

Принято  
на заседании  
педагогического совета  
\_\_\_\_\_ 2012 года  
Протокол № \_\_\_\_\_

Утверждаю  
Директор ГБОУ СОШ № 11  
\_\_\_\_\_ Лозовская О.А.  
приказ \_\_\_\_\_

**ПРОГРАММА**  
деятельности  
ГБОУ СОШ № 11 г. Кинеля по  
укреплению и сохранению  
здоровья учащихся  
«Твое здоровье»  
на 2012 – 2016 гг.

## **АКТУАЛЬНОСТЬ:**

По данным Минздрава России, в стране лишь 14% здоровых детей, 35% больных и 51% с различными отклонениями в здоровье. Ученые полагают, что многие факторы риска, создающие психоэмоциональное напряжение, обусловлены технократическим развитием нашего государства, когда все внимание уделено развитию техники, а человек остается без необходимой защиты. Факты говорят о том, что в стране наблюдается тенденция физической деградации подрастающего поколения. Подростки в наше время по мышечной силе и выносливости на 10-18% уступают своим сверстникам 60-х годов XX века. Акселерация заменяется деселерацией, отставанием психофизического развития организма от паспортного возраста. Болезненность детей возрастает во всех возрастных группах, а на протяжении обучения в школе здоровье учащихся ухудшается в 3-4 раза. При этом регулярными занятиями спортом охвачено не более 10% молодежи. Поскольку специалисты показали, что одной из причин физической деградации подрастающего поколения, ухудшения его здоровья является хронический дефицит двигательной активности, для решения задачи формирования здорового образа жизни обучающихся, воспитанников администрацией Учреждения было предложено создать комплексную спортивно-оздоровительную программу. Программа «Твоё здоровье» разработана педколлективом ГБОУ СОШ № 11 г. Кинеля. В Программе отражены цели, задачи, мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья обучающихся, воспитанников и формирование у них здорового образа жизни, а также средства и механизмы, обеспечивающие их практическую реализацию.

## **ПРЕДМЕТ ИЗУЧЕНИЯ:**

Здоровье обучающихся, воспитанников и факторы, вызывающие нарушения состояния здоровья.

## **ЦЕЛЬ:**

обеспечение приоритета здоровья обучающихся, воспитанников в деятельности образовательного Учреждения, создание здоровьесберегающего пространства школы, формирование культуры здоровья учащихся, устойчивых навыков здорового образа жизни.

## **ЗАДАЧИ:**

- Изучить и проанализировать состояние здоровья обучающихся, воспитанников, отношение к вредным привычкам, выявить тенденции, приводящие к падению уровня культуры здоровья обучающихся, воспитанников;
- Организовать работу по профилактике вредных привычек через разъяснение последствий воздействия их на организм человека;
- Вести пропаганду ценности здорового образа жизни через систему организационно-теоретических и практических занятий в родительском лектории, совместных спортивно-оздоровительных мероприятий;
- Внедрять в воспитательный процесс инновационные программы, направленные на охрану и укрепление здоровья детей и подростков;
- Организация летней оздоровительной работы с детьми и подростками;
- Оказание психолого-педагогической помощи в процессе социализации подростка.

## **СРОКИ РАБОТЫ НАД ПРОГРАММОЙ:**

### **1 этап: подготовительный (1 год)**

- анализ уровня заболеваемости, динамика формирования отношения к вредным привычкам;
- изучения новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрения;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

### **2 этап: апробационный (3 года)**

- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде здорового образа жизни;
- выполнение оздоровительных мероприятий.

### **3 этап: контрольный (2 года)**

- сбор и анализ результатов выполнения программы;
- коррекция деятельности.

