

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Ханты-Мансийского района  
«Средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза  
П.А. Бабичева п. Выкатной»

Протокол заседания  
педагогического совета  
№ 1 от 28.08.2020 года

# Комплексная программа "ЗДОРОВЬЕ"

*Срок реализации – 2020 – 2024 гг.*

Составитель программы:  
Пономарева М.И.,  
заместитель директора по ВР

п. Выкатной, 2020

## *Введение*

Актуальность данной программы обусловлена приоритетным направлением 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.

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

К другим заболеваниям, часто возникающим у школьников, относятся нарушение зрения (миопия, рефракционная или осевая, и т.д.), болезни костно-мышечной системы (сколиоз, патологический кифоз или лордоз, плоскостопие).

Заболеваемость детей школьного возраста держится на высоком уровне и составляет примерно 2400-2600 заболеваний на 1000 детей, т.к. каждый школьник на протяжении учебного года условно болеет 2,4-2,6 раза. Это свидетельствует о низкой сопротивляемости организма к патогенным микроорганизмам и вирусам, а также к неблагоприятным воздействиям окружающей среды. У современных школьников стали чаще выявлять такие нарушения физического развития, как дефицит массы тела и низкий рост. Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Многие параметры образовательной среды регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья школьников.

Именно поэтому разработанная программа «Здоровье» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование учащихся.

В реализации программы «Здоровье» задействованы службы школы: администрация школы, педагоги, психолог, медицинский работник и технический персонал.

## ***Программа «Здоровье» основывается на***

- ❖ Конвенции ООН о Правах Ребенка;
- ❖ Конституции Российской Федерации;
- ❖ Законе Российской Федерации «Об образовании»;
- ❖ Национальной Доктрине образования Российской Федерации.

### ***Основные концептуальные положения Программы «Здоровье»:***

✓ 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.

### ***Цель программы***

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

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

### ***Задачи***

➤ Отработка системы определения уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.

➤ Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.

➤ Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

➤ Организация системы профилактических работ по предупреждению детского травматизма, предотвращению роста заболеваемости учащихся школы.

➤ Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

### **Участники программы**

- ✓ обучающиеся;
- ✓ классные руководители;
- ✓ учителя-предметники;
- ✓ врач-педиатр, закрепленный за учреждением;
- ✓ школьный психолог;
- ✓ родители.

### **Основные направления деятельности**

- Учебно-воспитательная работа, научно обоснованная и строго регламентированная.

1.Организация режима ступенчатого повышения нагрузки для обучающихся первого класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям	Сентябрь-ноябрь
2.Валеологический анализ расписания уроков	Сентябрь, январь
3.Организация перемен и длительной динамической паузы с обязательным пребыванием детей на свежем воздухе (1-4 классы)	В течение всего года
4.Организация перемен и создание на переменах таких условий, которые способствовали бы оптимальному двигательному режиму учащихся разных возрастов	В течение всего года
5.Включение вопросов с определенной валеологической направленностью в план учебных программ по биологии, ОБЖ, др.	В течение всего года
6.Контроль выполнения норм самообслуживания	Октябрь, декабрь
7.Контроль правил использования ТСО	Ноябрь, февраль
8.Валеологический анализ урока	Декабрь
9.Повышение валеологической грамотности учителей	Январь
10.Структурирование учебных программ на основе валеологических принципов.	Май

- Диагностическая работа - комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья, как обучающихся, так и учителей; изучение подвижности адаптационных перестроек и работоспособности под действием природных и социальных факторов среды обитания.

1.Создание «Паспорта здоровья»	Сентябрь-октябрь
2.Осуществление контроля соблюдения норм учебной нагрузки (дневной, недельной, годовой)	Октябрь-март
3.Проведение валеологической оценки степени	Сентябрь-март

трудности новых учебных программ и методов обучения с целью адаптации их к функциональным возможностям учащихся разных возрастных групп.	
4.Запуск медико-педагогического мониторинга детей и подростков при зачислении их в школу (с учетом сложности программ обучения)	Апрель-май

- Профилактическая и коррекционная работа - предупреждение и своевременное выявления отклонений в развитии и состоянии здоровья воспитанников, а при наличии каких-либо недугов – профилактика обострения и прогрессирования болезненного процесса.

