

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ ГИМНАЗИЯ ГОРОДА
СЫЗРАНИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА СЫЗРАНЬ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ



Программа “Здоровая школа” 2015 - 2018 г.



г. Сызрань 2015 г.

Содержание

Паспорт Программы	3-4
Целевая программа "Здоровая школа"	
1. Введение.	5
2. Основание для разработки Программы.	5-7
3. Цели и задачи Программы.	8
4. Основные направления реализации Программы.	8
5. Формы и методы реализации Программы.	8
6. Оздоровительная модель ГБОУ гимназии г. Сызрани.	9
7 . План реализации программы «Здоровая школа»	9-13
8.Формы и методы здоровье сберегающих технологий, применяемых в общеобразовательной организации.	13-14
9. Организация работы по формированию культуры здоровья обучающихся, на различных этапах обучения.	15-16
10. Деятельность по совершенствованию медицинского обслуживания обучающихся.	16-18
11. Ожидаемые результаты.	19
Приложения	19-21
1. Сквозные тематические классные часы	
2. Тематика вопросов на родительских собраниях	

Паспорт программы

<i>Наименование программы</i>	Программа «Здоровье» ГБОУ гимназии г. Сызрани
<i>Нормативно-правовая база</i>	-Конституция РФ; -Декларация прав ребенка; -закон РФ "Об образовании в РФ"; -санитарные нормы и правила, утвержденные совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпиднадзора; -ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» -ФЦП "Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006 - 2015 годы"
<i>Заказчик программы</i>	Администрация школы
<i>Разработчик программы</i>	Рябышева Т.В., зам. директора по УВР
<i>Сроки реализации программы</i>	2015-2018 гг.
<i>Цель программы</i>	Создание благоприятных условий для сохранения, укрепления физического, психического здоровья обучающихся, для формирования потребности в здоровом образе жизни.
<i>Задачи программы</i>	1. Организация и проведение мероприятий по охране и укреплению здоровья обучающихся и учителей. 2. Интеграция образовательного и оздоровительного процессов. 3. Обеспечение непрерывного образования педагогов и учащейся молодёжи по вопросам формирования культуры здоровья. 4. Мониторинг здоровья.
<i>Основные направления программы</i>	Учебно-воспитательная работа - научно обоснованная и строго регламентированная. Диагностическая работа - комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья, как обучающихся, так и учителей; изучение подвижности адаптационных перестроек и работоспособности под действием природных и социальных факторов среды обитания. Профилактическая и коррекционная работа - предупреждение и своевременное выявление отклонений в развитии и состоянии здоровья воспитанников, а при наличии каких - либо недугов - профилактика обострений и прогрессирования болезненного процесса. Научно - методическая и опытно - экспериментальная работа скорейшее внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику образования, разработка новых авторских учебных программ, методик и методов обучения, а также их экспериментальное внедрение в учебный процесс. Информационно - просветительская работа - пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем валиологическим вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.
<i>Ожидаемый результат</i>	-Снижение числа уроков пропущенных по болезни. -Снижение числа рецидивов хронических заболеваний у

	<p>обучающихся и педагогов;</p> <ul style="list-style-type: none"> -Снижение заболеваемости школьников ОРЗ; -Снижение количества психоэмоциональных расстройств; -Повышение уровня физической подготовки школьников; -Улучшение успеваемости по физической культуре; -Увеличение количества учеников с положительной самооценкой; -Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения; -Улучшение качества питания в школьной столовой; -Осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья, как основному фактору успеха на последующих этапах жизни; -Увеличение числа школьников в спортивных секциях; -Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья.
<i>Участники реализации программы</i>	Педагоги, родители и обучающиеся

*«Здоровье-это искусство,
а искусству надо учиться...»*

Целевая программа "Здоровая школа"

1. Введение.

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические данные: физиологически здоровыми рождаются не более 14% детей; 25-35 % детей, пришедших в 1-ый класс, имеют физические недостатки или хронические заболевания; 9- 10 % выпускников школ можно считать здоровыми.

Освобождение системы образования от жестких рамок привычных стереотипов и норм, появление новых степеней свободы у образовательных организаций дали поразительный толчок творчеству. Но вместе с ним возросла учебная нагрузка обучающихся. Чтобы решить это противоречие, нужна программная скоординированная работа всех участников учебно-воспитательного процесса, опирающаяся на научно-обоснованные решения и рекомендации.

Отчетливо осознавая невозможность решения проблемы в одиночку, школа всемерно стремится к тесным связям с семьей, общественностью, организационными структурами и старается всесторонне обеспечивать преемственную связь между программами начальной и средней школы. Учебные программы этих школ предоставляют обучающимся все возможности получения знаний, достижения жизни, приобретения жизненных умений и навыков, соответствовать потребностям школьников и стимулировать их к дальнейшему приобретению знаний.

2. Основание для разработки Программы

Известно, что растущий организм ребёнка в силу особенностей своего развития особо чувствителен к воздействию факторов внешней среды, а также дефициту питательных веществ и микроэлементов.

Безусловно, на состояние здоровья детей оказывают существенное влияние такие факторы как неблагоприятные социальные и экологические условия. Одновременно с негативным воздействием экологических и экономических кризисов на детей оказывают негативное воздействие множество факторов риска, имеющих место в общеобразовательных учреждениях. Они в период обучения приводят к постепенному ухудшению здоровья детей и подростков.