## **КОНЦЕПЦИЯ ПРОГРАММЫ:**

В настоящей концепции понятие «здоровье» определяется не только как отсутствие болезней и физических дефектов, а как состояние физического, душевного и социального благополучия человека. Являясь целостным социально-психологическим явлением, здоровье обучающихся, воспитанников представляет набор критерий качества современного образования. Подготовить обучающихся, воспитанников к самостоятельной жизни - это значит сформировать у него адекватные механизмы физиологической, психологической, социальной адаптации к окружающей действительности, готовность к самостоятельному позитивному жизнепрживанию. Деятельность по созданию условий для сохранения здоровья обучающихся, воспитанников в обязательном порядке должна учитывать те факторы, которые влияют на здоровье ребенка: и экологические, и социальные, и санитарно-гигиенические. Однако Учреждение не в силах заменить медицинские учреждения и вылечить заболевание. Учреждение лишь может создать условия для профилактики новых заболеваний и сохранению здоровья, может содействовать формированию потребности в здоровом образе жизни, может научить обучающихся, воспитанников защищать свою жизнь и сохранять здоровье. Необходимо сформировать у обучающихся, воспитанников устойчивые мировоззренческие представления об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни как необходимом условии реализации личностных устремлений. Поэтому процесс формирования здоровья невозможен без целостной системы воспитания. Настоящая программа предполагает дальнейшие действия по созданию условий для сохранения здоровья обучающихся, воспитанников, формированию у них потребности в здоровом образе жизни.

## **НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:**

**Медицинское** - предполагает обеспечение гигиенических условий образовательного процесса и реабилитационную работу. Под гигиеническими понимается соблюдение внешних условий организации учебного процесса: составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований, проведение физминуток, организация питания обучающихся, воспитанников. Реабилитационная работа - обязательное медицинское обследование (*АСПОН*), мероприятия по очистке воды, формирование здоровья обучающихся, воспитанников немедикаментозными средствами.

**Просветительское** - предполагает организацию деятельности по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании, пропаганда здорового образа жизни. Особое место отводится работе с родителями ибо прежде всего в семьях формируется правильный или неправильный образ жизни закладываются основы мировоззрения. Просветительская работа должна сочетать в себе как традиционные, так и современные интерактивные приемы воздействия на обучающихся, воспитанников и их родителей.

**Психолого-педагогическое** - предполагает, прежде всего, использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности, а также предупреждение проблем развития ребенка, обеспечение адаптации на разных этапах обучения, развитие познавательной и учебной мотивации, формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля.

**Спортивно - оздоровительное** - предполагает организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение обучающихся, воспитанников к здоровому досугу.

## **ПРИНЦИПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ:**

- Принцип актуальности призван обеспечивать обучающихся, воспитанников важной и своевременной гигиенической информацией.
- Принцип научности предусматривает осуществление теоретической и практической деятельности на основе научно обоснованных данных.
- Принцип доступности предполагает соответствие содержания, методов, форм, средств воспитания и обучения социально-культурному уровню обучающихся, воспитанников.
- Принцип положительного ориентирования предполагает формирование типов поведения и стилей жизни, ориентированных на положительные эталонные образцы, одобряемые в обществе.
- Принцип единства теории и практики предполагает возможность использования полученных обучающимися, воспитанников знаний на практике.

- Принцип активного обучения способствует устойчивому закреплению знаний и навыков здорового образа жизни.
- Принцип единства обучения и воспитания предусматривает усвоение обучающимися не только содержание информации, но и приемов ее обработки, отношения к ней, способов ее использования.
- Принцип дифференцированного подхода предусматривает учет характерных особенностей группы обучающихся, воспитанников.
- Принцип индивидуального подхода предусматривает учет индивидуальных особенностей человека.
- Принцип иллюстративности предусматривает сочетание изложения гигиенической информации теоретического характера с примерами и демонстрациями, конкретизирующими ее применение на практике.
- Принцип последовательности предусматривает выделение основных этапов и их логическую преемственность в процессе его осуществления
- Принцип системности предусматривает постоянный, регулярный характер его осуществления, что позволяет дать знания, имеющие отношение к здоровью, в виде целостной системы
- Принцип стимулирования сознательности и активности направлен на повышение активности педагогов и обучающихся, воспитанников в вопросах здоровья.

