

**муниципальное казенное общеобразовательное  
учреждение Краснозерского района Новосибирской области  
Петропавловская основная общеобразовательная школа**

**Принята**  
**Советом учреждения**  
Протокол от 29.08.2016. №14

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор школы:  
Н.Н. Верба  
Приказ от 30.08.2016. №18/4



**Программа**  
**«Школа – территория здоровья»**

Срок реализации: 2016 – 2020 г

**Ответственный:**  
учитель начальных классов Гербер Н.В.

с. Петропавловка - 2016 г.

*Здоровье – не всё, но всё  
без здоровья – ничто.  
Сократ.*

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Нормативно-правовая база программы «Школа – территория здоровья» основана на:

1. Конвенции ООН о Правах Ребенка;
2. Конституции Российской Федерации;
3. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации"
4. Национальной Доктрине образования Российской Федерации;

Программа «Школа – территория здоровья» - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья, как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы.

Одна из основных проблем в образовании – это проблема сохранения здоровья детей, перешагнувших двери школы. Чтобы ребенок рос умным и рассудительным, надо научить его быть здоровым. Современная школа призвана давать ребенку, как знания, так и гарантировать сохранение его здоровья. Достижение этой непростой цели станет возможным только через создание принципиально нового образа мышления детей на разных ступенях воспитания, через привитие детям мотива сохранения собственного здоровья. Важным в этом процессе является желание родителей и учителей на сохранение здоровья детей и собственного здоровья.

Здоровье детей и подростков является одним из важных показателей, определяющих потенциал страны, а также одной из характеристик национальной безопасности. Вот почему так важно учить ребенка сохранять свое здоровье и заботиться о здоровье окружающих, учить безопасным для здоровья формам поведения и гармоничному сосуществованию с самим собой и природой.

**Цель:** сохранение и укрепление здоровья обучающихся школы при рациональной организации образовательного процесса в соответствии с возрастными особенностями детей.

**Задачи:**

- ✓ создавать комплекс мер по сохранению и коррекции здоровья учащихся школы;
- ✓ осуществлять переход от традиционных форм обучения к здоровьесберегающим технологиям;
- ✓ проводить мониторинг здоровья учащихся;
- ✓ формировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- ✓ учить учащихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;

- ✓ учить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- ✓ формировать 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.)
- ✓ учить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- ✓ формировать негативное отношение к наркотическим зависимостям: курению, употреблению алкоголя и другим наркотикам;
- ✓ дать представление о причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и 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;
- ✓ формировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- ✓ формировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

#### Сроки и этапы реализации программы:

Этапы и сроки реализации	Цель этапа
Этап Диагностический. 2016-2017гг.	Социологическое исследование учащихся школы, выявление и определение реального состояния здоровья школьников. Создание личной карты мониторинга здоровья учащегося. Выявление особо важных факторов влияющих на здоровье.
Этап Коррекционный. 2017-2018 г.	Разработка программы по формированию в школе здоровьесберегающего образовательного пространства, способствующего воспитанию культуры здоровья учащихся и потребности в здоровом образе жизни.
Этап Практический. 2018-2020 гг.	Формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, развитие важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации; воспитание негативного отношения к употреблению алкоголя, табака и других психоактивных веществ; формирование адекватных способов поведения в различных жизненных ситуациях; вовлечение родителей в организацию сохранения и улучшения здоровья детей в условиях образовательного процесса.
Этап Итоговый 2020 г.	Анализ эффективности работы программы. Сравнительный анализ состояния здоровья учащихся.

## **Пути реализации программы «Школа - территория здоровья»**

### **I. Учебно- и воспитательно-оздоровительный путь.**

1. Организация учебно-воспитательного процесса с использованием здоровьесберегающих технологий.
2. Реализация программы курса ОБЖ со 2 по 9 класс.
3. Реализация программы Валеология. 2-4 класс.
3. Выполнение санитарно-эпидемиологических правил и норм при осуществлении образовательного процесса. СанПиН 2.4.5.2409-08
4. Развитие гигиенических навыков у младших школьников.
5. Формирование стремления к ЗОЖ у обучающихся.
6. Проведение мероприятий по предупреждению детского травматизма.
7. Осуществление меж предметных связей по здоровью сбережению.
8. Ведение карточки здоровья учащегося.
9. Санитарно-просветительская и практическая деятельность с привлечением медицинского работника.