К проблемам школы, связанным с заботой о здоровье учащихся, можно отнести:

- ✓ учебные перегрузки обучающихся, приводящие их к состоянию переутомления;
- ✓ «школьные стрессы»;
- ✓ распространение в среде обучающихся вредных привычек;
- ✓ неправильная организации физической активности учеников;
- ✓ питание школьников во время их пребывания в общеобразовательной организации;
- ✓ низкий уровень культуры здоровья обучающихся, недостаток знаний по вопросам здоровья;
- ✓ необходимость сотрудничества с родителями по вопросам сохранения и укрепления здоровья их детей;

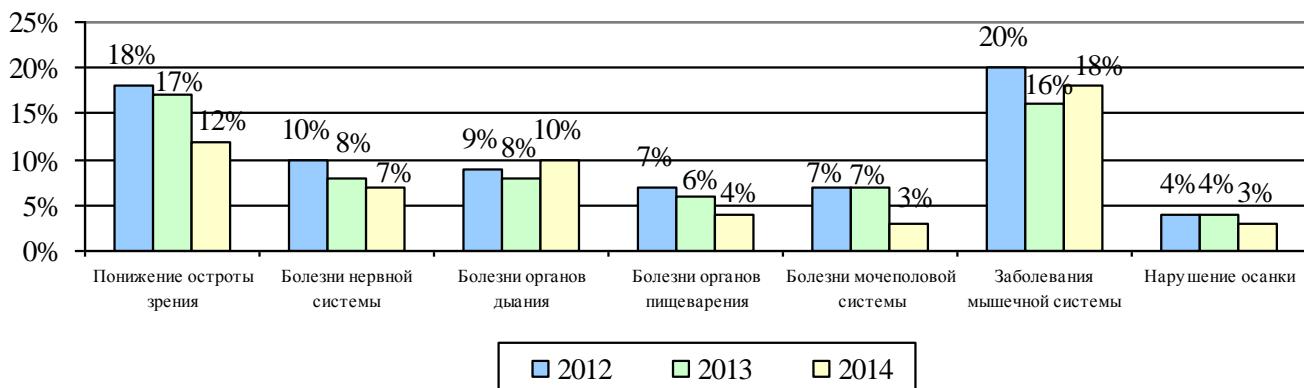
Мониторинг здоровья обучающихся.

Заболевания, выявленные при медицинских осмотрах учащихся

Наименование болезней	2012	2013	2014
Всего учащихся	967	1012	997
На диспансерном учете состоят	125	190	158
Впервые взято на диспансерный учет	15	20	21
Понижение остроты зрения	175	171	117
Болезни нервной системы	92	79	69
Болезни органов дыхания	87	81	95
Болезни органов пищеварения	67	59	36
Болезни мочеполовой системы	67	67	30
Заболевания мышечной системы	193	157	176
Нарушение осанки	43	39	31

Данные таблицы показывают, что на диспансерном учёте состоят 158 обучающихся, что составляет 15,8%.

Наиболее распространенные заболевания среди учащихся гимназии: понижение остроты зрения, болезни органов дыхания и заболевания мышечной системы. Кроме этого, увеличилось число учащихся, впервые поставленных на диспансерный учет по различным заболеваниям.



Из диаграммы видно, что прослеживается тенденция к снижению количества учащихся с заболеваниями желудочно-кишечного тракта, сколиоза, нервной системы, мочеполовой системы, с понижением остроты зрения. Увеличилось количество учащихся с болезнями органов дыхания и мышечной системы.

Распределение обучающихся по группам здоровья по результатам комплексной оценки состояния здоровья

Группа здоровья	2012 год	2013 год	2014 год
I	67	54	56
II	762	826	820
III	132	129	117
IV	6	3	4

Распределение учащихся по группам физического воспитания

Физкультурные группы	2012 год	2013 год	2014 год
Основная	675	688	693
Подготовительная	248	268	242
Специальная	39	51	28
Освобождены	5	5	6

По результатам мониторинга можно сделать следующие выводы:

- Количество учащихся с 1 группой здоровья (абсолютно здоровые) за последние два года имеет незначительную динамику.
- Количество учащихся со 2 группой здоровья (незначительные отклонения в здоровье) увеличилось на 0,2 %, с 3 группой здоровья (хронические заболевания) идет уменьшение на 1 %. Динамика в группах здоровья за последние три года незначительна.
- Произошло незначительное увеличение количества детей, освобожденных от занятий физической культурой с 0,5% (2013 год) до 0,6 % (2014 год).

Сведения об организации горячего питания

Горячее питание детей во время пребывания в школе является одним из важных условий поддержания их здоровья. Хорошая организация школьного питания ведёт к улучшению показателей уровня здоровья детей, учитывая, что в школе они проводят большую часть своего времени. Поэтому, питание является одним из важнейших факторов, определяющих здоровье подрастающего поколения.

2011-2012 уч. год			2012-2013 уч. год			2013-2014 уч. год		
Всего учащихся	Из них питаются	% охвата	Всего учащихся	Из них питаются	% охвата	Всего учащихся	Из них питаются	% охвата
943	695	74	962	750	78	1002	780	78

Данные таблицы показывают, что 780 учащихся ГБОУ гимназии г. Сызрани охвачены горячим питанием, что составляет 78%.

3. Цели и задачи Программы

Цель программы:

Создание благоприятных условий для сохранения, укрепления физического, психического здоровья обучающихся, для формирования потребности в здоровом образе жизни.

Задачи программы:

1. Организация и проведение мероприятий по охране и укреплению здоровья обучающихся и учителей.
2. Интеграция образовательного и оздоровительного процессов.
3. Обеспечение непрерывного образования педагогов и учащейся молодёжи по вопросам формирования культуры здоровья.
4. Мониторинг здоровья.

4. Основные направления реализации Программы

Учебно - воспитательная работа - научно обоснованная и строго регламентированная.

Диагностическая работа - комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья, как обучающихся, так и учителей; изучение подвижности адаптационных перестроек и работоспособности под действием природных и социальных факторов среды обитания.

Профилактическая и коррекционная работа - предупреждение и своевременное выявление отклонений в развитии и состоянии здоровья воспитанников, а при наличии каких - либо недугов - профилактика обострений и прогрессирования болезненного процесса.