### **1.Здоровьесберегающая инфраструктура**

<b>№</b>	<b>направления</b>	<b>сроки</b>	<b>ответственные</b>
1.	Состояние и содержание зданий и помещений Учреждения в соответствии с гигиеническими нормативами.	в т. г.	директор, начальник СП ДОД, заведующие СП, зам. по АХЧ
2.	Оснащенность кабинетов, спортивного зала, спортплощадки необходимым оборудованием и инвентарем.	в т.г.	директор зам. по АХЧ
3.	Наличие и необходимое оснащение медицинского кабинета и школьной столовой, столовой детских садов.	в т.г.	директор заведующие СП, зам. по АХЧ
4.	Организация качественного горячего питания и достижение 100 % охвата	в т. г.	директор зам. по АХЧ

5.	Необходимый и квалифицированный состав специалистов, обеспечивающих работу с обучающимися, воспитанников /мед.работники, логопед, психологи, учителя физкультуры/.	в т. г.	директор зам. по УВР
6.	Своевременное прохождение медосмотров сотрудниками Учреждения и диспансеризации обучающихся.	в т.г.	директор, медработник

## 2. Рациональная организация образовательного процесса

№	направления	сроки	ответственные
1.	Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки обучающихся, воспитанников на всех этапах обучения.	в т. г.	директор, начальник СП ДОД, заведующие СП
2.	Составление рационального расписания занятий, непосредственно образовательной деятельности.	в т. г.	заместитель директора по УВР
3.	Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся, воспитанников.	в.т.г.	зам. по УВР, старший воспитатель, учителя- предметники
4.	Введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов.	в т. г.	Админист.
5.	Строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств в обучении.	в т. г.	зам. по УВР учителя- предметники
6.	Рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера в начальной школе	в т. г.	зам. по УВР учителя физкультуры
7.	Индивидуализация обучения, работа по индивидуальным программам в старших классах	в т. г.	зам. по УВР учителя- предметники
8.	Организация и проведение дней ДРК - «Адаптация обучающихся 1-х, 5-х классов» - «Организация горячего питания в школе» - «Режим дня» - «Здоровье школьника в режиме дня»	сентябрь ноябрь февраль апрель	зам. по УВР, зам. по АХЧ, психолог
9.	Развитие проектной деятельности по курсам ОБЖ, физической культуре	в т.г.	Зам. по УВР
10.	Совещание МО "Нормализация учебной нагрузки, режим дня"	декабрь	рук. МО, зам.директора по УВР

### 3. Организация физкультурно - оздоровительной работы

№	направления	сроки	ответственные
1.	Полноценная и эффективная работа с обучающимися, воспитанниками всех групп здоровья /на уроках физкультуры, в секциях, кружках/, в том числе организация занятий с обучающимися, воспитанников, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе /СМГ/	в т. г.	учителя физкультуры, инструкторы по физической культуре
2.	Диагностика состояния здоровья обучающихся, воспитанников. Мониторинг физического состояния обучающихся, воспитанников.	2 раз в год	кл.руководители, зам.по ВР, медсестры СП
3.	Оздоровительный лагерь	июнь, июль	начальник лагеря
4.	Витаминоизация питания в СО и д/с	зима, весна	медсестры СП, медработник
5.	Создание условий и организация работы спортивных секций; достижение охвата занятости учащихся на базе школы не менее 40 %	в т. г.	зам.по ВР
6.	Регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий/дней здоровья, соревнований, олимпиад, походов и т.п/	в т. г.	зам. по ВР, учителя физкультуры, инструкторы по физической культуре
7.	Организация и проведение утренней зарядки на всех ступенях Учреждения	в.т.г.	Инструкторы по физической культуре, учителя-предметники

