муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №15 г. Новочеркасск

 УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 15

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А. В. Сокиркина

Приказ от 02.09.2019 г. № 422

Программа здоровьесбережения

«Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»

на 2019-2025 учебные годы

г. Новочеркасск

Оглавление

 1. Информационная карта …………………………………………………3-6

 2. Введение ………………………………………………………………….6

 3. Цели программы …………………………………………………………7

4. Задачи программы …………………………………………………………7-8

5. Функции различных категорий работников школы ……………………..8-9

 6. Участники программы ……………………………………………………..9

7. Сроки и этапы реализации программы …………………………………...9-10

 8. Общее представление о здоровьесберегающей среде в ОУ …………..11-12

 9. Основные блоки здоровьесберегающей деятельности с……………….12-14

 10.Структура мониторинга …………………………………………………14-17

 11.Здоровьесберегающие средства и технологии ………………………...17-18

12. Модель личности ученика ………………………………………………18-19

13.Реализация программы …………………………………………………. 20-23

 14.Календарный план реализации …………………………………………23-25

15.Мероприятия программы ……………………………………………...26-28

Программа здоровьесбережения МБОУ СОШ №15 г.

Новочеркасск на 2019 - 2025 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:** Методический совет, инновационная группа учителей-предметников.

5. **Муниципальное образовательное учреждение, представившее программу**: МБОУ СОШ №15, г.Новочеркасск.

6. **Адрес, телефон**: г.Новочеркасск, ул. Клещева, 39. Тел.:8(86352)3-00-50

7. **Место реализации:** МБОУ СОШ№15

8. **Количество учащихся:** 756 человек.

9. **Возраст учащихся:** от 7 до 18 лет.

10. **Сроки проведения:** 2019-2025 г.

***Программа по здоровьесбережению***

 ***"Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения"***

Паспорт программы

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

**Основные разработчики программы:** Методический совет, инновационная группа учителей-предметников.

**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;

 • создать информационный банк показателей здоровья и образа жизни обучающихся;

• организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и учителямипредметниками;

• 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. 2019 – 2025 гг. Перечень основных блоков:

 • Педагогический (работа классного руководителя, учителя физической культуры, учителейпредметников);

 • Психологический (работа педагога-психолога);

• Социальный

(взаимодействие с родителями, учреждениями дополнительного образования); • Блок двигательной активности (физическое развитие) Исполнители. Педагоги школы, родители, учреждения дополнительного образования 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 регулярное проведение недель здоровья (1 раз в четверть);

• Создана комнаты психологической разгрузки для обучающихся;

• 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, психологическая служба.

**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.

**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, ив 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, сохранение 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.

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»;

• Национальную доктрину образования Российской Федерации;

• Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования второго поколения;

• Инициативу «Наша новая школа».

Основной стратегической целью программы «Здоровье» МБОУ СОШ №15 на 2019 - 2025 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 медицинской службы школы:**

• 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 валеологии 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, медработниками, наркологами;

• 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;

• организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

**5.Участники программы:**

• учащиеся

• педагогическое сообщество

• родители.

• социальные партнеры

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

 І этап - 2019 – 2020гг.

ІІ этап - 2021 – 2022 гг.

ІІІ этап - 2022 – 2023 гг.

IV этап – 2023- 2024 гг.

V этап – 2024 – 2025 гг.

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

• анализ уровня заболеваемости (включая диагностику аппаратно-программным комплексом для предварительной доврачебной оценки и раннего 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;

• создание «Центра здоровьесберегающей педагогики» школы;

• разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования;

• подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;

• программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся

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 «Кабинета здоровья» 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

• Разработка программ самоаудита здоровьесберегающей деятельности ОУ;

• Публикация полного пакета материалов функционирования собственного здоровьесберегающего ОУ.

**Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении МБОУ СОШ №15**

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 образовательном учреждении МБОУ СОШ №15:**

* *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

 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: o обязательное медицинское обследование; o мероприятия по очистке воды.

**Блок просветительско-воспитательной работы предполагает:**

• организацию «Дней здоровья», внеучебной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;

• включение в план работы 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, физкульт пауз 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 МБОУ СОШ №15**

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

• Организация безопасной поддерживающей образовательной среды

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

• Программа анкетирования 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 избежание 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.

**3. Медико-диагностические средства контроля за состоянием здоровья обучающихся** (физиологические здоровьесберегающие технологии)

* Работа «Кабинета здоровья» (доврачебный скрининг с выявлением проблемных зон здоровья)

**4. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды в образовательном учреждении** (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

**5. 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

**6. 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:

|  |  |
| --- | --- |
| -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. |

**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**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | 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. | Медицинский работник  | ежегодно  | Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах  |
| 1.2 | Проведение диспансеризации учащихся школы. | Администрация школы | ежегодно | По плану |
| 1.3 | Проведение медицинского осмотра учащихся | Медсестра  | ежегодно | План медосмотров |
| 1.4 | Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья | Медицинский работник | ежегодно | План медосмотров |
| 1.5 | Обеспечение и организация профилактических прививок  учащихся. | Медсестра | ежегодно | План прививок |
| 1.6 | Анализ случаев травматизма в школе. | заместитель директора по ВР | ежегодно | Материалы отчетов |
| 1.7 | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни. | Классные руководители, заместитель директора по УВР | ежегодно | Материалы отчетов |
| 1.8 | Контроль за качеством питания и питьевым режимом. | Заместитель директора по АХР,  учителя, заместитель директора по ВР | ежедневно в течение года | Соответствие требованиям |
| 1.9 | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:* проветривание;
* освещение;
* отопление
* вентиляция
* уборка
 | Заместитель директора по АХР  | ежедневно в течение года | Соответствие требованиям |
| 1.10 | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа) | заместитель директорапо УВР | ежегодно | справка по оценке расписания |
| 1.11 | Постоянный контроль за школьной столовой. | Заместитель директора по АХР, директор школы, заместитель директора по ВР | ежедневно в течение года | Анализ проведения анкетирования |
| 2 | **Просветительское направление** |  |  |  |
| 2.1. | Организация просветительской работы с родителями (лекторий). | заместитель директора по ВР, классный руководитель | ежегодно | график проведения лектория |
| 2.2. | Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни. | заместитель директора по ВР, классный руководитель | 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, классные руководители | ежегодно | план работы |
| 2.5. | Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни» | заместители директора | ежегодно | протокол педсовет |
| 2.6. | Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др.виды работ). | заместитель директора по ВР, классный руководитель | ежегодно | план работы |
| 2.7. | Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма. | заместитель директора, медицинский работник | 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. | классные руководители, педагог-психолог | ежегодно | диагностические исследования |
| 3.2. | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности. | учителя-предметники | ежегодно | Планы уроков |
| **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. | Классные руководители, учитель физкультуры | 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. | 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 здоровье сбережению.

Декабрь:

• Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.

• Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.

• Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).

• Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Январь:

• 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».

• Проведение экскурсий на природу.

 • Презентация уроков чистоты.

Июнь:

• Международный день защиты детей.

• Всемирный день защиты окружающей среды.

• Работа по плану летних каникул.