

МАОУ «Лингвистическая гимназия №3 г. Улан-Удэ»
670000, улица Советская, 43, Улан-Удэ, Бурятия, Россия
e-mail: lg3@list.ru, тел: (3012) 21-39-16



Утверждаю:

Директор:

В.С.Шарханов

Комплексная программа
формирования культуры здорового
и безопасного образа жизни
«Здоровье – основа жизни»

Улан-Удэ
2020

Содержание

Паспорт программы

1. Постановка проблемы
2. Обоснование необходимости реализации программы в школе
3. Цель и задачи программы
4. Механизм реализации комплексной программы
5. Система обеспечения здоровьесбережения в МАОУ «Лингвистическая гимназия №3 г.Улан-Удэ»
6. Основные направления деятельности по реализации программы
7. Основные результаты реализации программы
8. Функции различных категорий работников школы в рамках реализации программы «Здоровье – основа жизни»

Реализация программы

1. Планирование работы в рамках реализации программы на 2020– 2023 годы
2. Совершенствование работы по реализации программы
3. Модель формирования культуры здоровья обучающихся
4. Модель формирования культуры здоровья педагогов школы

Паспорт программы

Полное наименование программы	Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни МАОУ «Лингвистическая гимназия №3 г. Улан-Удэ» на период до 2023 года
Основания для разработки программы	<ul style="list-style-type: none">- Конвенция о правах ребенка. (Генеральная ассамблея ООН 5 декабря 1989 года). Ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.1990г.);- Федеральный закон от 29.12.2012 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»- Указ Президента РФ от 07.05.2012 N 599 "О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки"- Постановление Правительства Российской Федерации от 15.04.- Федеральный закон №38 –ФЗ от 30.03.1995. «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ – инфекции)».- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, основного общего образования.- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;- СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»- СанПин 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в ОУ, учреждениях начального и среднего профессионального образования»
Этапы и сроки реализации программы	Первый этап. (2020-2023 год) Аналитико-проектировочный. Второй этап (2020-2023 годы). Реализующий. - реализация основных направлений деятельности;

	<p>- мониторинг основных направлений деятельности;</p> <p>- внесение корректив на основе мониторинга эффективности работы по внедрению программы.</p> <p>Третий этап (2022-2023 годы)</p> <p>Аналитико-обобщающий.</p> <p>- итоговый анализ реализации программы;</p> <p>- проектирование и разработка следующей программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на 2022 – 2023годы</p>
Цель программы	<p>формирование здоровьесберегающей компетентности всех участников образовательного процесса через координацию деятельности сотрудников школы по сохранению и укреплению здоровья детей и подростков, через обеспечение взаимодействия школьной системы образования с учреждениями здравоохранения, физической культуры и спорта, органами государственной власти, социальными партнёрами, местными сообществами</p>
Основные задачи и мероприятия программы	<p>Для достижения цели Программы необходимо решение комплекса задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> • развитие у обучающихся стремления и желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения; • пропагандирование культуры питания, формирование установок здорового питания; • учёт возрастных, психологических и иных особенностей обучающихся в процессе организации оптимальных двигательных режимов, развитие у детей потребности в занятиях физической культурой и спортом; • соблюдение здоровьесозидающих режимов дня; • формирование у обучающихся негативного отношения к факторам риска здоровью (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества); • развитие у обучающихся способности противостоять вовлечению в табакокурение, употребление алкогольных напитков, наркотических и сильнодействующих веществ; • формирование у обучающихся культуры отношения к своему здоровью: безбоязненное и своевременное обращение к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены; • формирование культуры учебной деятельности на основе здоровьесберегающего характера: умение организовывать успешную учебную работу, выбирая оптимальные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей;

	<ul style="list-style-type: none"> • формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях. • формирование у обучающихся основ экологической культуры с учётом экологически сообразного поведения в быту и природе, поведения безопасного для человека и окружающей среды;
<p>Основные подпрограммы</p>	<p>1. Здоровьесберегающее образование Внедрение нового содержания общего образования. Апробация современных здоровьесберегающих образовательных технологий в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта. Методическая и инновационная поддержка развития здоровьесберегающего потенциала образовательных систем дошкольного образования, школьного и дополнительного образования детей.</p> <p>2. Здоровьесберегающая среда – школа – территория зорovia. Создание развивающей, результативной комфортной образовательной среды в школе. Общественный характер управления в создании здоровьесозидающей образовательной среды. Расширение социального партнерства с различными социальными институтами города, общественными и профессиональными организациями для обеспечения условий социализации обучающихся всех категорий.</p> <p>3. Движение – путь к здоровью. Создание условий для активной жизнедеятельности школьников. Активное участие детей на основе добровольного характера в спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях. Увеличение и расширения спектра физкультурно-оздоровительных услуг для учащихся всех категорий.</p> <p>4. Правильное питание - залог здоровья. Реализация мероприятий, направленных на формирования у обучающихся навыков здорового питания. Обеспечение в школьной столовой разнообразного питания, соответствующего физическим и диетическим потребностям детей и подростков. Популяризация правильного питания для формирования навыков здорового образа жизни.</p> <p>5. Здоровый образ жизни – залог успешности. Реализация мероприятий, разработка дополнительных образовательных программ, направленных на формирования у обучающихся навыков здорового образа жизни. Организация воспитательных мероприятий здоровьесберегающей направленности с учетом потребностей учащихся, интересов семей. Поддержка социального творчества детей и молодежи, развитие навыка позитивного здорового досуга.</p> <p>6. Основы медицинского просвещения школьников Повышение уровня компетентности школьников по</p>

	<p>вопросам сохранения здоровья и профилактики заболеваний. Профессиональная ориентация обучающихся в сфере медицинских профессий.</p> <p>7. Академия здоровья для взрослых Информационно-методическая поддержка работников школы в области здоровьесберегающих технологий и их внедрения в образовательный процесс. Повышение эффективности работы педагогического коллектива школы по созданию здоровьесберегающей образовательной среды.</p>
Исполнители программы	Педагогические работники школы, родители обучающихся, обучающиеся школы, социальные партнёры
Планируемые результаты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование у обучающихся основ валеологической культуры поведения в стандартных жизненных ситуациях 2. Формирование мотивации ценностей здоровьесберегающего, экологического поведения у школьников 3. Формирование культуры восстановительного спортивно-оздоровительного дополнительного образования и профилактики утомляемости в обучении. 4. Профилактика стрессовых ситуаций в обучении 5. Профилактика травматизма 6. Профилактики вредных привычек и зависимостей 7. Снижение количества пропусков занятий 8. Повышение компетентности родителей, педагогических работников и всего персонала образовательного учреждения по вопросам здоровьесбережения 9. Повышение удовлетворённости здоровьесберегающей деятельностью школы 10. Активизация жизнедеятельности школьников, их свободного и добровольного участия в мероприятиях спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности 11. Организация позитивного здорового досуга, участия в мероприятиях спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности на добровольной основе

1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ

Современное общество в последние десятилетия столкнулось с проблемой перенасыщения информацией, это, безусловно, в свою очередь, приводит к формированию иного образа жизни, обусловленного компьютеризацией и информатизацией различных сфер повседневной, общественной и экономической деятельности человека; именно в таком обществе живут и будут жить сегодняшние школьники.

Вызовы времени и современные приоритеты развития российского и петербургского образования требуют обновления инфраструктуры образовательного учреждения, в связи с этим также должна изменяться здоровьесберегающая деятельность школы; должны создаваться условия для профилактики угроз физическому, психическому, социальному и нравственному здоровью обучающихся. Эти условия должны отвечать требованиям времени и запросам участников образовательного процесса. Совместная деятельность в этом направлении должна проходить на основе интеграции усилий всех участников образовательного процесса, новых форм и механизмов взаимодействия.

2. ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ В ШКОЛЕ

Актуальность Программы обусловлена как результатами анкетирования родителей учащихся школы (75% опрошенных отмечают формирование культуры здорового и безопасного образа жизни среди приоритетов развития школьного образования), так и результатами медицинского мониторинга, по которым большинство обучающихся имеют те или иные отклонения в здоровье.

На сегодняшний день проблема здоровья населения России, и прежде всего, проблема здоровья подрастающего поколения, является одной из самых серьёзных проблем, вызывающих беспокойство и государственных организаций, и всего общества. Стратегические направления государственной политики в области сохранения здоровья подрастающего поколения регламентируются федеральным и региональным законами «Об образовании», Семейным кодексом Российской Федерации, «Основами законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан», другими нормативными правовыми актами, определяющими роль родителей, школы, самих обучающихся в сохранении и укреплении их здоровья.

Определение понятия «здоровье» в современном понимании впервые было сформулировано Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) в 1940 г. Именно тогда было признано, что здоровье - это не просто отсутствие болезней, а состояние физического, психического и социального благополучия. Под таким благополучием подразумевается гармоничное сочетание социального, физического, интеллектуального, эмоционального и духовного аспектов жизни. Выстраивать собственную жизнь в соответствии с такими требованиями способен только человек, обладающий определенным мировоззрением, уровнем развития личности, убеждениями и установками, а также всесторонними знаниями, умениями и привычками здорового образа жизни.

Понятие «здоровье» нужно рассматривать на разных уровнях: телесном, психологическом, духовном и социальном. При этом необходимо помнить, что духовное, нравственное и физическое здоровье поколения, государства, человеческого общества в целом складывается из здоровья отдельных людей. Следовательно, проблема здоровья не может рассматриваться как личное дело одного человека. По данным исследований Минздравмедпрома и Госкомэпиднадзора России лишь 14% детей практически здоровы, 50% имеют функциональные отклонения, 35-40% хронические заболевания. Среди школьников за период обучения в 5 раз возрастает частота нарушений органов зрения, в 3 раза - патология пищеварения и мочеполовой системы, в 5 раз - нарушение осанки, в 4 раза - нервно-психических расстройств. За последние годы в 20 раз увеличилось количество

низкорослых детей. Ежегодно более 35% юношей не способны нести воинскую службу по медицинским показателям. Смертность превышает рождаемость.

Необходимо также отметить, что состояние здоровья детей и подростков по оценкам отечественных и зарубежных специалистов зависит на 20-40% от состояния окружающей среды, на 15-20% генетических факторов, на 10% от деятельности служб здравоохранения и на 25-50% от образа жизни.

Для детей и подростков основными составляющими элементами ЗОЖ являются рациональное питание, двигательная активность, общеукрепляющие и антистрессовые мероприятия, полноценный отдых, оказание медицинского сопровождения на высоком уровне.

Отсутствие выше указанных составляющих приводит к ослаблению здоровья обучающихся, с одной стороны, и к попаданию таких школьников в группу риска, с другой стороны.

Недостаточное внимание к медицинским, гигиеническим и социальным проблемам детей значительно снижает общий уровень здоровья населения. Воспитание культуры здорового образа жизни определяет в конечном итоге общий уровень жизни, как отдельной личности, так и общества в целом.

Самые серьезные социальные проблемы и проблемы здравоохранения, характерные для настоящего времени, связаны с особенностями поведения и образом жизни населения.

А ведь образ жизни и привычки поведения формируются в подростковом возрасте. Исследования выявили крайне негативную картину: в подростковом возрасте курят 40% мальчиков и 30% девочек, а среди старшеклассников более 80% периодически употребляют алкоголь. Нужно обратить особое внимание и на питание детей, ведь в школьных столовых детям предлагают иногда пищу, перенасыщенную жиром и сахаром. По данным клинико-диагностического обследования среди выпускников 9-х и 11-х классов 31% имеют одно заболевание или нарушение, 28% - два, 33% - три и более. Только 8% подростков признаны здоровыми.

Безусловно, отсутствие культуры здорового образа жизни, поведение, связанное с риском для здоровья, затрудняет также получение хорошего образования, приводит к отрицательным социальным последствиям. Школьникам, испытывающим проблемы со здоровьем, сложнее учиться. В решении этой проблемы далеко не всегда помогает улучшение методов преподавания, стандартов или организационной структуры системы образования. А ведь на современном этапе развития нашего общества, учитывая все большую открытость экономики страны и включения ее в мировую экономику, для развития и процветания страны, а также для собственной успешности молодым людям необходимо иметь более высокий уровень образования.

Медицинские работники многих поколений, отмечая, что большинство болезней взрослых уходят корнями в детство, указывают на особую роль школы в формировании культуры здорового образа жизни ребенка, его отношения к своему здоровью, реальным действиям и поступкам, способствующим укреплению и физического. И психологического здоровья.

С одной стороны, следует, однако, признать, что ***современная общеобразовательная школа далеко не всегда улучшает здоровье детей.*** Результаты научных исследований состояния здоровья школьников свидетельствуют о значительном росте большинства заболеваний и функциональных расстройств именно в период обучения детей в школе. За период обучения в школе 70 % детей переходит из категории здоровых в группу детей, страдающих различного рода функциональными отклонениями и хроническими заболеваниями.

С другой стороны ситуация усугубляется тем, что в школу из дошкольных учреждений и семьи приходит не менее 80 % детей, имеющих различные отклонения в состоянии здоровья: от функциональных нарушений до хронических заболеваний.

Медико-психолого-педагогическая практика показывает, что большое число школьников в процессе учебно-познавательной деятельности пребывают в состоянии хронического утомления, являющегося основой для поддержания организма в режиме хронического нервно-психического истощения. Более того, исследованиями доказано, что педагогические ошибки или безграмотно применяемые педагогические технологии отрицательно отражаются на детской психике, что приводит к невротическим нарушениям. При этом данные диагностических обследований школьников фиксируют печальные факты:

- низкий уровень познавательной активности;
- низкий уровень мотивации учебной деятельности;
- неустойчивость эмоциональной сферы;
- высокий уровень тревожности;
- несформированность навыков общения.

Указанные выше проблемы связаны не только со школой, но и с тем, в каких семьях живут дети. Формирование здоровья школьников – это сложный многогранный процесс, зависящий от многих факторов. В настоящее время, здоровье ребёнка становится самой актуальной проблемой для многих отраслей знаний, среди которых особое место отводится **педагогической науке, призванной через систему образования путем формирования культуры здорового образа жизни развивать и сохранять здоровье человека.**

К сожалению, многие современные школьники, как и взрослые, не считают свое здоровье важнейшей жизненной ценностью. Важно, чтобы и взрослые, и дети владели знаниями способов, средств и факторов, укрепляющих здоровье, и самое главное имели потребность применять эти знания в жизни, заботились о своем здоровье и здоровье окружающих людей. **Поэтому общество предъявляет социальный заказ системе образования - усилить работу по оздоровлению школьной среды, укреплению здоровья детей и формированию у них здорового образа жизни (ЗОЖ).**

Наша программа призвана обеспечить здоровый образ жизни для всего школьного коллектива путем создания школьной образовательной среды, благоприятной для укрепления здоровья. При этом необходимо привести все элементы учебного процесса в соответствие с состоянием здоровья, физическими и психологическими возможностями обучающихся и учителей; содействовать воспитанию у детей чувства своей неразрывности с природой, ответственности за собственное здоровье, здоровье семьи и общества; обучать навыкам здорового образа жизни и культуре межличностных отношений.

