

«Утверждаю».
Директор школы.
/_____/ДегтяреваЛ.В
Приказ № 37/2
от « 04 » сентября 2019г

МКОУ Копаньянская ООШ

Программа

"Здоровье"

на 2019-2023 гг.

Основания для разработки программы:

Закон «об образовании»;

Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2006-2015 гг.», утвержденная Постановлением Правительства РФ от 11 января 2006 г.

Период реализации программы: 2019-2023 гг.

Пояснительная записка.

Самое ценное, что есть у человека, - это жизнь, а самое ценное в его жизни – здоровье, за которое бороться всеми силами становится не только актуально, но и экономически необходимо. Невежество в вопросах здорового образа жизни будет дорого обходиться тем, кто своевременно не позаботится о своем здоровье, здоровье своих детей и близких.

Занятия физическими упражнениями, многостороннее воздействие которых по своей силе превышает эффективность других средств оздоровления, - это наиболее рациональный способ подготовить себя к работе разного характера: к освоению будущей профессии, к учебе в учреждении профессионального образования, к занятиям любимым делом.

Особенностью подбора средств на занятиях физическими упражнениями является насыщенность конкретным материалом, который позволяет влиять на те системы организма, которые в большей степени ослаблены у учащихся. Навыки, приобретенные на занятиях, дают возможность занимающимся самостоятельно подбирать и использовать необходимые оздоровительные и восстановительные упражнения.

Программа «Здоровье» объединяет и согласовывает работу педагогического коллектива по формированию здорового образа жизни учащихся, их родителей и учителей, что выходит за рамки только физического воспитания. Она охватывает многие вопросы специальной подготовки, санитарии, гигиены, закаливания, борьбы с вредными привычками, досуга. Значительную роль в реализации программы играет семья ребенка, его родители, находящиеся в тесном контакте со школой.

Сегодня роль семьи в укреплении здоровья детей должна неуклонно возрастать. Ежедневная утренняя гимнастика, процедуры закаливания, соблюдение двигательного режима дня, игры на свежем воздухе, прогулки станут для детей необходимостью, если рядом с ними будут родители, своим примером показывающие ценность здоровья и значимость здорового образа жизни. В каждом доме, где растет ребенок, должен быть спортивный инвентарь: санки, лыжи, мяч и т.д.

Родители должны достаточное внимание уделять закаливанию детей. Целенаправленное использование воздуха, воды и лучистой энергии солнца позволяет закалять организм, повысить его сопротивляемость к неблагоприятным воздействиям внешней среды.

Многочисленные исследования показывают, что за годы обучения в школе возрастает количество детей, имеющих нарушения зрения и осанки, приобретающих заболевания органов пищеварения и расстройство центральной нервной системы, что влияет как на качество освоения ими учебного материала, так и на социализацию школьников. Различные неблагоприятные социальные процессы ведут к возрастанию и распространению среди подростков алкоголизма и наркомании. Среди проблем, которые оказывают негативное влияние на состояние здоровья школьников, выделяются:

- ухудшение социального положения семей в микросоциуме;
- необеспеченность детей полноценным питанием;
- достаточно высокий процент неблагополучных семей, уделяющих недостаточное внимание проблемам воспитания и развития своих детей;
- высокий уровень безработицы;
- недостаточный уровень общей культуры в микросоциуме лица.

Оздоровление общества в широком понимании немыслимо без признания человеком с самого раннего возраста стандартов здоровья как жизненно необходимых ценностей. Здоровье является признаком культуры. Оно дает здоровому человеку значительно больше возможностей для реализации себя во всех сферах деятельности.

Таким образом, программа «Здоровье», носящая комплексный характер, может и должна объединять усилия педагогов, администрации школы, медиков, самих учеников в деле поддержания здорового образа жизни и физического развития детей.

Цели и задачи программы:

Цель – формирование и развитие здоровьесберегающей среды, в которой школьник ведет здоровый образ жизни.

Здоровьесберегающая среда в школе предоставляет каждому ученику реальную возможность получить полноценное образование, адекватное его способностям, склонностям, возможностям, потребностям и интересам.

Основными задачами на пути достижения указанной выше цели являются:

В работе с учащимися:

1. Формировать личность школьника, способную самостоятельно развивать себя духовно и физически в течение всей жизни:

- обучать жизненно важным умениям и навыкам;
- развивать двигательные качества;
- обеспечивать получение знаний в области физической культуры и спорта;
- формировать умения контролировать и корректировать изменения своего физического состояния.