Научно - методическая и опытно - экспериментальная работа - скорейшее внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику образования, разработка новых авторских учебных программ, методик и методов обучения, а также их экспериментальное внедрение в учебный процесс.

Информационно - просветительская работа - пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем ведущим вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.

5. Формы и методы реализации Программы

- ✓ Исследование и оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья обучающихся. Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний.
- ✓ Мониторинг психофизического здоровья обучающихся.
- ✓ Контроль за соблюдением санитарно - гигиенического режима, организация учебного процесса.
- ✓ Организация и контроль обеспечения сбалансированного питания обучающихся.
- ✓ Физическое воспитание, организация активно - двигательного досуга.
- ✓ Профилактика травматизма.
- ✓ Формирование здорового образа жизни и профилактика вредных привычек.

6. Оздоровительная модель ГБОУ гимназии г. Сызрани

Система оздоровительной работы в ГБОУ гимназии г. Сызрани

Внеклассная работа:
дни здоровья, встречи, праздники, вечера, походы, стенгазеты.

Оздоровительные мероприятия:
Перед уроком – зарядка, на уроке – физкультминутка, между уроками – динамическая пауза, на классном часе – беседы, тренинги

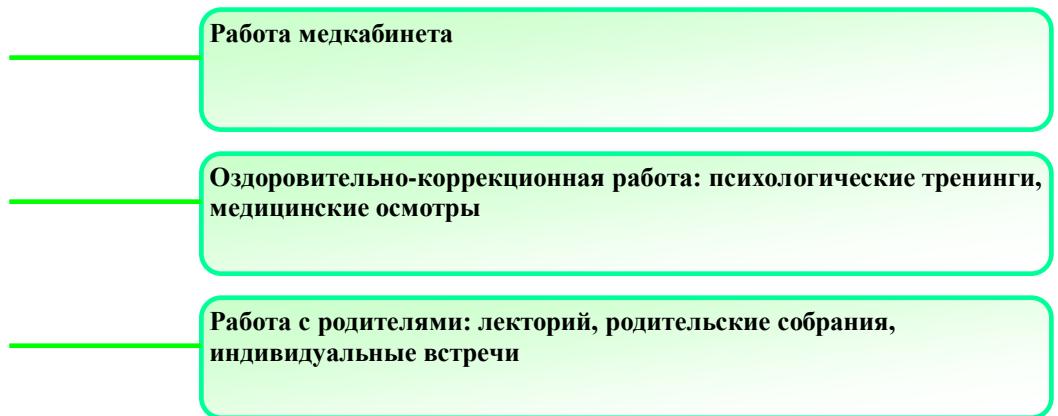
Организация питания

Спортивно-оздоровительные секции и кружки, спортивные соревнования

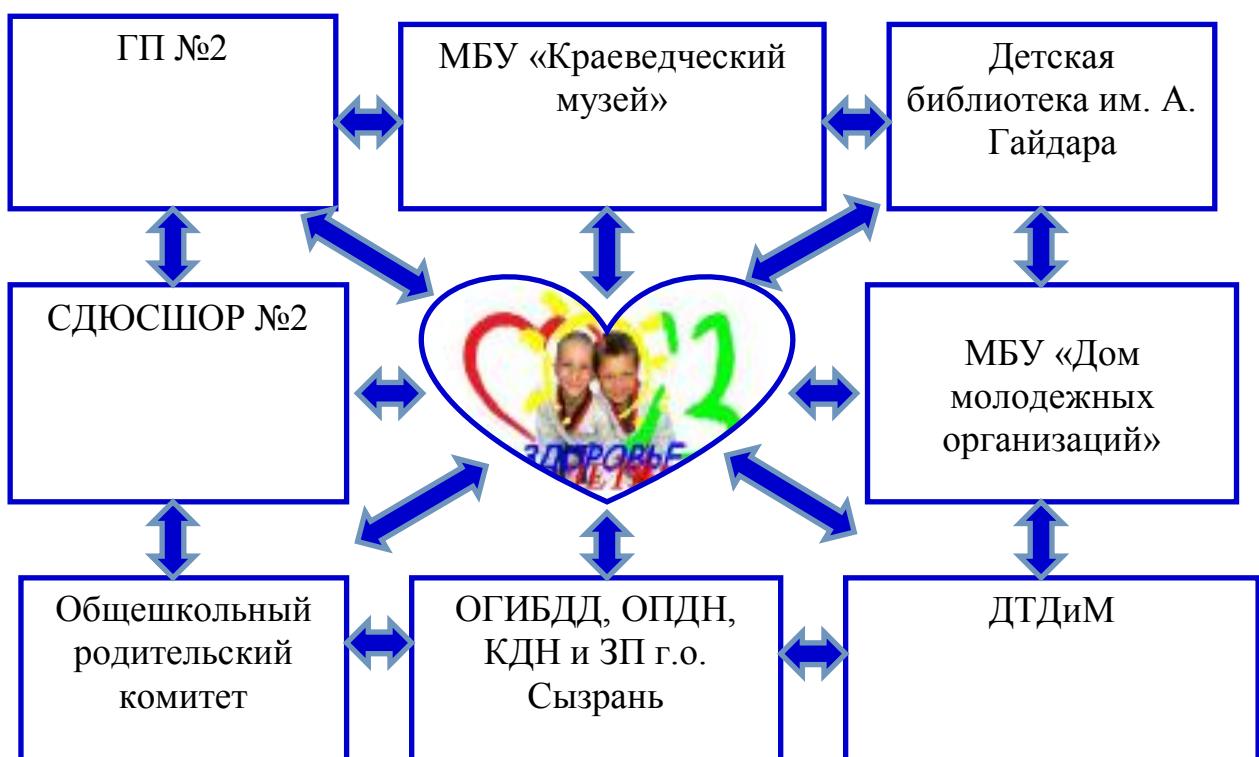
Тестирование и мониторинг

Работа самоуправления

Работа Совета профилактики,



7. Взаимодействие школьной программы «Здоровая школа» с социальной средой



8. План реализации программы «Здоровая школа»