Современный уровень знаний, уровень развития человеческого мышления позволяет осознать связь всех событий и явлений окружающего мира в гармонии, ощутить себя частью Вселенной.

Воспитание культуры здорового образа жизни предполагает формирование зрелой личности, которая характеризуется дисциплиной ума, эмоций и поступков. Такая личность обладает способностью приводить в полное равновесие свои мысли, чувства и действия. Осуществление здорового образа жизни предполагает формирование зрелой личности, которая характеризуется дисциплиной ума, эмоций и поступков. Такая личность обладает способностью приводить в полное равновесие свои мысли, чувства и действия.

Данная программа строится на понимании **здоровья** обучающихся как фундаментальных основ полноценного и гармоничного развития ребенка в соответствии с его физическими и психологическими возможностями. Основное положение программы – принцип социальной справедливости по отношению ко всем подросткам, независимо от материальных возможностей родителей.

Программа предусматривает получение школьниками знаний и навыков, необходимых для формирования потребности в здоровом образе жизни, навыков гигиены и профилактики заболеваний, рационального питания и других способов самосовершенствования.

Содержание программы предполагает изучение вопросов этики, морали, психологии, социологии, экономики, правоведения, анатомии и гигиены человека в аспекте пропаганды, обучения и воспитания здорового образа жизни.

Занятия проводятся в форме лекций, семинаров, бесед, дискуссий. Большое место уделяется практическим занятиям, на которых проводятся тренинги, анкетирование и тестирование, игровое моделирование.

В распоряжении образовательной системы имеются мощные возможности для позитивного воздействия на здоровье путем повышения уровня грамотности, воспитания культуры здоровья, приобщения к ведению здорового образа жизни. Не использовать их – значит не решать главную задачу образования – подготовку ребенка к самостоятельной жизни.

При этом необходимо помнить следующее: недостаточно нацеливать все усилия лишь на заботу о здоровье обучающихся, педагог на собственном примере должен продемонстрировать детям культуру здоровья. Учитель, не проявляющий грамотную заботу о своем здоровье, не предъявляющий ученикам позитивные результаты этой заботы, оказывается для них плохим примером. Вниманием к своему здоровью учитель, вольно и невольно, помогает решать важнейшую задачу школы – воспитательную (Формирование у обучающихся культуры здорового образа жизни). Все это отражает фундаментальный принцип педагогики: качество подготовки ученика к реальной жизни определяется в конечном счете профессионализмом учителя.

3. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: формирование здоровьесберегающей компетентности всех участников образовательного процесса через координацию деятельности сотрудников школы по сохранению и укреплению здоровья детей и подростков, через обеспечение взаимодействия школьной системы образования с учреждениями здравоохранения, физической культуры и спорта, органами государственной власти, социальными партнёрами, местными сообществами

Для достижения цели Программы необходимо решение комплекса **задач:**

- развитие у обучающихся стремления и желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
- пропагандирование культуры питания, формирование установок здорового питания;
- учёт возрастных, психологических и иных особенностей обучающихся в процессе организации оптимальных двигательных режимов, развитие у детей потребности в занятиях физической культурой и спортом; • соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;
- формирование у обучающихся негативного отношения к факторам риска здоровью (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества);
- развитие у обучающихся способности противостоять вовлечению в табакокурение, употребление алкогольных напитков, наркотических и сильнодействующих веществ;
- формирование у обучающихся культуры отношения к своему здоровью: безбоязненное и своевременное обращение к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
- формирование культуры учебной деятельности на основе здоровьесберегающего характера: умение организовывать успешную учебную работу,

выбирая оптимальные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей;

- формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.
- формирование у обучающихся основ экологической культуры с учётом экологически сообразного поведения в быту и природе, поведения безопасного для человека и окружающей среды.

4. МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ

В основе программы – проектный принцип, который позволяет коллективу обучающихся и педагогов принять участие в проектировании своего здоровья.

Комплексная программа реализуется на двух организационных уровнях:

Уровень классного коллектива.

Всесторонняя программа здоровья в организованном детском коллективе включает следующие компоненты:

1. Физическое воспитание;
2. Формирование здоровой среды класса;
3. Вовлечение родителей и общественности;
4. Проведение психологических тренингов и коммуникативных игр.

Уровень ОУ.

Комплексная программа здоровья включает в себя следующие составляющие:

1. Образование в области здоровья;
2. Медико-психологическая служба ОУ;
3. Служба здоровья персонала ОУ;
4. Формирование здоровой среды ОУ.

5. СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ

Система обеспечения здоровьесбережения в нашей школе сегодня имеет те же недостатки, которые свойственны всей образовательной системе в целом: интенсификация учебного процесса, увеличение длительности учебных занятий, учебный стресс, снижение двигательной активности. Все это неблагоприятно влияет на состояние здоровья детей и подростков. Наличие тесной связи между состоянием здоровья учащихся и организацией учебного процесса в образовательном учреждении требует разработки конкретных рекомендаций по совершенствованию учебного процесса, исходя из особенностей нашей школы, с учетом негативного влияния на здоровье ребенка (перегруженность учебных программ, несовершенство педагогических технологий, режима учебных занятий, организации отдыха, физической активности школьников).

Изучив влияние факторов, влияющих на уровень здоровья обучающихся, можно сделать следующие выводы:

1. Наследственность – определяет здоровье на 20%.
2. Условия внешней среды (природные и социальные) – на 20%.
3. Деятельность системы здравоохранения – на 10%.
4. Образ жизни человека – на 50%.

Из этого соотношения видно, что главным резервом здоровья человека является его образ жизни. Формируя культуру здорового образа жизни, мы можем существенно повысить потенциал здоровья.

В данной программе использована классификация здоровьесберегающих технологий, разработанная Н.К. Смирновым (Н.К. Смирнов, 2006). Среди здоровьесберегающих технологий, применяемых в системе образования он выделяет

несколько групп, в которых используется разный подход к охране здоровья, а соответственно, и разные методы и формы работы.

1. Медико-гигиенические технологии (МГТ).

Все проблемы, связанные со здоровьем человека, традиционно относятся к компетенции медицинских работников, к ответственности системы здравоохранения. Но именно в образовательных учреждениях использование профилактических программ является обязательным. К медико-гигиеническим технологиям относятся контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиНов.

В формировании здорового образа жизни школьников большую роль играют медицинские работники школы. Обязанности медицинского кабинета школы заключаются в следующем: проведение прививок учащимся, оказание консультативной и неотложной помощи обратившимся в медицинский кабинет, проведение мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению обучающихся и педагогического коллектива; также работники медицинского кабинета следят за динамикой здоровья обучающихся, организуют профилактические мероприятия в преддверии эпидемий (гриппа) и решают ряд других задач, относящихся к компетенции медицинской службы

2. Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ).

Направлены на физическое развитие занимающихся: закаливание, тренировка силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового человека, занимающегося физической культурой от физически слабого. Реализуются на уроках физической культуры и в работе спортивных секций.

3. Экологические здоровьесберегающие технологии (ЭЗТ).

Ресурсы этой области здоровьесбережения, на наш взгляд, пока явно недооценены и слабо задействованы, требуют особого подхода. Направленность этих технологий – создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой. В школе это – и обустройство пришкольной территории, и зеленые растения в кабинет, рекреациях, и живой уголок, и участие в природоохранных мероприятиях.

4. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ТОБЖ).