2. Придать занятиям физическими упражнениями оздоровительно-профилактическую направленность для разных категорий учащихся:

- школьников с ослабленным здоровьем, с отставанием в физическом развитии;

- учащихся, освобожденных от уроков физической культуры;
- учеников специальной медицинской группы.

В работе с педагогическим коллективом:

1. Морально и материально стимулировать учителей, которые успешно организуют физкультурно-оздоровительную работу с учащимися и сами ведут здоровый образ жизни. Организуя и оценивая работу преподавателя физической культуры, особое внимание уделить:

- эффективности уроков физической культуры ;
- охвату учащихся внеклассной и внешкольной массово-оздоровительной работой;
- педагогической активности учителя (участием в заседаниях педсовета школы и т.д.).

2. Организовывать в течение года серию профессиональных занятий (семинары, конференции, круглые столы и т.д.) по теме «Физическая культура учителя как часть его общепедагогической культуры». Привлечь к организации этих занятий специалистов в области медицины.

3. Систематически проводить консультации для учителей по вопросам здорового образа жизни и физического воспитания детей. Включить такие консультации в совещания методических объединений.

В работе с родителями:

Достичь тесного сотрудничества педагогического коллектива, учеников и родителей в организации здорового образа жизни детей путем:

- демонстрации личного примера родителей и учителей в пропаганде здорового образа жизни;
- выполнения домашних заданий по физической культуре для учеников с низким уровнем физического развития;
- проведение совместных занятий детей и родителей, участия в играх на воздухе, походах, спортивных соревнованиях, организуемых в школе;
- организации выступлений учителя физической культуры на родительских собраниях с тематическими сообщениями: «Если хочешь быть здоров...», «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу» и др.
- приглашения родителей на уроки физической культуры, оздоровительные мероприятия и соревнования;
- активного использования возможностей школьных информационных ресурсов: сайта, стендов; написания информационных материалов и статей, посвященных укреплению здоровья и пропаганде здорового образа жизни.

Формы работы, используемые при реализации программы «Здоровье».

В процессе реализации программы «Здоровье» используются следующие формы физкультурно-оздоровительной и спортивно –массовой работы:

- урок физической культуры;

- мероприятия в режиме учебного дня школы (физкультурные минутки во время уроков, утренняя физзарядка, подвижные игры на переменах);
- спортивные праздники;
- соревнования по различным видам спорта;
- туристические походы, экскурсии;
- «Дни здоровья»;
- спортивные викторины;
- устные журналы спортивной направленности;
- теоретические занятия, беседы, семинары;
- тестирование уровня физического развития и двигательных качеств учащихся.

Медицинское обеспечение программы «Здоровье»:

С первого класса на каждого учащегося школы заводится личная медицинская карта, в которую при каждом медицинском осмотре вносятся все показатели состояния здоровья. Медицинская карта позволяет проследить, как развивается и взрослеет ученик, какие и когда у него появились отклонения в здоровье.

Медицинское обеспечение включает:

- распределение по группам;
- помощь фельдшера Копанянского ФАПа в организации занятий с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе;
- составление списков учащихся, освобожденных от занятий физической культурой;
- беседы фельдшера с учащимися о личной гигиене и вредных привычках;
- профилактические прививки учителей и учащихся;
- заполнение паспортов здоровья классов;
- диспансеризацию педагогического коллектива школы.

Ожидаемые конечные результаты Программы:

Реализация мероприятий программы позволит:

- сохранить и укрепить здоровье учащихся;
- создать условия для снижения уровня нервно-психических и сердечно-сосудистых расстройств, 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.

Направления деятельности школы по сохранению и укреплению здоровья

№п/п	Мероприятия	Сроки исполнения	Ответственные
Организационная работа по формированию здоровьесберегающей образовательной среды			
1	Утверждение программы на совещании при директоре.	Сентябрь	Администрация школы
2	Организация ежегодных углубленных медицинских осмотров детей.	Ежегодно	Администрация школы, медицинские работники
3	Организация проведения занятий с детьми, имеющими отклонение в состоянии здоровья.	Постоянно	Администрация школы, учитель физической культуры
4	Организация спортивных секций.	Постоянно	Администрация школы, учитель физической культуры
5	Регулярно проводить инструктажи со всеми категориями работников образовательного учреждения по основным инструкциям охраны жизни и укрепления здоровья детей.	В течение года	Администрация школы
6	Обеспечить медико-педагогический контроль за проведением противоэпидемических мероприятий, за санитарно-гигиеническими условиями; за всеми направлениями физического воспитания детей.	В течение года	Администрация школы
7	Организовывать работу медицинского лектория для родителей и учащихся школы с целью пропаганды здорового образа жизни.	В течение года	Администрация школы, медицинские работники
8	Обеспечить контроль за нормой нагрузки учащихся учебными занятиями, наличием в школе благоприятного психологического климата, способствующего предотвращению	В течение года	Администрация школы