1.Плановый медосмотр	Сентябрь, январь
2.Мониторинг естественной и искусственной освещенности учебных кабинетов	Сентябрь-октябрь
3.Формирование, сохранение и корректировка здоровья учащихся и педагогов	В течение всего года
4.Мониторинг санитарного состояния учебного помещения: отопление, вентиляция, освещенность, водоснабжение, канализация	В течение всего года
5.Плановая диспансеризация учащихся	Октябрь
6.Контроль пищевого рациона (достаточность, сбалансированность, правильность, сочетание продуктов)	Ноябрь-декабрь
7.Контроль состояния рабочей мебели	Ноябрь-декабрь
8.Ознакомление педагогического коллектива с конечным результатом медосмотра и диспансеризации	Январь, май
9.Плановая диспансеризация учащихся	Сентябрь - апрель
10.Контроль использования вредных для здоровья красок и других материалов в процессе ремонта классных комнат и помещения школы	Март, апрель

- Научно-методическая и опытно-экспериментальная работа- скорейшее внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику образования, разработка новых авторских учебных программ, методик и методов обучения, а также их экспериментальное внедрение в учебный процесс.

1.Внедрение новых результатов научных достижений в области экологии, медицины, психологии, касающихся охраны и укрепления здоровья учащихся и учителей, в практику учебно-	Сентябрь-ноябрь
--	-----------------

воспитательного процесса	
2.Обеспечение научно-методической литературой, учебными программами и учебниками по валеологии учащихся разных возрастов	В течение всего года
3.Контроль недопустимости использования в отношении учащихся и учителей непроверенных оздоровительных систем и методов	Декабрь-январь

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

1.Использование различных форм массовой пропаганды здорового образа жизни: организация лекций, проведение дня здоровья	В течение всего года
2.Использование наглядной агитации: выпуск стенгазет, оформление уголков здоровья в классных комнатах, воспитание учащихся личным примером учителей (привлекательность внешнего вида, доброжелательность в общении, забота о собственном здоровье, занятия спортом, отказ от вредных привычек)	В течение всего года

***Функции различных категорий работников школы  
в контексте реализации программы***

1.Функции директора и его заместителей:

- ✓ общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- ✓ общее руководство по организации валеологической службы в школе;
- ✓ общее руководство и контроль организации горячего питания учащихся в школе;
- ✓ организация преподавания вопросов валеологии на уроках биологии и ОБЖ в классах среднего и старшего звена;
- ✓ организация контроля уроков физкультуры;
- ✓ обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работа спортивных секций;
- ✓ разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся 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 и социальной службы в школе.

## 2. 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 профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, ОППН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.);
- 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.

### *Сотрудничество школы с другими учреждениями*

Учреждения	Задачи и направления	Формы взаимодействия
ФАП п. Выкатной	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Профосмотры, диспансеризации, медицинская помощь
ГИБДД	Предупреждение детского травматизма	Лекции, беседы, ролевые игры для учащихся

### *План реализации программы «Здоровье» на 2020 -2024 годы*

1. Исследование и комплексная оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья учащихся. Медицинская диагностика.

	Мероприятия	Срок	Класс	Ответственный
	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах. Комплектации на их основе	Сентябрь	1-11	Медицинская сестра, классные руководители, учитель

	физкультурных групп			физкультуры
	Диспансеризация	Октябрь-февраль	1-11	Медицинская сестра, классные руководители, специалисты поликлиники
	Анализ случаев травматизма в школе	В течение года	1-11	Медицинская сестра, директор
	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	В течение года	1-11	ЗД по УВР, медицинская сестра, классные руководители

## 2. Мониторинг психофизиологического здоровья учащихся

	Тестирование в рамках Комплексной программы оценки психофизического состояния и функционирования возможностей организма человека	В течение года	1-11	Учитель физкультуры, психолог
	Психологический мониторинг здоровья учащихся: -тест на адаптацию в начальной школе, средней школе; -тест на тревожность	Сентябрь-январь	1,5,10-й	Педагог-психолог