Реализация данных технологий в компетенции специалистов по охране труда, специалистов по защите в чрезвычайных ситуациях, в компетенции архитекторов, строителей, представителей коммунальной, инженерно-технических служб, гражданской обороны, пожарной инспекции. Поскольку сохранение здоровья рассматривается при этом как частный случай главной задачи – сохранение жизни – требования и рекомендации этих специалистов подлежат обязательному учету и интеграции в общую систему здоровьесберегающих технологий. Грамотность обучающихся по этим вопросам обеспечивается изучением курса ОБЖ, педагогов – курса «Безопасность жизнедеятельности», а за обеспечение безопасности условий пребывания в школе отвечает ее директор.

5. Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ) подразделяются на 3 подгруппы:

- организационно-педагогические технологии (ОПТ), определяющие структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствуют предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадапционных состояний;

- психолого-педагогические технологии (ППТ), связанные с непосредственной работой учителя на уроке, его воздействием на детей в течение урока. Сюда же относятся и психолого-педагогическое сопровождение всех составляющих образовательного процесса;

- учебно-воспитательные технологии (УВТ) включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здорового образа жизни, предупреждению вредных привычек. Данные технологии предусматривают также проведение организационно-воспитательной работы со школьниками после уроков, просвещение их родителей по вопросам культуры здоровья..

Отдельное место занимают еще две группы технологий, традиционно реализуемые вне школы, но в последнее время все чаще включаемые во внеурочную работу школы:

- социально адаптирующие и личностно-развивающие технологии (САЛРТ) включают технологии, обеспечивающие формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности. Сюда относятся различные социально-психологические тренинги, программы социальной и семейной педагогики, к участию в которых, безусловно, целесообразно привлекать не только школьников, но и их родителей, а также педагогов;

- лечебно-оздоровительные технологии (ЛОТ) составляют самостоятельные медико-педагогические области знаний: лечебную педагогику и лечебную физкультуру, воздействие которых обеспечивает восстановление физического здоровья школьников.

Гигиеническое обучение и воспитание школьников, привитие им нормального и здорового образа жизни должно носить комплексный и непрерывный характер, пробуждать их к активному и сознательному действию в настоящем и будущем.

- улучшение собственного психического и физического состояния;
- отказ от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;
- нетерпимое отношение к неправильному гигиеническому поведению других людей и ухудшению условий окружающей среды;
- сознательное участие в охране здоровья и формировании окружающей среды;
- адекватное поведение (в случае болезни), направленное на выздоровление;
- практическое овладение здоровьесберегающими технологиями.

Все эти технологии взаимосвязаны между собой.

Если рассматривать использование ЗОТ учителем на уроке и при проведении организационно-педагогических мероприятий как выполнение задачи минимум, т.е. защиту здоровья учащихся от нанесения потенциального вреда, то значительная часть программ школы в области здоровья окажется за рамками здоровьесбережения. Но очевидно, что задачи школы и каждого учителя по подготовке ученика к самостоятельной жизни предполагают необходимость формирования у него культуры здоровья, воспитание потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение необходимыми знаниями, формирование соответствующих навыков.

Мы планируем организовать учебно-воспитательный процесс таким образом, чтобы каждый участник совместной образовательной деятельности имел возможность управлять своим здоровьем. Для достижения этой цели необходимо, чтобы все учащиеся и педагоги были сформированы так называемым саногенным мышлением, т.е. мышление, здоровье и здоровье окружающих.

Необходимым условием является выбор методов диагностики и последующего мониторинга развития и здоровья детей и подростков.

Для создания благоприятного психологического климата в учебном процессе, педагогами школы применяются личностно-значимые способы учебной работы, индивидуальные задания разных типов и уровней, индивидуальный темп работы и выбора видов учебной деятельности - это те методы и приемы, которые раскрепощают ребенка, повышают уровень его познавательной активности, учебной мотивации, способствуют

эмоциональной уравновешенности и уверенности в собственных возможностях. Следовательно, эти методы снижают тревожность и психическое напряжение учащихся, т.е. нивелируют стрессогенный фактор в учебном процессе. Это, в свою очередь, улучшает адаптацию и повышает сопротивляемость организма к воздействию внешних и внутренних негативных факторов, т.е. способствует сохранению как психического, так и соматического здоровья школьников.

В образовательном процессе одной из наиболее значимых здоровьесберегающих технологий педагоги, психологи и гигиенисты считают **индивидуальный подход к обучению школьников**. Формы и способы осуществления дифференциации могут касаться индивидуального дозирования и распределения учебной нагрузки, определения соответствующего индивидуальным возможностям учащегося уровня сложности заданий в пределах стандартных и повышенных требований и т.д.

Сегодня мы пытаемся разработать индивидуальный образовательный маршрут одаренным и особым детям, пытаемся реализовать в практике работы школы адаптивную модель организации учебно-воспитательного процесса.

Для создания благоприятного психологического климата в учебном процессе в школах используются личностно-значимые способы учебной работы, индивидуального задания различных типов и уровней, индивидуального темпа работы и выбора учебной деятельности - это методы и приемы, которые раскрепощают ребенка, повышают уровень его познавательной активности, учебной мотивации, способствуют эмоциональной уравновешенности и уверенности в собственных возможностях. Следовательно, эти методы снижают тревожность и психическое напряжение учащихся, т.е. нивелируют стрессогенный фактор в учебном процессе. Это в свою очередь улучшает адаптацию и повышает сопротивляемость организма к внешним и внутренним негативным факторам, т.е. способствуют сохранению здоровья школьников.

В образовательном процессе одной из наиболее значимых здоровьесберегающих технологий педагоги, психологи и гигиенисты считают индивидуальный подход к обучению школьников. Все это требует индивидуального дозирования и распределения учебной нагрузки, определения соответствующего индивидуальным возможностям учащегося уровня сложности заданий в пределах стандартных и повышенных требований и т.д.

Сегодня мы пытаемся разработать индивидуальный образовательный маршрут для обучающихся.

Известно, что профилактика нарушений здоровья учащихся при обучении в школах - это, прежде всего, мероприятия по снижению влияния неблагоприятных внутришкольных факторов: соблюдение действующих СанПиНов, регулярный мониторинг внутришкольной среды, оптимизация учебного процесса.

Профилактика и коррекция так называемых «школьных» болезней (близорукость, нарушение осанки) во многом зависит от соблюдения гигиенических норм естественного и искусственного освещения, соответствия размеров школьной мебели возрастнo-антропометрическим параметрам школьника, а также от величины учебной нагрузки.

Мы планируем использование в образовательном процессе специфических методов **профилактики прогрессирования близорукости** - занятия с офтальмотренажером, специальная гимнастика для снятия зрительного напряжения, метод сферопризматической коррекции Ю.А. Утехина, методика построения занятий в режиме подвижных объектов и «зрительных горизонтов», а также методы простейших зрительно-координатных тренажей (по В.Ф. Базарному).

Для профилактики и коррекции нарушений осанки планируем использовать корригирующую гимнастику, позволяющую формировать правильную осанку и стабилизировать имеющиеся функциональные нарушения позвоночника. Для коррекции осанки используются занятия лечебной физкультурой в школе и дома, игры, способствующие улучшению осанки, оздоровительный массаж. С целью динамизации

рабочей позы (сидя-стоя) применяются регулируемые по росту настольные конторки (парты).