№ п/п	Направление	Сроки	Ответственный
I. Исследование и оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья обучающихся. Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний.			
1	Систематическое проведение динамических наблюдений за здоровьем и физическим развитием детей с целью определения группы занятий физической культурой	В течение учебного года	Школьная медсестра, зам директора по УВР
2	Ежегодный профилактический осмотр учащихся узкими специалистами – медиками.	Весь период	Школьная медсестра
3	Оформление листа – здоровья в школьном	сентябрь	Школьная медсестра

	журнале.		
4	Обследование детей, поступающих в школу. Выделение учащихся группы «риска» и больных учащихся.	Весь период	Администрация гимназии, школьная медсестра
5	Создание банка данных о состоянии здоровья обучающихся	ежегодно	Школьная медсестра
6	Осуществление контроля за предписанием врачей (листа здоровья).	Весь период	Школьная медсестра
7	Врачебно-педагогические наблюдения за уроками для проверки организации и методики проведения занятий и их содержания.	В течение учебного года	Зам директора по УВР
8	Санитарно-гигиенические наблюдения за местами и условиями проведения занятий (контроль за проветриванием, влажной уборкой школьных помещений, освещением и расстановкой мебели).	В течение учебного года	Зам директора по УВР, зам директора по АХЧ
9	Контроль за организацией питания обучающихся в школьной столовой.	В течение учебного года	Школьная медсестра, зам директора по УВР
10	Анализ случаев травматизма в школе	В течение учебного года	Школьная медсестра, зам директора по УВР
11	Проведение прививок.	Осенне-зимний период	Школьная медсестра

II. Мониторинг психофизического здоровья обучающихся

1	Тестирование в рамках комплексной программы оценки психофизического состояния и функционирования возможностей организма человека	В течение года	Учитель физкультуры Зам директора по УВР
2	Психологический мониторинг здоровья учащихся: -тест на адаптацию в начальной школе, средней школе; -тест на тревожность	Сентябрь Март	Зам. директора по УВР

III. Контроль за соблюдением санитарно - гигиенического режима, организация учебного процесса

1	Организация режима работы школы согласно СанПиН 2.4.2. 1178-02.	сентябрь	Зам директора по УВР
2	Организация индивидуального обучения на дому с больными детьми, на основании справки ВКК.	Весь период	Зам директора по УВР
3	Организация и проведение контроля за выполнением санитарных норм и правил, а также ТБ в образовательном учреждении.	Весь период	Администрация гимназии, школьная медсестра
4	Организация часа активных движений (динамические паузы) в начальной школе.	В течение учебного года	Учителя начальных классов
5	Организация динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и	В течение учебного года	Зам директора по УВР

	повышению двигательной активности.		
6	Проводить диагностические исследования: ✓ Дозировка домашнего задания ✓ Здоровье учеников в режиме дня школы ✓ Нормализация учебной нагрузки	В течение учебного года	Зам директора по УВР
7	Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм организации УВП, нормирования учебной нагрузки и профилактики утомления учащихся.	В течение учебного года	Зам директора по УВР
8	Разработка и реализация обучающих программ по формированию культуры здоровья и профилактике вредных привычек.	В течение учебного года	Учитель биологии
9	Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся.	В течение учебного года	Учителя-предметники
10	Строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств в обучении (компьютер, аудиовизуальные средства).	В течение учебного года	Зам директора по УВР
11	Рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культурой и занятий активно-двигательного характера в начальной школе.	В течение учебного года	Зам директора по УВР
12	Индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития учащихся).	В течение учебного года	Учителя-предметники
13	Проведение уроков здоровья.	В течение учебного года	Учителя начальных классов
14	Проведение специальной гимнастики на осанку для учащихся на уроках.	В течение учебного года	Учителя-предметники
15	Проведение на уроках специальной гимнастики для глаз. Обязательно для всех учащихся (1-11 кл.).	В течение учебного года	Учителя-предметники

IV. Организация и контроль обеспечения сбалансированного питания обучающихся

1	Организация горячего питания в школе для всех обучающихся	Весь период	Зам. директора по УВР
2	Осуществление контроля за организацией приема пищи и качеством её приготовления	Весь период	Школьная медсестра зам директора по УВР
3	Организовать работу бракеражной комиссии	Весь период	Зам. директора по УВР

V. Физическое воспитание, организация активно - двигательного досуга

1	Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (физкультурные паузы, динамические перемены), а также часов здоровья.	В течение учебного года	Учитель физической культуры, учителя
2	Регулярное проведение: - Дней спорта; - Дней здоровья; - Спортивных соревнований; - Недели физкультуры и спорта; - Олимпиад по различным видам спорта;	Весь период, 1 раз в четверть	Учителя физической культуры, зам директора по УВР

	- походов		
3	Расширение сети спортивных секций	Весь период	Зам. директора по УВР
4	Проведение конкурса на самый спортивный класс.	Ежегодно, май	Учителя физической культуры
5	Регулярное проведение спортивных соревнований и праздников на всех ступенях обучения.	Весь период	Учителя физической культуры
6	Создать условия для организации летней занятости обучающихся, обеспечить максимальный охват детей и подростков различными видами и формами летнего труда и отдыха	ежегодно	Зам директора по УВР
7	Организовать систематический контроль за процессом физического воспитания, эффективным использованием имеющейся базы.	ежегодно	Зам директора по УВР