### **II. Спортивно-оздоровительный**

1. Введение 3 урока физической культуры с 1 класса.
2. Составление диагностических карт уровня физической подготовленности, мониторинг.
3. Реабилитация здоровья учащихся: спортивные секции.
4. Спортивные мероприятия:
  - спортивные соревнования;
  - месячники здоровья;
  - спортивные праздники;
  - спортивные игры на свежем воздухе;
  - подвижные игры на переменах .

### **III. Лечебно-профилактический**

1. Анализ состояния здоровья по классам в динамике. Определение групп здоровья. Выявление болезней через анализ медицинских карт учащихся. Составление карты здоровья ученика и класса в целом.(рост, вес, зрение , состояния физического и психологического развития).
2. Профилактика глазных заболеваний в рамках СанПиН:
  - освещенность рабочих и игровых зон 7.1.1, 7.1.9, 7.2.1,7.2.2
  - соответствие школьной мебели для учащихся 5.3, 5.4, 5.5
  - физминутки для глаз. Приложение 4 к СанПиН 2.4.2.2821-10
3. Профилактика сколиоза в рамках СанПиН 5.3,
  - мебель в соответствии с требованиями СанПиН;5.3,5.4,5.5, 5.6
  - организация физминуток на осанку и профилактику сколиоза на всех уроках не менее 5 минут. Приложение 4 к СанПиН 2.4.2.2821-10
  - соблюдение норм посадки во время письма и чтения .
4. Соблюдение санитарно-гигиенических норм к состоянию школы:

- воздушно-тепловой режим; СанПиН 6.1 -6.12
- соответствие всех школьных помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
- гигиенические требования к учебным кабинетам, лаборантским и рекреациям: умывальники, средства личной гигиены(жидкое мыло, одноразовые полотенца).

#### **IV. Здоровое питание**

1. Организация питания в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08
2. Организация 2-х разового питания для детей с ОВЗ в соответствии с нормативными документами.
3. Частичная компенсация затрат на питание для детей из малоимущих и многодетных семей.
4. Разнообразие и витаминизация меню.
5. Ежедневное введение в меню салатов из овощей.
6. Комплексный завтрак состоящий из двух блюд.
7. Ввод витамина «С» в рацион питания (каши с добавлением фруктов, сухофруктов, фруктовые кисели, компоты)
8. Использование плодов школьного фруктового сада для организации витаминного питания (смородина, малина груша, вишня, яблоня).

#### **V. Психолого-диагностический**

1. Школьный медико-психолого-педагогический консилиум;
2. Создание благоприятной психологической атмосферы в школе и дома:
  - индивидуальные консультации родителям, педагогам;
  - посещение ребенка на дому;
  - проведение практикумов.

#### **VI. Информационно-просветительский**

1. Ознакомление педагогов и сотрудников с нормативно-правовой базой по сохранению здоровья младших школьников.
2. Ознакомление родителей, детей с планом работы школы по здоровьесбережению учащихся.
3. Организация тематических бесед и лекций.
4. Оформление тематических стендов.

#### **VII. Материально-технический**

1. Оборудование спортивного зала, спортивной площадки.
2. Пополнение спортивного инвентаря.
3. Озеленение территории школы (закладка аллеи, клумбы).
4. Оборудование учебных кабинетов специальными плакатами с упражнениями для глаз.
5. Оснащения ученических аудиторий компьютерами.
6. Оснащение школьной библиотеки ИКТ.

## **Ожидаемые результаты реализации программы**

- .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 электронного банка данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования, который будет необходим 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 недели здоровья;
- Организация системы внеурочной деятельности по формированию ЗОЖ.

