

МОУ «Средняя общеобразовательная школа р.п. Соколовый Саратовского района
Саратовской области»

Рассмотрено

на заседании
педагогического Совета
протокол №3
от 22.02.2010г.

Согласовано

Заместитель директора
по ВР

Гуцкая Л.А. Гуцкая Л.А.

«Утверждаю»

Директор школы

Собольева А.И. Собольева А.И.



Программа «Здоровье»

р.п. Соколовый

Пояснительная записка

Проблемы здоровья населения России, в частности, здоровья подрастающего поколения, являются причиной для беспокойства, как государственных организаций, так и общества, самих граждан. Стратегические направления государственной политики в области сохранения здоровья, подрастающего поколения регламентируются федеральным и региональными законами «Об образовании», Семейным кодексом Российской Федерации, «Основами законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан», другими нормативными правовыми актами, определяющими роль родителей, школы, самих подростков в сохранении и укреплении их здоровья.

Разработана Федеральная междисциплинарная программа «Здоровье» для средних общеобразовательных учреждений (Касаткин В.Н., д.м.н)., одобренная Министерством образования РФ, Министерством здравоохранения РФ, Российской академией образования, Российской академией медицинских наук.

Перспективной формой реализации задач охраны и укрепления здоровья школьников является Федеральная целевая комплексная программа «Образование и здоровье», реализуемая в рамках нового этапа реформы образования в России. Механизмом реализации программы являются региональные целевые программы «Образование и здоровье», разрабатываемые совместно органами народного образования, здравоохранения и социальной защиты с учетом специфики региона, его потребностей, интеллектуального, финансового, информационного и кадрового потенциала.

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни составлена на основе вышеуказанных программ с учётом особенностей школы.

Формирование ценности здоровья и здорового образа жизни — необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы образовательного учреждения, включающий соответствующую здоровьесберегающую организацию всей жизни образовательного учреждения: инфраструктура, благоприятный психологический климат, рациональная организация учебного процесса, эффективная физкультурно-оздоровительная работа, рациональное питание.

Одним из компонентов формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является просветительская работа с родителями (законными представителями) привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми.

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни, а также организация всей работы по её реализации строится на основе научной обоснованности, последовательности, возрастной и социокультурной адекватности, информационной безопасности и практической целесообразности.

Цель программы: создание оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья, формирование здорового образа жизни и безопасного поведения участников образовательного процесса.

Задачи программы:

- Развивать здоровьесберегающую инфраструктуру образовательного учреждения.
- сформировать у детей представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- формировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.
- Организовать мониторинг состояния здоровья детей.

Концептуальные положения программы

Здоровье – главная жизненная ценность. Современное определение понятия «здоровье» впервые было сформулировано Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) в 1940 г. Было признано, что здоровье – это не просто отсутствие болезней, а состояние физического, психического и социального благополучия. При этом подразумевается гармоничное сочетание социального, физического, интеллектуального, эмоционального и духовного аспектов жизни. Осуществить такую деятельность способен только человек, обладающий определенным мировоззрением, уровнем развития личности, убеждениями и установками, а также всесторонними знаниями, умениями и привычками здорового образа жизни.

Валеологический подход. Трехединный принцип валеологии: формирование, сохранение и укрепление здоровья индивида на основе использования всех позитивных факторов.

Принцип здорового образа жизни – соблюдение санитарно-гигиенического режима.

Педагогизация окружающей среды: организация целесообразного здоровьесберегающего пространства.

Принцип природосообразности: учет и использование физиологических возможностей организма ребенка в соответствии с возрастным развитием, дифференцированный и индивидуальный подход к ребенку.

Разнообразие методов и средств физического воспитания.

Использование оздоровительных сил природы, закаливание.

Принцип саморегуляции; «чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные».

Реализация программы позволит:

- 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;
- Помочь детям с проблемами в развитии и ограниченными возможностями здоровья,
- Научить детей правильному поведению в трудной жизненной ситуации;
- Сформировать осознанное отношение детей и их родителей, членов педагогического коллектива к состоянию здоровья через пропаганду здорового образа жизни.

Базовая модель организации работы МОУ «СОШ р.п. Соколовый» по формированию школьников культуры здорового и безопасного образа жизни

1. Администрация школы (создание здоровьесберегающей инфраструктуры, рациональная организация учебной и внеучебной деятельности)
2. Социально-психологическая служба (просветительская работа, коррекционно-развивающая, консультативная с детьми, родителями, педагогами, мониторинг)
3. Завуч по ВР, учителя физической культуры (физкультурно-оздоровительная работа)
4. Классный руководитель, учитель нач.кл (реализация образовательных программ, мониторинг)
5. Родительская общественность (проведение совместных мероприятий)
6. Другие внешкольные службы: мед.работники, работники милиции.

Система работы включает в себя пять взаимосвязанных блоков.

1 блок *Рациональная организация учебного процесса*

Направления:

- Соблюдение СанПиН к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки учащихся.
- Использование методов и технологий обучения адекватных возрастным возможностям и индивидуальным особенностям учащихся.
- Обоснованное введение инноваций в учебный процесс.
- Рациональное и соответствующее требованиям преподавание физической культуры и занятия активно-двигательного режима.
- Индивидуализация обучения.
- Соблюдение всех требований к использованию технических средств в обучении.