Профилактика простудных заболеваний, как правило, в осенне-весенний период и включает витаминизацию, фитотерапию, позволяющие повысить работоспособность, снизить риск развития простудных заболеваний. Планируется заключение договора на посещение соляной комнаты ГБУЗ Поликлиника №3 и кабинета физиотерапии ГБУЗ Поликлиника №1

Для укрепления психоэмоционального и физического здоровья в школе организован кабинет психологической разгрузки и саморегуляции. Большой и малый спортивные и тренажерный залы и зал хореографии и бального танца.

В рамках медицинских программ, реализуемых в школе, будет проводиться мониторинг **гиповитаминозов и их профилактика** на основе поливитаминного комплекса.

- рациональный режим труда (учебы) и отдыха,
- оптимальная и систематическая физическая активность;
- эффективное, научно обоснованное закаливание;
- нормальное питание в соответствии с концепцией адекватного питания;
- комплекс психологических и психопрофилактических воздействий;
- учет и коррекция влияния на здоровье окружающей среды;
- вред и польза самолечения;
- борьба с вредными для здоровья факторами - алкоголизма, курения, наркомании, токсикомании;
- формирование правильных представлений о ЗОЖ;
- привлечение учащихся к спортивным мероприятиям

Успешность в решении задач формирования у школьников культуры здорового образа жизни зависит от уровня жизни человека и от воспитательной работы, направленной на развитие познавательной активности детей и подростков.

Для формирования здорового образа жизни в школе используются следующие направления работы:

- рациональный режим учебы и отдыха,
- оптимальная и систематическая физическая активность;
- эффективное, научно обоснованное закаливание;
- питание в соответствии с концепцией адекватного питания;
- комплекс психологических и психопрофилактических воздействий;
- учет и коррекция воздействия на здоровье окружающей среды;
- вред и польза самолечения;
- борьба с вредными для здоровья факторами - алкоголизм, курения, наркомании, токсикомании;
- международное правильное представительство о ЗОЖ;
- привлечение учащихся к спортивным мероприятиям

6. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГИМНАЗИИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Диагностическая деятельность:

- ✓ диагностический мониторинг физического состояния, гармоничности развития,
- ✓ диагностический мониторинг физической подготовленности и работоспособности детей,
- ✓ диагностический мониторинг состояния функций опорно-двигательного аппарата и органа зрения;
- ✓ диагностика готовности ребенка к поступлению в школу с выявлением степени морфофункциональной зрелости ребенка;
- ✓ диагностика состояния адаптационных механизмов, предупреждение психосоматической дезадаптации;

- ✓ контроль за сбалансированностью питания;
- ✓ мониторинг причин, влияющих на ухудшение состояния здоровья и нарушение гармоничности физического развития.

2. Развивающая деятельность ориентирована на оказание помощи педагогическому коллективу в осуществлении индивидуального подхода в обучении и воспитании детей, развитии их способностей и склонностей.

3. Профилактическая и коррекционная деятельность определяется необходимостью формирования у педагогов и детей потребности в знаниях о здоровом образе жизни, желания использовать их в работе с ребенком, а также своевременным предупреждением и устранением возможных отклонений в состоянии здоровья и физического развития, обусловленных неумелым обучением и воспитанием. Профилактическая и коррекционная работа проводится как с отдельными детьми, педагогами, так и с их группами. В процессе профилактической и коррекционной работы осуществляются следующие конкретные мероприятия:

- прием детей в первые классы, диагностика физиолого-гигиенической готовности степень биологической зрелости с целью раннего выявления возможных отклонений в состоянии здоровья;

- разработка комплекса развивающих, профилактических и коррекционных упражнений для занятия с детьми. Совместно с педагогами и родителями намечает программу индивидуальной работы с целью их улучшения адаптации, высокой работоспособности и обеспечения нормального развития с учетом индивидуальной готовности ребенка к обучению на каждом переходном этапе.

4. Консультативная деятельность ориентирована на повышение валеологической культуры педагогов и родителей; расширение кругозора по вопросам здорового образа жизни. При осуществлении консультативной работы необходимо решать следующие задачи:

- консультация педагогов, родителей по проблеме оздоровления детей. Консультации могут носить как индивидуальный, так и групповой характер;

- индивидуальные и коллективные занятия с детьми по вопросам здорового образа жизни;

- повышение валеологической грамотности через работу педагогического совета, методических объединений, общих и родительских собраний;

- на базе библиотеки комплектация библиотечки по проблемам здоровья и здорового образа жизни.

В соответствии с этим в школе вводится следующая модель школы здоровья:

1. Образование в области здоровья. Это последовательно спланированная программа на весь школьный курс, ориентированная на физические, интеллектуальные, эмоциональные и социальные аспекты здоровья. **Цель – здоровье как необходимая составляющая общей культуры.**

2. Физическое воспитание (физическая культура и спорт, трудовые навыки), которое представляет собой последовательно спланированную школьную программу на весь курс обучения физическим навыкам и физической активности, пригодную для всех школьников.

3. Работа медицинского кабинета ориентирована на профилактику и раннее вмешательство, включая оказание неотложной помощи, первой помощи, умение работать с хронически больными детьми, связь с медицинскими учреждениями по месту жительства.

4. Система питания обеспечивает детей разнообразной, вкусной и здоровой пищей, формирует и отслеживает правила питания в классах и столовой.

5. Консультирование, психологическая и социальная служба включают в работу базирующиеся в школе структуры социального обеспечения.

6. Здоровая среда направлена на **формирование благоприятного физического и психологического климата** в школе.

7. Вовлечение родителей и общественности включает широкий круг возможностей по сохранению и улучшению здоровья школьников.

Для решения задач, поставленных в программе, необходимо провести анализ следующих показателей:

- число заболеваний за год;
- количество дней, пропущенных по болезни;
- количество учащихся, переболевших за год (%);
- количество впервые выявленных заболеваний;
- количество детей, наблюдающихся узкими специалистами;
- пограничные нервно – психические состояния;
- патология желудочно – кишечного тракта;
- инфекционные заболевания;
- травматизм;
- нарушение остроты зрения;
- число впервые выявленного кариеса;
- физическое развитие;
- масса тела;
- осанка;
- риск формирования зависимости (случаи употребления наркотиков, алкоголя, курение);
- получение социальной помощи.

Данные показатели дают возможность объективно оценивать состояние здоровья учащихся в динамике и могут быть использованы в качестве медицинских критериев эффективности различных образовательных программ, направленных на укрепление здоровья.

Примечание: из общего количества учащихся школы необходимы данные на каждый класс отдельно.

Образование в области физического воспитания.

Дети по уровню здоровья и физической подготовленности подразделяются на три медицинские группы – основную, подготовительную и специальную.

На основе учета возраста, показателей физической подготовленности, степени заболевания ежегодно к началу учебного года формировать специальные медицинские группы учащихся.

Занятия проводить с учетом рекомендаций МРМО (методическое пособие «Занятия с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе»).

Соблюдать санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к урокам физкультуры, трудового обучения, (проветриваемые чистые помещения, специальная форма, определенные нормами физические нагрузки).

Соблюдать динамические паузы на всех уроках в 1-6 классах.

Внедрение и совершенствование использования здоровьесберегающих образовательных технологий:

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесберегающие экологические технологии, направленные на создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой (обустройство пришкольной территории, зеленые растения в классах, рекреациях, участие в природоохранных мероприятиях);

- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

Профилактика заболеваний через здоровое питание

Деятельность по улучшению питания школьников должна предполагать два аспекта: питание ребенка в школе и контроль за полноценностью питания в семьях учеников.