VI. Профилактика травматизма

1	Планирование работы с детьми по охране труда в соответствии с приказом Министерства образования РФ	Весь период	Администрация
2	Проводить проверку состояния ТБ в кабинетах, мастерских, спортзале, гардеробе, лабораториях, столовой.	Весь период	Зам директора по УВР, зам директора по АХЧ
3	Проводить плановую эвакуацию учащихся и сотрудников из здания школы не реже 2 раз в учебном году	Весь период	Администрация
4	Осуществлять контроль за соблюдением правил ТБ на уроках физкультуры, технологии, информатики, при проведении лабораторных и практических работ на уроках физики, химии, биологии, при проведении кружковой работы, внеклассных мероприятий, летнего труда и отдыха учащихся.	Весь период	Зам директора по УВР
5	Осуществлять контроль за дежурством по школе.	Весь период	Зам директора по УВР
6	Проведение месячников по правилам дорожного движения «Безопасность детей»	2 раза в учебном году	Зам директора по УВР
7	Постоянное обновление стенда «Дорожная азбука»	ежегодно	Зам директора по УВР
8	Проведение внеклассных мероприятий по правилам дорожного движения	Сентябрь, май Октябрь, апрель	Зам директора по УВР
9	Проведение классных часов, бесед. Участие в районных конкурсах.	Весь период	Кл. руководители, зам директора по УВР
10	Организация курса ПДД по программе внеклассной работы с 1 по 11 класс	Весь период	Классные руководители
11	Организация совместной работы с ОГИБДД МУ МВД России «Сызранское» по изучению правил дорожного движения	Весь период	Зам директора по УВР

VII. Формирование здорового образа жизни и профилактика вредных привычек.

1	Привлечь обучающихся к занятиям в объединениях спортивно-оздоровительной направленности как в школе, так и вне её.	В течение учебного года	Кл руководители, Учителя физической культуры
---	--	-------------------------	--

2	Проведение анкетирования среди обучающихся «Отношение детей к своему здоровью и ЗОЖ»	октябрь	Зам. директора по УВР
3	Участие в акции «Молодежь за здоровый образ жизни».	Ноябрь, декабрь	Кл руководители Зам директора по УВР
4	Проведение лекций по профилактике наркомании с участием представителей медучреждений, центра «Семья»	В течение учебного года	Зам. директора по УВР
5	Выпуск санбюллетеней «Профилактика гриппа», «Азбука здоровья»	В течение учебного года	Совет обучающихся
6	Театрализованная беседа «О вреде курения» в рамках акции «Начни с себя»	ноябрь	Совет обучающихся
7	Совещание классных руководителей «Основные формы работы по профилактике здорового образа жизни».	Октябрь, март	Зам. директора по УВР
8	Проведение совместно с родительской общественностью и мед. работниками мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, включающие проведение классных часов, викторин, лекций, спортивных соревнований (приложение 1,2,3)	В течение учебного года	Кл руководители, зам директора по УВР
9	Привлечение подростков группы «риска» к участию в подготовке и проведения мероприятий спортивно-развлекательного и общественно-значимого характера.	В течение года	зам директора по УВР, классные руководители
10	Классные часы, коррекционно-развивающие занятия, с участием педагога-психолога центра «Семья», направленные на отработку конструктивного поведения, преодоления стрессовых ситуаций.	В течение учебного года	Кл. руководители
11	Участие в спартакиадах и спортивных мероприятиях.	В течение учебного года	Учителя физической культуры
12	Конкурс агитбригад «Мы за здоровый образ жизни!»	Март	Зам. директора по УВР, классные руководители

9. Формы и методы здоровьесберегающих технологий, применяемых в общеобразовательной организации.

<i>Школьные факторы риска</i>	<i>Способы устранения факторов риска</i>	<i>Формы здоровьесберегающей работы</i>	<i>Методы и организационные подходы</i>
Неудовлетворительное состояние внутришкольной среды	Административный контроль за соблюдением требований СанПиН	Мониторинг состояния, содержания помещений школы	Дополнительное привлечение (общественных) инвестиций
Нерациональная организация учебного процесса и режима учебной нагрузки	<ul style="list-style-type: none"> • Оптимизация образовательного пространства (ОП) • Создание комфортности условий среды • Соблюдение 	<ul style="list-style-type: none"> • Рациональное чередование учебной и не учебной деятельности школьников • Расширение, 	<ul style="list-style-type: none"> • составление гибких вариантов расписания занятий с использованием экскурсионных и выездных уроков.

	гигиенических требований к составлению расписания уроков, факультативных занятий, объему общей нагрузки, объему домашних заданий.	зонирование, гибкое моделирование образовательного пространства.	
Низкая двигательная активность (гиподинамия)	<ul style="list-style-type: none"> • Физическое воспитание. • Режим повышенной двигательной активности 	<ul style="list-style-type: none"> • Включение в режим учебного процесса блоков и комплексов динамических нагрузок 	<ul style="list-style-type: none"> • Физкульт минутки, • Уроки физической культуры. • Занятия в спортивных секциях • Спортивные соревнования
Неадекватные возможностям учащихся методы обучения, недифференцированный уровень требований	<ul style="list-style-type: none"> • Использование методик обучения, адекватных возрастным возможностям учащихся. • Индивидуальный дифференцированный подход к обучению 	<ul style="list-style-type: none"> • Применение технологий адаптивного, проблемного, развивающего, личностно-ориентированного обучения. • Индивидуальное дозирование учебной нагрузки. • Гибкие формы режимов и учебных планов. 	<ul style="list-style-type: none"> • Индивидуальные траектории обучения в разноуровневой системе учебных предметов; • Проектная деятельность школьников
Стрессовые психолого-педагогические факторы (дезадаптация, дидактогения)	<ul style="list-style-type: none"> • Педагогические технологии сотрудничества и взаимодействия всех участников общеобразовательного процесса. • Медико-педагогическое сопровождение. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ценностно-ориентированная система воспитания • Дополнительное образование 	<ul style="list-style-type: none"> • Диагностика, • Консультирование
Временные или стойкие нарушения здоровья учащихся	<ul style="list-style-type: none"> • Профилактические, реабилитационные, оздоровительные мероприятия 	<ul style="list-style-type: none"> • Физкультурно-оздоровительная работа. • Лечебно-профилактические процедуры 	<ul style="list-style-type: none"> • ЛФК • Витаминопрофилактика
Отсутствие культуры здоровья	<ul style="list-style-type: none"> • Учебно-воспитательная система педагогической работы по формированию ценности здоровья и 	<ul style="list-style-type: none"> • Лекции • Беседы • Разработка и внедрение учебных курсов по здоровому образу жизни 	<ul style="list-style-type: none"> • Урочная и внеурочная система обучения • Лектории • Фильмотеки • Консультации специалистов