	расстройств у детей.		
9	Проводить профилактику детского дорожно-транспортного травматизма.	В течение года	Классные руководители
10	Планировать оздоровительные мероприятия для школьников в каникулярное время	Ежегодно	Администрация школы, классные руководители
11	Маркировка мебели	Сентябрь	Зав.кабинетами
Создание оптимальных условий для здоровья учащихся в процессе воспитательной и учебной деятельности.			
1	Обеспечить использование всех форм и средств физического воспитания, достаточную двигательную активность детей в режиме дня образовательного учреждения.	Постоянно	Администрация школы
2	Включать в различные виды занятий элементы физических упражнений, физкультминутки.	Постоянно	Учителя школы
3	Составлять школьное расписание уроков и внеурочных мероприятий с учетом гигиенических рекомендаций.	Постоянно	Администрация школы
4	Осуществлять дифференцированный подход к слабоуспевающим детям, особенно часто болеющим: организация щадящего режима дня после болезни с постепенным нарастанием классной и внеклассной работы.	Постоянно	Учителя школы
5	В целях повышения иммунитета принять меры к проведению профилактики гриппа и ОРВИ: организовать ежедневную С-витаминизацию блюд, использовать нетрадиционные методы неспецифической профилактики заболеваний – употребление отваров, приготовленных из шиповника и других лекарственных трав.	В течение года	Администрация школы, медицинские работники
6	Обеспечить организацию рационального питания школьников с учетом возрастных норм .	Постоянно	Администрация школы
7	Вести пропаганду здорового образа жизни.	Постоянно	Учителя школы
Комплексные мероприятия, направленные на охрану жизни и укрепление здоровья.			
1	Уроки физической культуры, спортивные секции.	В соответствии	Администрация школы

		с расписанием	
2	Подвижные игры, физические упражнения, физкультминутки.	ежедневно	Учителя школы
3	Спортивные праздники	1 раз в месяц	Учитель физической культуры
4	Дни здоровья	1 раз в 2 месяца	Учитель физической культуры
5	Плановая работа санитарных постов (комиссии): рейды по учебным кабинетам; контроль за соблюдением личной гигиены учащихся: мытье рук, наличие индивидуальных салфеток; контроль за соблюдением режима проветривания классных кабинетов; контроль за работой пищеблока (ведение бракиражного журнала).	Ежедневно	Старший дежурный Члены бракиражной комиссии

Информационно-аналитическая деятельность, ориентированная на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса

1	Аналитическая деятельность, включающая в себя : <ul style="list-style-type: none"> • организацию социологических исследований, опросов, анкетирования учащихся, родителей, учителей; • анализ способов и форм доведения информации до родителей; • анализ качества педагогических условий, обеспечивающих сохранение и укрепление психологического здоровья школьников 	В течение года	Администрация школы
---	---	----------------	---------------------

Развитие материально-технической базы с целью создания условий для сохранения здоровья учащихся

1	Дооборудование спортзала	Ежегодно	Директор школы
2	Обеспечение руководителей методических объединений учебно-методической литературой по проблеме сохранения здоровья школьников	В течение года	Библиотекарь
3	Приобретение лекарственных препаратов для	В течение	Директор школы

	витаминизации.	года	
Работа с родителями			
1	Консультация родителей по вопросам охраны здоровья детей	Постоянно	Социальный педагог, классные руководители
2	Встречи родительской общественности со специалистами Ольховатской ЦРБ	В течение года	Администрация школы
3	Валеологическое просвещение родителей по темам «Сотрудничество школы и медицинских учреждений в решении проблемы реабилитации здоровья учащихся»; «Мотивация ведения здорового образа жизни : предупреждение внутрисемейного вовлечения детей в ранний алкоголизм»; «Физиологические нормы и критерии здоровья школьников»; «Режим дня школьника: возрастные особенности».	По отдельному плану	Социальный педагог, классные руководители
4	Проведение классных родительских собраний по актуализации ценности здоровья.	Два раза в год	Классные руководители

Координация и контроль реализации программы «Здоровье».

Контроль за ходом реализации программы осуществляет администрация школы.

Администрация :

- анализирует ход выполнения плана действий по реализации программы, вносит предложения по его коррекции;
- осуществляет организационное, информационное и методическое обеспечение реализации программы;
- координирует взаимодействие заинтересованных общественных организаций по развитию системы оздоровления детей и подростков.