Для решения данной проблемы необходимо:

1. Выдерживать режим питания школьников, учитывая их возрастные особенности.
2. Медицинскому работнику, ответственному за питание, контролировать процесс приготовления пищи.
3. Минимальными ресурсами при идеальной чистоте выдерживать эстетику столовой.
4. Учителям, находить возможность в доступной, деликатной форме информировать детей о питании в домашних условиях.
5. Реализовывать ученические проекты по теме «Здоровое питание»

Участие родителей и общественности в реализации программы

Родители должны помогать своим детям:

- в овладении необходимыми знаниями и умениями в области сохранения здоровья;
- в процессе организации ими учебной и досуговой деятельности;
- в организации здоровья жизнедеятельности за рамками учебно-воспитательного процесса в школе;
- в борьбе с вредными привычками.

Педагогические работники и родители должны знать вредные факторы и уметь исключить или минимизировать их отрицательное влияние на здоровье учащихся.

Активизировать просветительскую работу по вопросам здорового образа жизни со всеми участниками образовательного процесса:

- с родителями учащихся 1-11 классов – «Наркомания знак беды» (родительское собрание)
- с педколлективом провести тематические семинары
- с учащимися провести мероприятия по воспитанию культуры здоровья;
- организовывать встречи с работниками здравоохранения.

7. ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Ожидаемые результаты

1) Создание максимально благоприятных условий для формирования здоровьесберегающей среды в ОУ, которые позволят обеспечить:

- повышение успешности учащихся в образовательной деятельности;
- формирование у учащихся готовности к сохранению и укреплению здоровья;
- снижение заболеваемости и функциональной напряженности учащихся;
- повышение готовности педагогов к здоровьесберегающей деятельности;
- усовершенствованную организацию здорового и рационального питания в ОУ.

2) Наличие востребованного электронного банка ресурсов города и Республики Бурятия и методических разработок в области обеспечения безопасности и здоровьесберегающей деятельности ОУ;

3) Повышение уровней валеологической грамотности и обеспечения безопасной жизнедеятельности обучающихся и их родителей; осознанная потребность в здоровом образе жизни.

4) Сбережение здоровья и формирование культуры здорового образа жизни у всех участников образовательного процесса.

- 5) Улучшение физического и эмоционально-психологического состояния всех участников образовательного процесса.
- 6) Расширение сети спортивных секций и видов физкультурно-оздоровительной работы;
- 7) Рост спортивных достижений обучающихся;
- 8) Повышение профессиональной компетенции педагогов и работников ОУ в сохранении и укреплении физического, нравственного, морального и социального здоровья обучающихся (воспитанников).

МОДЕЛЬ ЛИЧНОСТИ УЧЕНИКА

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей и подростков.

Для этого создана **прогнозируемая модель личности ученика**:

Модель выпускника первой ступени обучения	Модель выпускника второй ступени обучения	Модель выпускника третьей ступени обучения
<ul style="list-style-type: none"> - знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены; - владение основами личной гигиены и здорового образа жизни. - благоприятное эмоционально самочувствие - наличие положительной школьной мотивации - адекватная самооценка 	<ul style="list-style-type: none"> - знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены; - владение основами личной гигиены и здорового образа жизни. - знание основ строения и функционирования организма человека; - знание изменений в организме человека в пубертатный период; - умение оценивать свое физическое и психическое состояние; - знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; - поддержание физической формы; - телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости; - гигиена умственного труда; - знание своих индивидуально-личностных особенностей - владение навыками 	<ul style="list-style-type: none"> - стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье; - убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; - знание различных оздоровительных систем; - умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; - способность выработать индивидуальный образ жизни; - гигиена умственного труда; - готовность к выбору дальнейшего профессионально-образовательного

	самоконтроля; регуляция собственной психической деятельности.	маршрута с учетом своего физического здоровья и психических особенностей - умение оказывать себе психологическую самопомощь при стрессе; Умение снимать психоэмоциональное напряжение
--	---	--

Критерии эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление:

- динамики сезонных заболеваний;
- динамики школьного травматизма;
- утомляемости учащихся и т.п.

Инструментарий проведения контроля мониторинга результативности выполнения программы:

- степень участия обучающихся ОУ в акциях по пропаганде ЗОЖ;
- анализ статистических показателей и мониторинговых исследований опросы обучающихся, родителей, педагогов;
- общественная оценка качества работы школы – анкетирование всех участников образовательного процесса;
- общественная оценка педагогического совета качества работы школы.

Планируемые индикаторы достижения результатов

- ✓ снижение заболеваемости учащихся на 5 %;
- ✓ расширение спектра дополнительных образовательных услуг на 5 % ежегодно;
- ✓ повышение степени удовлетворенности качеством образования в школе со стороны различных субъектов до 75%;
- ✓ снижение асоциальных случаев поведения школьников на 30%
- ✓ снижение показателей заболеваемости учащихся и педагогов школы.
- ✓ доля здоровья детей с первой группой здоровья в общем контингенте школьников не менее 10 %;
- ✓ среднегодовой процент заболеваемости детей в общем контингенте детей, обучающихся и воспитываемых по программам начального образования в режиме 6-ти и более часов пребывания не более 50%.

8. РЕСУРСЫ ПРОГРАММЫ

Кадровые ресурсы

В школе работает хороший стабильный коллектив, слаженный по своему составу и творческий по своей сути, всегда готовый к восприятию новых методик, с интересом следящий за новейшими разработками в области образования. 90% учителей школы имеют I и высшую квалификационные категории, Педагогические работники школы регулярно обучаются на курсах повышения квалификации. Социально-психологическая служба ОУ позволяет оказывать помощь и психолого-педагогическую поддержку учащимся на протяжении всего образовательного маршрута, создавать определённую систему средств, обеспечивающую комфортные условия обучения, воспитания и развития детей. Это позволяет реализовывать комплекс

здоровьесберегающих технологий во всех видах деятельности, способствующей развитию физических, эмоциональных, действенно-практических возможностей учащихся.

Материально-технические ресурсы

В школе имеется оборудованный спортивный зал, стадион, медицинский кабинет, зал самбо, компьютерные классы, хорошо оснащенные предметные кабинеты. Работает кабинет психолога. В школе функционирует библиотека, медиатека укомплектованная литературой, необходимой для выполнения творческих, проектных, исследовательских работ учителей и обучающихся.

За каждым классом закреплен учебный кабинет, имеются: 36 учебных кабинета, 2 кабинета информатики, столовая, актовый зал, зал танца.

В учебных кабинетах каждый учащийся обеспечен удобным рабочим местом в соответствии с его ростом и состоянием зрения и слуха. Кабинеты физики и химии оборудованы специальными демонстративными столами, установленными на подиум, воздухоочистителями и вытяжкой. Во время учебного процесса используется нетрадиционная расстановка мебели в соответствии с требованиями педагогического процесса, для того чтобы учащимся было удобно выполнять задания, общаться. Учебные столы 3-х видов расставляются попарно, полукругом, в шахматном порядке, под углом, в зависимости от учебных задач. Для подбора учебной мебели соответственно росту обучающихся произведена ее цветная маркировка, которая нанесена на видимую боковую поверхность стола и стула.

Методические ресурсы

Создан банк разработок уроков педагогов ОУ с применением здоровьесозидающих технологий. По плану проводятся семинары, мероприятия открытые уроки.

Информационные ресурсы

Информационная поддержка деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса, осуществляется с помощью ежемесячных планов мероприятий зам. директора по ВР, классных руководителей, регулярного обновления сайта школы

9. ФУНКЦИИ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ РАБОТНИКОВ ШКОЛЫ

5.1. Функции медицинской службы школы:

- проведение диспансеризации учащихся школы;
- медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы.

5.2. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- 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.