## 3. Контроль соблюдения санитарно-гигиенического режима в школе

	Эстетическое оформление класса и школы	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР
	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	В течение года	1-11	Зам. директора по УВР
	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: -проветривание; -освещение;	Ежедневно 1 раз в неделю 2 раза в год	Все помещения	Учитель ОБЖ, завхоз



	-отопление; -вентиляция; -уборка	2 раза в год ежедневно		
	Контроль качества питания и питьевого режима	ежедневно		Зам. директора по ВР
	Диагностика загруженности учащихся домашними заданиями	В течение года		Зам. директора по УВР
	Организация активного отдыха на переменах	постоянно	1-4	Классные руководители

#### 4. Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний

	Прививки детей согласно приказам Минздрава	В течение года	1-11	Медицинская сестра
	Профилактическая работа во время эпидемий	В течение года	1-11	Медицинская сестра
	Профилактическая работа через беседы, уголки здоровья, санбюллетени, полезные советы	В течение года	1-11	Медицинская сестра

#### 5. Физическое воспитание, организация активно-двигательного досуга

	Профилактика нарушения осанки на уроках физкультуры	В течение года	1-11	Учитель физкультуры
	Подвижные перемены с использованием возможностей спортивного зала, коридоров	В течение года	1-11	Учитель физкультуры, учителя начальной школы
	Организация школьных соревнований и участие школьников в окружных соревнованиях	В течение года	1-11	Учитель физкультуры, ст.вожатая, классные руководители
	Организация дней здоровья, прогулок, поездок, экскурсий	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР, ст.вожатая,

				классные руководители
	Работа спортивных секций	В течение года	5-11	Зам. директора по ВР, учитель физкультуры

#### 6.Профилактика травматизма

	Занятия по правилам дорожного движения	В течение года	1-11	Зам. директора по ВР, классные руководители
	Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках курсов ОБЖ, биологии	По программе	1-11	Преподаватель ОБЖ, биологии, учителя начальных классов
	Инструктажи сотрудников и учащихся школы по правилам техники безопасности	Сентябрь- июнь	1-11	Директор школы, Зам. директора по УВР, учитель ОБЖ, классные руководители
	Статистика и анализ случаев травматизма в школе	В течение года	1-11	Медицинская сестра

#### 7.Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек

	Тематические уроки в рамках курсов ОБЖ	В течение года	1-11	Учитель ОБЖ, биологии
	Тематические классные часы	В течение года	1-11	Классные руководители
	Тематические родительские собрания	В течение года	1-11	Классные руководители, Зам. директора по ВР
	Встречи с сотрудниками ФАП	По плану	7-11	Зам. директора по ВР
	Конкурсы, викторины	По плану	1-11	Зам. директора по ВР, ст.вожатая, классные руководители
	Лекции специалистов	По плану	6-11	Зам. директора по ВР, классные

### ***Основные принципы Программы***

Программа основывается на следующих принципах:

1. Принцип гарантий: реализация конституционных прав детей и подростков на получение образования и медицинского обслуживания.
2. Принцип участия: привлечение детей и подростков к здоровому образу жизни.
3. Принцип педагогической поддержки: вовлечение учителей и воспитателей в широкое движение по созданию здоровой педагогической среды.

### ***Прогнозируемый результат***

Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

Реализация мероприятий Программы позволит:

- Сохранить репродуктивное здоровье учащихся;
- Создать условия для снижения уровня нервно-психических и сердечно-сосудистых расстройств, патологий желудочно-кишечного тракта, простудных заболеваний, заболеваний органов чувств, зрения, опорно-двигательного аппарата в процессе обучения;
- Внедрить оптимальный режим учебного труда и активного отдыха детей в урочное и внеурочное время;
- Постоянно корректировать учебные нагрузки в соответствии с состоянием здоровья детей;
- Помочь социально адаптироваться (средствами образования) детям с проблемами в развитии и ограниченными возможностями здоровья, детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;
- Сформировать осознанное отношение детей и их родителей, членов педагогического коллектива к состоянию здоровья через пропаганду здорового образа жизни.

### ***Отслеживание результатов выполнения Программы***

через работу:

- методического Совета школы,
- педсовета школы,
- Управляющего Совета.