### 4. Просветительско - воспитательная работа с учащимися

№	направления	сроки	ответственные
1.	Реализация программы «Разговор о правильном питании»	в т. г.	зам по ВР, классные руководители, воспитатели, педагоги доп.образования
2.	Включение в систему работы Учреждения образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни: «Разговор о правильном питании», «Антиспид», «Свежий ветер», «Здоровье», Азбука здоровья, Программа по изучению правил пожарной безопасности	в т. г.	зам по ВР, классные руководители, воспитатели

3.	Лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек	в т. г.	классные руководители, воспитатели, педагоги доп.образования, медработники
4.	Проведение тренингов: -по снятию агрессивности; -по развитию коммуникативных умений; -по формированию волевой и эмоциональной сферы	в т.г.	психологи, педагоги доп. образования
5.	Коррекционная работа с детьми с девиантным поведением: -индивидуальные беседы -тренинги -анкетирование	в т.г.	психологи, педагоги доп. образования
6.	Проведение «Дней здоровья», тематических конкурсов, спортивных праздников	в т. г.	зам.по ВР учителя физкультуры, инструкторы по физической культуре
7.	Беседа медработника: "Профилактика и коррекция нарушения зрения".	декабрь	медработник
8.	Беседа медработника: "Профилактика и коррекция нарушения осанки".	сентябрь	медработник
9.	Профессиональная ориентация обучающихся в соответствии с их способностями и запросами.	в т.г.	зам. по ВР, кл.руководители, педагоги доп. образования



## 5. Организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями

№	направления	сроки	ответственные
1.	Лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье	в т.г.	психологи, медработник и, логопеды
2.	Совещание при директоре: "Состояние спортивно-оздоровительной работы в Учреждении"	ноябрь	зам. по ВР, медработник, учителя физкультуры
3.	Привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению спортивных соревнований, Дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.	в т.г.	зам. по ВР, кл.руководит ели, воспитатели, педагоги доп. образования
4.	Родительское собрание: "Воспитание ЗОЖ"	1 раз в год	директор, зам. по ВР, заведующие, начальник СП ДОД

## 6. Контроль выполнения программы

№ п/п	Форма контроля	сроки	ответственные
1.	Готовность Учреждения к новому учебному году	август	директор  начальник СП ДОД  заведующие
2.	Наличие в планах воспитательной работы педагогов мероприятий по здоровьесбережению	сентябрь	зам. по ВР  старший воспитатель  методист
3.	Соответствие	сентябрь	Зам. по УВР

	расписания занятий, непосредственно образовательной деятельности СанПиН		старший воспитатель
4.	Анализ уровня показателей состояния здоровья обучающихся, воспитанников	два раза в год	медработник Зам. по ВР
5.	Итоги работы по вовлечению обучающихся, воспитанников в спортивно-оздоровительные секции	октябрь	Зам. по ВР старший воспитатель методист
6.	Итоги работы по охвату детей «группы риска» дополнительным образованием	ноябрь	начальник СП ДОД социальный педагог старший воспитатель
7.	Состояние спортивно – оздоровительной работы в Учреждении	два раза в год	зам. по ВР методист старший воспитатель
8.	Итоги работы с родителями по формированию здорового образа жизни у обучающихся, воспитанников	апрель	зам. по ВР методист старший воспитатель
9.	Организация работы	август	начальник лагеря

	Учреждения в летний оздоровительный период		начальник СП ДОД заведующие
10.	Анализ воспитательной работы по здоровьесбережению	июнь	зам. по ВР методист старший воспитатель
11.	Анализ санитарно-гигиенического состояния Учреждения	в течение года	зам. по АХЧ завхоз зам. по ВР
12.	Анализ соблюдения светового и теплового режима	в течение года	зам. по АХЧ завхоз зам. по ВР
13.	Соблюдение охраны труда и правил техники безопасности	в течение года	ответственный по охране труда
14.	Контроль за использованием педагогами здоровьесберегающих технологий	В течении года	зам. по ВР методист старший воспитатель

### **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

1. Повышение уровня физической подготовленности у обучающихся, воспитанников.
2. Улучшение психологического фона.
3. Снижение уровня заболеваемости обучающихся, воспитанников.