5.3. 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 профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

5.4. Функции педагога-психолога:

- психолого-педагогическое обеспечение образовательного процесса
- разработка системы психолого-педагогического мониторинга показателей психического здоровья учащихся
- осуществление психологической поддержки учащимся в течение адаптационного периода на разных этапах обучения
- проведение психодиагностики и диагностики речевых нарушений с целью выявления проблем учащихся, выявление детей с ОВЗ и «группы риска»; учащихся, нуждающихся в щадящем режиме образовательной деятельности
- подбор методов и способов коррекционно-развивающей работы в соответствии с выявленными проблемами и индивидуальными особенностями учащегося
- оказание психолого-коррекционной, логопедической помощи учащимся
- мониторинг психического состояния учащихся с целью предупреждения отклонений в психическом здоровье
- помощь в создании благоприятного социально-психологического климата в классах
- разработка, подбор психолого-педагогических приемов для снятия эмоционального напряжения на уроках, на экзаменах
- оказание помощи педагогам в осуществлении индивидуального подхода в общении с учащимися
- изучение стиля педагогического общения учителей с обучающимися, выдача рекомендаций педагогам

Реализация программы

«Здоровье – основа жизни» в 2020 – 2023 учебном году

1. План работы по программе (внеурочная деятельность) на 2020 - 2023годы

№	мероприятия	Ответственные исполнители	сроки	Планируемый результат и выполнение
1. Медицинское направление.				
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: -анализ состояния мед. характеристик учащихся 1-х классов - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; -выявление учащихся специальной медицинской группы; - учет детей по группам здоровья. -информирование педагогов школы о специальной медицинской группе ученика	медицинский работник	ежегодно	медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2.	Диспансеризация учащихся школы.	медицинский работник	ежегодно	
1.3.	Проведение медицинского осмотра.	медицинский работник	ежегодно	план медосмотров
1.4.	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.	медицинский работник	ежегодно	план медосмотров
1.5.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	медицинский работник	ежегодно	план прививок
1.6.	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах	медицинский работник	ежегодно	классные журналы
1.7.	Мониторинг случаев травматизма в школе. Анализ	медицинский работник, инженер ОТ и ТБ	ежегодно	материалы отчетов
1.8.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	медицинский работник	ежегодно	материалы отчетов
1.9.	Контроль качества питания и питьевого режима. Пропаганда и реализация программы «Второй завтрак»	медицинский работник	ежедневно	
1.10.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: проветривание; освещение; отопление; вентиляция ;уборка.	медицинский работник, учителя	ежедневно	
1.11.	Составление рационального расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиН)	заместитель директора	ежегодно	справка по оценке расписания
1.12.	Постоянный контроль за деятельностью школьной столовой.	медицинский работник, директор, члены	ежедневно	

		родительского комитета		
2. Просветительское направление				
2.1.	Организация просветительской работы с родителями по ЗОЖ.	учителя, заместитель директора по воспитательной работе, социальный педагог	ежегодно	график проведения и тематика лектория
2.2.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.3.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.4.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	заместитель директора	ежегодно	план работы
2.5.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры.	учителя - предметники	в течение года	планы уроков
3. Психолого-педагогическое направление.				
3.1.	Организация психолого-педагогического и коррекционно - развивающего сопровождения учебно-воспитательного процесса.	администрация школы, педагог – психолог	ежегодно	план работы
3.2.	Мониторинг работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся: определение влияния учебной, нагрузки на психическое здоровье детей. Изучение психологической готовности детей к обучению в школе;- изучение мотивации на школу и учебу, изучение уровня самооценки. Социометрия (изучение межличностных отношений и социально-психологического климата).	педагог – психолог, классные руководители, родители	ежегодно	диагностические исследования
3.3.	Организация психолого-медико-педагогической и коррекционно-развивающей помощи учащимся (индивидуальное и групповое сопровождение)	педагог – психолог, мед. сестра, учителя	ежегодно	план работы
3.4.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	учителя-предметники	ежегодно	планы уроков
3.5.	Выявление учащихся группы риска по социальной дезадаптации.	Классный руководитель, Социальный педагог,	ежегодно	план работы
3.6.	Сотрудничество с родителями (опросы, консультации, тематические выступления на	педагог – психолог		

3.7.	родительских собраниях, открытые уроки и занятия, «дни открытых дверей») Консультативная помощь педагогам и родителям по вопросам сохранения и укрепления психического здоровья			
4. Спортивно-оздоровительное направление.				
4.1.	Организация спортивных мероприятий.	учителя физической культуры	ежегодно	план работы
4.2.	Совместная разработка системы дополнительного образования, внеурочной деятельности, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся	заместитель директора	ежегодно	план работы кружков и секций
4.3.	Вовлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	заместитель директора	ежегодно	план работы
4.4.	Организация урока физической культуры с учётом мониторинга уровня физического здоровья и индивидуальных особенностей учащихся	заместитель директора, учителя физической культуры	ежегодно	планы уроков
5. Диагностическое направление				
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	Медицинская сестра	ежегодно	результаты мониторинга
5.2.	Мониторинг показателей социально-психологического здоровья обучающихся	педагог-психолог		
6. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса				
1	Реализация вариативной части учебного плана школы (введение уроков по физической культуре. ОБЖ, шахматам)	Зам директора по УВР	в течение года	план работы
2	Соблюдение в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий	Зам. директора по АХР	в течение года	план работы
3	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Зам директора по АХР	в течение года	план работы
4	Обеспечение соблюдения правил ПБ в школе	Зам. директора по АХР	в течение года	план работы
5	Содержание в исправности электрохозяйства и всех средств пожаротушения	Зам. директора по АХР	в течение года	план работы
6	Регулярное проведение объектовых тренировок	Руководитель штаба ГО школы	по плану	план работы
7	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по ТБ в учебных кабинетах	Администрация школы	в течение года	план работы
8	Разработка плана мероприятий по охране труда и ТБ в школе	Администрация школы	по плану	план работы
9	Издание локальных актов и приказов: - о ПБ, - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил ТБ, ПБ и охраны труда	Зам. директора по АХЧ	в течение года	план работы
10	Составление социального паспорта по классам, составление списков:	кл. руководители	ежегодно	план работы

	- учащихся группы риска, - неблагополучных семей, - многодетных семей, - малообеспеченных семей, - неполных семей, - детей-инвалидов			
11	Ежедневный учет посещаемости учащимися школы	Кл. руководители	в течение года	Журнал учёта посещаемости
12	Ежегодное оформление листов здоровья в классных журналах	Кл. руководители, мед. работник	ежегодно	Журнал класса
13	Организация горячего питания в школьной столовой	Ответственный за организацию питания	в течение года	Отчётность соц педагога
14	Обеспечение бесплатным горячим питанием нуждающихся учащихся	Ответственный за организацию питания	в течение года	Отчётность соц педагога
15	Проведение физ.минуток, физ.минуток для глаз среди учащихся., динамических пауз (в 1-х классах)	учителя , учителя начальных классов	в течение года	План урока
16	Проведение 4 урока в 1-х классах на улице. Проведение занятий внеурочной деятельности, подвижных игр на свежем воздухе	учителя начальных классов, воспитатели ГПД	в течение года	План работы воспитателей ГПД
17	Составление графика работы спортивных секций и спортивного зала	Зам. директора по ВР	в течение года	График работы секций
18	Рейды: - по проверке внешнего вида учащихся, - по сохранности библиотечных учебников, - по выполнению школьниками режима дня	Зам. директора по УВР, совет школы	по плану	план работы
19	Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов	зам. директора по АХР	в течение года	план работы
20	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	учителя физкультуры	в течение года	план работы
21	Обеспечение готовности школьных помещений, системы отопления для работы в зимний период	зам. директора по АХР	в течение года	план работы
22	Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды	Ответственный за организацию платных услуг	в течение года	план работы
23	Организация ремонта учебных кабинетов	зам. директора по АХР	ежегодно	план работы
7.Инструктивно-методическая и учебно-воспитательная работа				
1	Организация работы с учащимися, мотивированными на успешное обучение, путем участия в олимпиадах, предметных неделях, различных конкурсах с целью профилактики учебных перегрузок	зам. директора по УВР	в течение года	
2	Проведение вводного инструктажа по правилам ТБ, ПБ и охраны труда	Зам директора по УВР , кл. руководители	в течение года	Инструкции
3	Отсутствие домашних заданий в 1-	зам. директора по	в течение года	\протокол заседаний