- Рациональная организация школьного питания.

2 блок Организация физкультурно-оздоровительной работы

Направления:

- Полноценная и эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (на уроках физической культуры, в секциях).

- Организация занятий по ЛФК.

- Организация часа активных движений (динамической паузы) между 3 и 4 уроками в начальной школе.

- Организация динамических, физкультурных пауз на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности.

- Создание условий и организация работы спортивных секций.

- Регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, походов, дней здоровья и т.д.).

3 блок Профилактическая и просветительно-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни

Направления:

- Включение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

- Лекции (лектории), беседы, классные часы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек.

- Проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и т.д.

- Использование рекомендованных и утвержденных методов профилактики заболеваний, не требующих постоянного наблюдения врача (витамизация, профилактика нарушений осанки, профилактика нарушений зрения и т.д.).

- Привлечение медицинских работников к реализации всех компонентов работы по сохранению и укреплению здоровья школьников, просвещению педагогов и родителей.

4 блок Организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями

Направления:

- Лекции и семинары, консультации по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов положительно и отрицательно влияющих на здоровье.

- Приобретение необходимой научно-методической литературы.

- Привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек.

-Практикумы, обучающие педагогов методам саморегуляции.

5 блок Динамическое наблюдение за состоянием здоровья, мониторинг здоровья

Направления:

-Отбор критериев показателей здоровья.

-Регулярный анализ и обсуждение на педагогических советах данных о состоянии здоровья школьников, доступность сведений для каждого педагога.

-Внесение данных углубленного диспансерного обследования учащихся в педагогические карты, находящиеся в школе.

-Регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья и их обсуждение с педагогами, родителями.

-Введение карты здоровья класса (школы), что позволит увидеть рост заболеваемости, проанализировать причины, принять необходимые меры.

-Создание системы комплексной педагогической, психологической и социальной помощи детям со школьными проблемами.

План мероприятий программы

Направления	Мероприятия	Срок реализации	Ответственный
Соблюдение СанПиН к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки учащихся .	1.Составление расписания уроков 2.Расписание кружков, секций	Сентябрь	Зам.дир по УВР
Использование методов и технологий обучения, адекватных возрастным возможностям и индивидуальным особенностям учащихся.	Посещение уроков администрацией, психологом	В течение года	Администрация
Рациональное и соответствующее требованиям преподавание физической культуры и занятий активно- двигательного режима.	1.Введение третьего часа физической культуры: лечебная физкультура 2. Динамические паузы (большие перемены) 3. Физминутки на уроках		Администрация учитель
Соблюдение всех требований к использованию технических средств в обучении.	1. Использование интерактивной доски 2. Телевизора		Учитель
Организация школьного питания.	1.Горячие завтраки	в течение года	Директор, классный

	горячие обеды 2. Реализация проекта «Школьное молоко»		руководитель
Организация медицинского осмотра	Плановый мед.осмотр	2 раза в год	Врач
Работа спортивных секций для учащихся	Секция «Туризм» «Футбол» «Гимнастика» и т.д	по расписанию	Завуч по ВР, руководитель секции
Спортивно-оздоровительные мероприятия	1. День здоровья 2. Соревнования, игры: «папа, мама, я – спортивная семья» 3. Спортивный праздник	1 раз в четверть по плану кл. рук.	Завуч по ВР Учитель физкультуры Классный руководитель
Реализация программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.	1. Учебный курс «Основы здорового образа жизни» 2. «Разговор о правильном питании» в 1-6 кл «Обучение жизненно-важным навыкам» -7-9 кл «Полезная прививка» 10-11 кл.	В течение года по уч-тем плану По плану воспитательной работы 1-2 четверть 1 класс	Учитель Классный руководитель Педагог-психолог
Лекции (лектории), беседы, классные часы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек.	1. Психологическое сопровождение адаптации первоклассников, пятиклассников, 10-ти классников, предпрофильной подготовки и профильного обучения. 2. Система работы по профилактике правонарушений и	В течение года по плану работу педагога-психолога В течение года по плану работы ответственного	Зам. дир по ВР Педагог-психолог

	преступлений в школе.	за профилактику правонарушений и преступлений	
Просвещение родителей. Лекторий для родителей	1. По плану общешкольного лектория	В течение года	Зам.дир по ВР педагог-психолог
Просвещение педагогов	1.Диагностика СЭВ <u>2. Психологический семинар- тренинг</u> «Профилактика эмоционального выгорания учителя. Развитие эмоциональной устойчивости педагога» 3. Психолого-педагогический семинар «Одарённые дети»	ноябрь, март	Педагог-психолог Педагог-психолог Педагог-психолог
1. Отбор критериев показателей здоровья. 2. Составление плана проведения мониторинга 3. Проведение диагностики	сентябрь октябрь декабрь, май	Учитель, педагог-психолог, врач	
4. Анализ и обсуждение на совещании, педагогическом совете данных о состоянии здоровья школьников,	январь, май	Завуч по УВР	
5.Внесение данных углубленного диспансерного обследования учащихся в педагогические карты, находящиеся в школе.	В течение года	Школьная медсестра	
6.Ведение карты здоровья класса	В течение года	Классный рук.	
7.Оказание комплексной педагогической, психологической и социальной помощи детям со школьными проблемами	В течение года	Педагог-психолог, учитель, администрация	

