский работник , классные руководители | |
| 3. | | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни. | | В течение года | | 1-11 | | Классные руководители | |
| 4. | | Анализ случаев травматизма в школе. | | В течение года | | 1-11 | | Медицинский работник, директор | |
| 5. | | Оздоровление учащихся через санаторное лечение. | | По согласованию с филиалом соц. страхования | | 1-11 | | Медицинский работник, директор | |
| 6. | | Организация работы летнего оздоровительного лагеря в школе. | | Июнь | | 1-6 | | Администрация | |
| **2.Мониторинг психофизического здоровья учащихся.** | | | | | | | | | |
| 1. | | Психологический мониторинг здоровья учащихся:  -тест на адаптацию в начальной и средней школе;  -тест на тревожность. | | Сентябрь, январь | | 1, 3, 5 | | Заместитель директора по УВР | |
| 2. | | Анкетирование родителей учащихся. | | Сентябрь, март | | 1-11 | | Заместитель директора по УВР | |
| 3. | | Составление социального паспорта школы. | | Сентябрь | |  | | Классные руководители, заместитель директора по УВР | |
| 4. | | Составление мониторинга представлений о ЗОЖ. | | Ноябрь | | 1-11 | | Заместитель директора по УВР | |
| 5. | | Определение психологического климата в классе. | | Октябрь | | 7-11 | | Заместитель директора по УВР | |
| 6. | | Изучение и анализ познавательной активности, эмоционального состояния, трудностей в обучении. | | Ноябрь | | 1-11 | | Заместитель директора по УВР | |
| **3.Контроль за соблюдением санитарно – гигиенического режима в школе.** | | | | | | | | | |
| 1. | | Эстетическое оформление класса и школы. | | В течение года | | 1-11 | | Ремонтник, заведующие кабинетами | |
| 2. | | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа). | | В течение года | | 1-11 | | Заместитель директора по УВР | |
| 3. | | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:  -проветривание; -освещение; -вентиляция; -отопление;  -уборка. | | 1 раз в неделю 1 раз в неделю;  2 раза в неделю;  2 раза в неделю;  ежедневно  ежедневно | | Все помещения | | Ремонтник, медицинский работник | |
| 4. | | Контроль за качеством питания. | | В течение года | |  | | Директор, завхоз | |
| 5. | | Контроль за ведением соответствующей документацией. | | В течение года | |  | | Директор, завхоз | |
| 6. | | Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм и правил в школьной столовой. | | В течение года | |  | | Директор, завхоз | |
| 7. | | Диагностика загруженности учащихся домашними заданиями. | | В течение года | |  | | Заместитель директора по УВР | |
| 8. | | Организация активного отдыха на переменах. | | Постоянно | | 1-11 | | Классные руководители, учитель физической культуры | |
| 9. | | Проведение физкультминуток на уроках, валеологических пауз. | | Постоянно | | 1-11 | | Учителя – предметники | |
| **4. Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний.** | | | | | | | | | |
| 1. | | Прививки детей согласно приказам МинЗдравСоцразвития. | | В течение года | | 1-11 | | Медицинский работник | |
| 2. | | Профилактическая работа во время эпидемий. | | В течение года | | 1-11 | | Медицинский работник | |
| 3. | | Профилактическая работа через беседы, уголки здоровья, сан.бюллетени, полезные советы. | | В течение года | | 1-11 | | Медицинский работник | |
| 4. | | Организация контроля за горячим питанием учащихся. | | В течение года | |  | | Медицинский работник | |
| 5. | | Контроль за соблюдением правил личной гигиены сотрудниками пищеблока. | | В течение года | |  | | Медицинский работник | |
| **5. Физическое воспитание, организация активного двигательного досуга.** | | | | | | | | | |
| 1. | | Профилактика нарушений осанки на уроках. | | В течение года | | 1-11 | | Учитель физической культуры, учителя – предметники | |
| 2. | | Подвижные перемены с использованием возможностей спортивного зала, рекреаций. | | В течение года | | 1-11 | | Учитель физической культуры, классные руководители | |
| 3. | | 3-й двигательный урок физкультуры.  Динамический час. | | Еженедельно | | 2-4 1 | | Учитель физической культуры, | |
| 4. | | Привлечение учащихся к занятиям в спортивных секциях. | | В течение года | | 1-11 | | Учитель физической культуры, | |
| 5. | | Организация индивидуального подхода и дифференциации заданий для детей, отнесённых к специальным и подготовительным группам по данным медиков. | | В течение года | | 1-11 | | Учитель физической культуры, | |
| 6. | | Организация школьных соревнований и участие школьников в районных, окружных, областных соревнованиях. | | В течение года | | 1-11 | | Учитель физической культуры, классные руководители | |
| 7. | | Организация дней здоровья, прогулок, поездок, экскурсий. | | В течение года | | 1-11 | | Классные руководители | |
| 8. | | Работа спортивных секций. | | В течение года | | 1-11 | | Учитель физической культуры, | |
| **6. Профилактика травматизма.** | | | | | | | | | |
| 1. | | Занятия по правилам дорожного движения (выступления сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, конкурс рисунков и плакатов). | | В течение года | | 1-11 | | Классные руководители, педагог – организатор | |
| 2. | | Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках курса ОБЖ.  ОЖС «Человек и здоровье» | | По программе | | 8, 10-11  2-4 5-11 | | Учитель ОБЖ  Учителя начальных классов  Учитель биологии | |
| 3. | | Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности. | | Сентябрь | | 1-11 | | Директор, классные руководители | |
| 4. | | Статистика и анализ случаев травматизма в школе. | | В течение года | | 1-11 | | Медицинский работник, директор | |
| **7. Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек.** | | | | | | | | | |
| 1. | | Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках курса ОБЖ.  ОЖС «Человек и здоровье» | | По программе | | 8, 10-11  2-4 5-11 | | Учитель ОБЖ  Учителя начальных классов  Учитель биологии | |
| 2. | | Тематические классные часы. | | В течение года | | 1-11 | | Классные руководители | |
| 3. | | Тематические родительские собрания. | | В течение года | | 1-11 | | Классные руководители | |
| 4. | | Встречи с врачами - специалистами (нарколог, психиатр, фтизиатр). | | По плану | | 1-11 | | Заместитель директора по УВР | |
| 5. | | Оздоровительная работа:  -дни здоровья; -сотрудничество с центром «Семья»;  совместная работа с ресурсным центром округа по профориентации молодёжи;  -проведение месячника здоровья;  -внеклассные мероприятия по здоровому образу жизни. | | Сентябрь, май  В течение года  В течение года Ноябрь, апрель  В течение года | |  | | Классные руководители, заместитель директора по УВР | |