## **Функции различных категорий работников школы**

### **1.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.
- организация летнего отдыха детей при школе в ЛДПД

## **2. Функции классного руководителя:**

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических работы с родителями;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, 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.

## **3. Функции социального педагога:**

- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организация работы психологической службы в школе.
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;

## **Участники программы:**

- учащиеся
- педагогическое сообщество
- родители
- социальные партнеры

### **План работы на 2016-2017 учебный год.**

<b>направление</b>	<b>мероприятие</b>	<b>сроки</b>	<b>ответственные</b>
Учебно- и воспитательно-оздоровительное	Составления расписания уроков, кружков, секций, факультативов.	сентябрь	Завуч школы
	Организация режима	В течение года	Администрация

	работы школы в соответствии с СанПиН 2.4.2.2821-10		
	Разработка программы ОБЖ	Август	Учитель ОБЖ
	Разработка программы Валеология	Август	Учитель Валеологии
	Разработка воспитательного плана школы	Август	Завуч, организатор, соц.педагог
	Разработка индивидуального воспитательного плана по классам	Сентябрь	Классные руководители
Спортивно-оздоровительное	Составление диагностических карт уровня физической подготовленности учащихся	сентябрь	Учитель физической культуры.
	Подвижные игры на переменах.	Ежедневно	Учителя начальных классов, дежурный класс по школе
	Спортивная неделя	ноябрь, апрель	Учитель физической культуры.
	Спортивные праздники: «Мама, папа, я спортивная семья»;	февраль	Классные руководители, учитель физической культуры.
	Спортивные праздники, эстафеты, соревнования	1 раз в четверть	Классные руководители
	Лыжная эстафета «Кубок В.Г. Слюсаренко »	март	Учитель физической культуры.
	Конкурс «Безопасное колесо» Игра «Зарница»	май июнь	Учитель ОБЖ, учитель физической культуры.
Лечебно – профилактическое направление	Составление карты здоровья ученика	сентябрь-декабрь	Классные руководители, медработник.
	Расширенный медосмотр учащихся	декабрь, январь	Медработник, консультация врачей
	Диспансеризация учащихся 14 лет	по плану	Классный руководитель, представитель школы



Здоровое питание	Составление меню	сезонно	Ответственный за питание
	Контроль за соблюдением санитарногигиенических норм работы столовой	еженедельно	Адм Ответственный за питание инициация
	Снятие пробы блюд	ежедневно	Ответственный за питание
	Классный часы: «Здоровое питание», «Где найти витамины», «Рациональное питание», «Гигиена питания».	1 раз в четверть	Классные руководители
Психолого-диагностическое	Тестирование будущих первоклассников	март	Учитель будущего первого класса
	Посещение квартир учеников	1 раз в полугодие	Классные руководители
	Посещение малообеспеченных семей и социально опасных	1 раз в четверть и по мере необходимости	Соц. педагог и классные руководители
	Заполнение психологической карты ученика (дневник классного руководителя)	октябрь-декабрь	Классные руководители
Информационно-просветительское	Классные часы: «Что я могу сам», «Мое место в мире», «Я и моя семья».	1 раз в полугодие	Классные руководители
	Классные родительские собрания «Роль семьи в воспитании ребенка», «Стили семейного воспитания», «Переходный возраст» и т.д.	1 раз в полугодие	Классные руководители, соц.педагог
	Доклад на общешкольном родительском собрании «Здоровье ученика»	март	Гербер Н.В.
	Итоги тестирования будущих первоклассников и рекомендации	май	Учитель будущего первого класса
	Ведение классных уголков здоровья	1 раз в четверть и по мере необходимости	Классные руководители
	Организация тематических бесед, лекций для учащихся	1 раз в четверть	Соц.педагог, медработник, представители соц.служб, классные руководители.
Материально-техническое	Оборудование учебных кабинетов специальными	сентябрь	Заведующие кабинетами

	плакатами с упражнениями для глаз; правильной посадкой при письме		
	Соблюдение санитарных норм в туалетах	Постоянно	Тех. персонал