	健康发展。		
--	-------	--	--

10. Организация работы по формированию культуры здоровья обучающихся на различных этапах обучения

10.1. Методическое, педагогическое и диагностическое сопровождение оздоровительной работы с обучающимися:

1. Система оздоровительной работы ГБОУ гимназии г. Сызрани;
2. Работа по пропаганде ЗОЖ (приложение 6);
3. Формы и методы здоровьесберегающих технологий, применяемых в общеобразовательной организации;
4. Паспорт здоровья школьников 1-4 классы;
5. Методическая папка «Физминутки на уроках начальной школы», «Пальчиковая гимнастика», «Комплекс корригирующей гимнастики для глаз»;
6. Схема анализа урока для учителя и заместителя директора с учетом здоровьесберегающих технологий;
7. Памятки для учащихся и родителей по здоровьесберегающим технологиям (приложение);
8. Анкеты для родителей и учащихся (приложение);
9. В течение года проводятся диагностические исследования:
 - ✓ Дозировка домашнего задания
 - ✓ Здоровье учеников в режиме дня школы
 - ✓ Нормализация учебной нагрузки

10. Ведется контроль за:

- Соблюдением санитарно-гигиенических норм организации УВП, нормирования учебной нагрузки и профилактики утомления учащихся.
- Разработка и реализация обучающих программ по формированию культуры здоровья и профилактике вредных привычек.
- Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям учащихся.
- Строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств в обучении (компьютер, аудиовизуальные средства).
- Рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культурой и занятий активно-двигательного характера в начальной школе.
- Индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития учащихся).
- Проведение уроков здоровья.
- Проведение специальной гимнастики на осанку для учащихся на уроках.
- Проведение на уроках специальной гимнастики для глаз. Обязательно для всех учащихся (1-11 кл.) проводятся ежедневные влажные уборки с применением моющих средств. Уборка в классах проходит после окончания уроков;

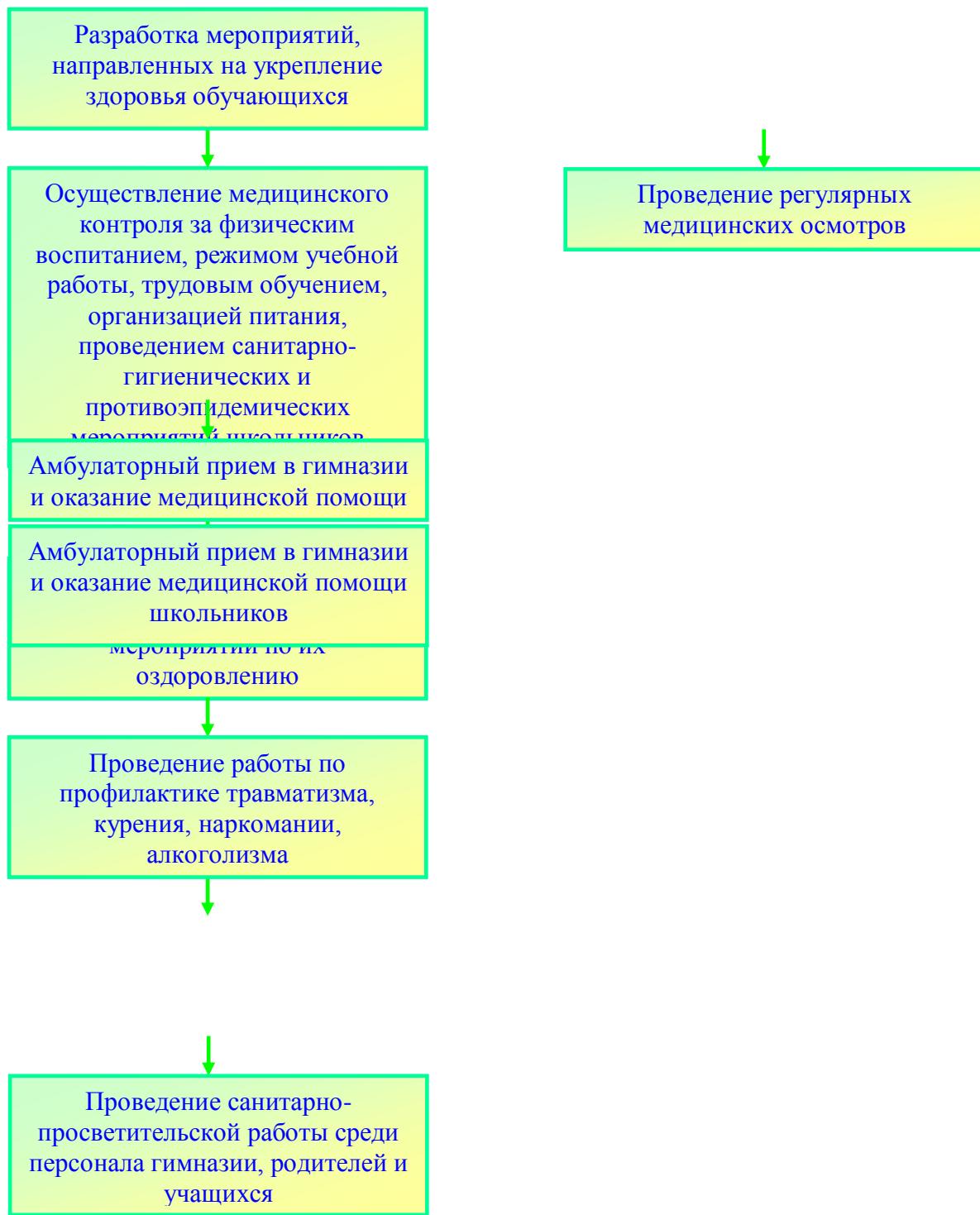
10.2. В рамках формирования культуры питания в школе проводятся мероприятия:

- Конкурсная программа «Овощной бал»
- Выставка книг в библиотеке «Разговор о правильном питании»
- Классные часы: Режим питания
- Классные часы: Что надо есть, если хочешь стать сильным?
- Родительские собрания по классам тема: «Питание - идеальное и реальное»
- Беседы по классам по теме: Гигиена питания. Профилактика желудочно-кишечных заболеваний.
- Выпуск санбюллетеня «Приятного аппетита!»
- Беседа: Сколько нужно пищи и какой.
- Уроки здоровья: «Продукты разные нужны, продукты разные важны».
- Праздник «Кулинарное путешествие» (кухни разных народов)
- Уроки здоровья: «Овощи и фрукты – витаминные продукты»

11. Деятельность по совершенствованию медицинского обслуживания обучающихся

Медицинское обслуживание обучающихся в гимназии обеспечивается медицинским персоналом, который закрепляется за гимназией органами здравоохранения. Гимназия выделила помещения и оборудовала 2 кабинета с соответствующими условиями для работы медицинского персонала. Медицинский кабинет лицензирован. Медицинское сопровождение участников образовательного процесса осуществляют врач-педиатр и фельдшер.





В течение года у медицинского работника находится на контроле соблюдение санитарно - гигиенического режима, организация противоэпидемического и учебного режимов:

- Организация режима работы школы согласно СанПиН 2.4.2. 1178-02.
- Организация индивидуального обучения на дому с больными детьми, на основании справки ВКК.
- Организация и проведение контроля за выполнением санитарных норм и правил, а также ТБ в образовательной организации.
- Организация динамических пауз, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности.

- Санитарно-гигиенические наблюдения за местами и условиями проведения занятий (контроль за проветриванием, влажной уборкой школьных помещений, освещением и расстановкой мебели).
- Контроль за организацией питания учащихся в школьной столовой.
- Иммунизация учащихся и педагогов.

В течение учебного года проводятся исследования и оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья обучающихся, медицинское обслуживание и профилактика заболеваний:

- Систематическое проведение динамических наблюдений за здоровьем и физическим развитием детей с целью определения группы занятий физической культурой
- Ежегодный профилактический осмотр учащихся узкими специалистами – медиками.
- Оформление листа – здоровья в школьном журнале.
- Обследование детей, поступающих в школу. Выделение учащихся группы «риска» и больных учащихся.
- Создание банка данных о состоянии здоровья обучающихся
- Осуществление контроля за предписанием врачей (листа здоровья).
- Врачебно-педагогические наблюдения за уроками для проверки организации и методики проведения занятий и их содержания.
- Анализ случаев травматизма в школе
- Выпуск санбюллетеней.

В течение года в рамках создание благоприятных условий для сохранения, укрепления физического, психического здоровья учащихся, для формирования потребности в здоровом образе жизни, в ходе реализации программы «Здоровая школа» совместно с медицинским работником проводится работа:

- по профилактике иммунизации:

- Беседы в 5-7 классах «Для чего необходимо делать прививки»;
- Тематические лекции в 9-11 классах «Живая крепость иммунитет»;
- Конкурс рисунков в 1-4 классах «Я прививок не боюсь»;
- Выпуск санбюллетеня «Каждый ребенок имеет право на защиту от болезней»;
- Классные часы в 8 классах «Что в жизни зависит от меня?»;

- лечебно-оздоровительная с обучающимися:

- Анализ углубленного осмотра учащихся. Своевременно брать на «Д» учет учащихся с выявленной патологией.
- Своевременное (т.е. в срок указанный в информационном листе направление «Д» больных на прием к узким специалистам и участковому врачу).
- Выявление ЧДБ учащихся и направление на обследование (выявление часто обращающихся с жалобами учащихся и направление их на обследование)
- Проводится «Д» наблюдение за детьми, перенесшими острые инфекционные (болезни) заболевания (гепатит, менингит и т.д.).

- Наблюдение и контроль за правильным рассаживанием учащихся, за правильным распределением уроков (в целях профилактики н.о., понижения зрения и утомляемости уч-ся).
- Совместно с администрацией и завхозом разработан и ведется график сан. эпид. режима в школе:
 - Время проведения влажной уборки классов
 - Время сквозного проветривания классов
 - Санитарного состояния спортзала - проветривание, влажная уборка
 - Своевременная обработка дезинфицирующими средствами санитарных узлов (особенно при карантинном режиме)
- Ежедневно проверять санитарное состояние пищеблока, т.е. соблюдение воздушного и температурного режима.
- Проводятся лекции, беседы с уч-ся и родителями по профилактике инфекционных венерических и желудочно-кишечных заболеваний.
- Осуществляется тщательный контроль за организацией питания, хранения продуктов, их реализация, ведением документации.
- санитарно-просветительская работа:
 - Проведение ежемесячных бесед с техническим персоналом о санитарно эпидемиологическом режиме в школе.
 - Проведение лекции для учащихся:
 - В осенне-зимний период «Профилактика ОРВИ», выпустить санбюллетень (Профилактика инфекционных заболеваний (сентябрь)).
 - Постоянные беседы с учащимися по профилактике туберкулеза и других инфекционных заболеваний.
 - В марте месяце проводятся лекции с учащимися о вредных привычках.
 - Проводятся в апреле месяце лекции «СПИД- болезнь века».
 - Выпуск санбюллетеней:
 - «Как не заболеть гриппом» (февраль)
 - туберкулез набирает силу распространения (апрель)

Для обучения родителей проводятся родительский лекторий и общешкольные родительские собрания:

- «Адаптационный период при переходе в основную школу и пути его преодоления»
- «Адаптационный период. Особенности подготовки домашнего задания»
- «О состоянии преступности, правонарушениях, проявление экстремизма и национализма среди подростков»
- «Формирование здорового образа жизни ребенка»
- «Формирование здорового образа жизни. Роль семьи в профилактике вредных привычек, девиантного поведения и правонарушений»
- Общешкольное родительское собрание в 5-11 классах «Иммунопрофилактика инфекционных заболеваний».

11. Ожидаемые результаты

- ✓ Снижение числа уроков пропущенных по болезни.

- ✓ Снижение числа рецидивов хронических заболеваний у обучающихся и педагогов;
- ✓ Снижение заболеваемости школьников ОРЗ;
- ✓ Снижение количества психоэмоциональных расстройств;
- ✓ Повышение уровня физической подготовки школьников;
- ✓ Улучшение успеваемости по физической культуре;
- ✓ Увеличение количества учеников с положительной самооценкой;
- ✓ Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения;
- ✓ Улучшение качества питания в школьной столовой;
- ✓ Осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья, как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- ✓ Увеличение числа школьников в спортивных секциях;
- ✓ Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья.

Приложение №1

Сквозная тематика классных часов.

Класс	Соматическое здоровье	Физическое здоровье	Психологическое здоровье	Нравственное здоровье
1 - 4	<ul style="list-style-type: none"> -Знакомство с организмом человека. -Чистота – залог здоровья. -Расту здоровым. -Кто нас лечит. -Как уберечь себя от травм. -Цвета светофора. -Огонь – это опасно. -Гигиена девочек. -Гигиена мальчиков. -Уход за одеждой. -Культура поведения во время болезни. -Культура питания. 	<ul style="list-style-type: none"> -Подвижные игры. -Закаливание организма. -Работа школьных секций. -Спортивные соревнования. -Весёлые старты. 	<ul style="list-style-type: none"> -Психодиагностика. -Ужасные привычки в школе и дома. -Что прячется в капле никотина. 	<ul style="list-style-type: none"> -Слово о маме. -Дом, в котором я живу. -Братья наши меньшие. -Моя Родина. -Цветик-семицветик
5 - 7	<ul style="list-style-type: none"> -Царство зелёного змея. -Культура личной гигиены. -Спецкурс «Полезные привычки». -ЮИД академия. -Лекторий ДЮП. -Культура личной гигиены. -Культура учебного труда. -Оказание первой помощи. - Кока-кола и чупа-чупс: вредны ли они. 	<ul style="list-style-type: none"> -Старты надежд. -Работа школьных секций. -Спортивные соревнования. -«Зарница» 	<ul style="list-style-type: none"> -Психодиагностика. -Обучение психологической гимнастике. -Как жить не ссорясь. -Тренинги «Я люблю своё тело» 	<ul style="list-style-type: none"> -В ладу с самим собой. -Мечтательность, страх, испуг. -Под крышей дома своего. -Вместе весело шагать. -Драться или не драться: разговор по душам. -Папы, мамы, бабушки и дедушки: вместе лучше. -В природном царстве. -Место, где я живу.
8 - 11	<ul style="list-style-type: none"> -Размышления о наркомании. -СПИД- это реальность или миф. -Уберечь от дурмана. -Школьнику о вреде 	<ul style="list-style-type: none"> -Работа школьных секций. -Спортивные соревнования. -Соревнования допризывников. 	<ul style="list-style-type: none"> -Психодиагностика. -Тренинги «Умей сказать нет». -Встреча с доктором Споком. 	<ul style="list-style-type: none"> -Спешите делать добро. -Давайте говорить друг другу комплименты. -Любовь за любовь: красота родной земли. -Как быть красивой.

<ul style="list-style-type: none"> -алкоголя и курения. -Пьянство и закон. -Гигиена юноши и девушки -Культура физического здоровья. -Гигиена рабочего места. -Организация труда. -Азбука половой жизни. -У порога семейной жизни. -Ромео и Джульетта в школе: проблемы взаимоотношений. 	<ul style="list-style-type: none"> -Физ. тестирование. 		<ul style="list-style-type: none"> -Свет мой, зеркальце, скажи. -Блистающий мир. -Первое свидание.
--	---	--	---

Приложение № 2

Тематика родительских собраний и других мероприятий для родителей по проблеме формирования здорового образа жизни (с привлечением медицинских работников):

1. «Здоровье ребенка в руках взрослых»,
2. «Здоровая семья: нравственные аспекты»,
3. «На контроле здоровье детей»,
4. «Режим труда и учебы»,
5. «Физическое воспитание детей в семье»,
6. «Алкоголизм, семья, дети»,
7. «Пагубное влияние курения табака на здоровье человека»,
8. «Предупреждение нервных и сердечных заболеваний в годы юности»,
9. «Вредные привычки у детей»,
10. «Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу»,
11. «Вопросы, которые нас волнуют»,
12. «Эти трудные подростки»,
13. «Взрослые проблемы наших детей»,
14. «Физическое развитие ребенка и пути его совершенствования»,
15. «Курение и статистика»,
16. «Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) – реальность или миф»,
17. «Наркотики в зеркале статистики»,
18. «Социальный вред алкоголизма»,
19. «Психология курения»,
20. «Нецензурная брань – это тоже болезнь».
21. Наблюдения родителями режимных моментов в детском саду, содержащих в себе оздоровительный эффект.
22. Обучение родителей оздоровительным технологиям.
23. Родительские мини-клубы по совместному обсуждению проблем здоровья в семье, детском саду и школе.