	х классах. Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий	УВР		мо учителей предметников
4	Проведение тематических занятий по правилам ЗОЖ специалистами Института гигиены, тематические беседы учащихся старшей школы с младшими школьниками	Учителя биологии, ОБЖ, физической культуры мед.сестра	в течение года	план работы
5	Занятия в Доме детского творчества по ПДД. Проведение бесед, включающих инструктажи по правилам дорожного движения	Кл. руководители	1 раз в неделю, в течение года	план работы
6	Проведение серии классных часов и бесед на тему «Мы - здоровое поколение»	Кл. руководители	в течение года	план работы
7	Создание библиотеки методической литературы по проблеме здорового образа жизни	зав. библиотекой	в течение года	план работы
8	Обеспечение соблюдения правил ТБ и ПБ во время проведения новогодних мероприятий и на каникулах	Зам по ВР	в течение года	Локальные акты
9	Апробация информационно-просветительских, методических пособий и материалов по вопросам формирования здорового образа жизни	Зам. директора по УВР	в течение года	План уроков
10	Создание на школьном сайте тематической страницы «Здоровье»	Зам. директора по информатизации	в течение года	план работы
11	Публикации в СМИ о проведении мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья школьников	Зам. директора по ВР	в течение года	план работы
8.Работа по преодолению у учащихся вредных привычек				
1.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска»	Зам. дир. по ВР, кл. руководители	в течение года	план работы
2.	Вовлечение учащихся в проведение тематических классных часов о вреде алкоголя, курения и употребления наркотиков	Классные руководители, учащиеся	в течение года	план работы
3.	Встречи учащихся с работниками полиции, медицинскими работниками	Администрация	по плану	план работы
4.	Проведение анкетирования учащихся по проблемам наркомании, алкоголизма, курения.	Классные руководители	по плану	план работы
9.Работа с родителями				
1.	Включение в повестку родительских собраний выступлений по темам оздоровления учащихся	Директор	по плану	план работы
2.	Приглашение на родительские собрания медицинских работников	Классные руководители, медработники	в течение года	план работы
3.	Организация индивидуальных консультаций для родителей	Классные руководители	в течение года	план работы
4.	Выступление на родительских	Классные	в течение года	план работы

	собраниях по результатам диагностики	руководители		
5.	Участие родителей на спортивно-оздоровительных мероприятиях	Классные руководители	по плану	план работы
6.	Родительский лекторий «Здоровая семья – здоровый ребёнок»	Классные руководители	по плану	план работы

Планирование работы в рамках реализации программы «Маршруты здоровья» на 2020 – 2023 годы

Образование и воспитание учащихся (урочная деятельность)

	Разделы Программы	Классы	Где изучаются
1	<p><u>Я?:</u></p> <p>1) знание своего тела, самопознание через ощущение, чувства, образ.</p> <p>2) функции основных систем организма; физиологические и психические процессы в ходе различного периода взросления.</p> <p>3) представление о здоровом и больном теле в разных культурах; обменные и инфекционные болезни, приводящие к нарушению формы тела и/или инвалидности; самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения.</p>	1-4	<p>Природоведение</p> <p>Биология, физкультура, классные часы</p> <p>История, обществознание, биология, физкультура, классные часы</p>
П	<p><u>Мы!</u></p> <p>1) правила межличностного общения; дружба; поведение на улице и в общественных местах; правила поведения с незнакомыми людьми; правила семейного общения; правила ребенка в семье.</p> <p>2) базовые компоненты общения: внимание, слушание, активное слушание. Виды и формы общения. Способы реагирования на критику. Способы разрешения конфликтов с родителями, друзьями, учителями. Отношения между мальчиками и девочками.</p> <p>3) индивидуальные различия в восприятии и понимании людьми друг друга. Интимные межличностные отношения: дружба, любовь, вражда, одиночество.</p> <p>Формальные и неформальные группы, их социально-психологическая специфика.</p> <p>Болезни человека, связанные с употреблением наркотиков, табака, алкоголя. Защита себя и других в ситуациях</p>	<p>1-4</p> <p>5-9</p> <p>10-11</p>	<p>Чтение, физкультура, классный час.</p> <p>Обществознание, биология, литература, классный час.</p> <p>Биология, обществознание, ОБЖ, литература, химия, классный час.</p> <p>Классные часы.</p> <p>Биология, химия, классный час.</p>

	употребления ПАВ.		
Ш	<u>Гигиенические правила предупреждение инфекционных заболеваний.</u> 1. Гигиена тела, гигиена полости рта, гигиена труда и отдыха. 2. Профилактика инфекционных заболеваний.	1-11 5-11	Трудовое обучение, природоведение, биология, классный час. Биология, физкультура, ОБЖ, классный час.
1У	<u>Питание и здоровье</u> 1. Питание – основа жизни. 2. Гигиена питания.	1-11	Природоведение, биология, трудовое обучение, химия, ОБЖ, классный час.
У	<u>Основы личной безопасности и профилактика травматизма.</u> 1. Безопасное поведение на дорогах. 2. Бытовой и уличный травматизм. 3. Поведение в экстремальных ситуациях.	1-11 1-11 1-11	Классный час. Природоведение, химия, физика, трудовое обучение, физкультура, классный час. Классный час, ОБЖ, физкультура.
У1	<u>Культура потребления медицинских услуг.</u> 1. Выбор медицинских услуг. 2. Обращение с лекарственными препаратами.	1-11 1-11	Классный час, беседы врача. Биология, химия, ОБЖ, классный час.
УП	<u>Предупреждение злоупотребления ПАВ.</u>		Классный час, биология, химия, обществознание, история, ОБЖ.

2. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ РАБОТЫ СЛУЖБЫ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЫ.

Служба Здоровья отвечает за состояние школьной среды, внедрение различных направлений УВП, содействующих здоровью, поддержание чистоты в классах, мастерских, в спортивном зале и туалетах школы.

Служба Здоровья – это проводник интересных идей, содействующих созданию в школе атмосферы взаимоуважения и заботы.

Служба Здоровья прилагает усилия по привлечению родителей и общественности к проблемам школьной жизни.

В рамках проекта №2 Школа здоровья разработана модель службы здоровья ОУ

СОСТАВ СЛУЖБЫ ЗДОРОВЬЯ ОУ

1. Заместитель директора по ВР. Координация работы службы здоровья, организация общешкольных мероприятий. Проведение мероприятий по пропаганде здорового питания учащихся. Организация и проведение мероприятий по ПДД, по безопасному поведению учащихся в школе, на улице, дома, встреч с сотрудниками ДПС.

2. Заместитель директора по СЗ и ОПД.

Работа с семьями и социальными партнерами, организация встреч учащихся и родителей с представителями МВД. Организация и контроль за полноценным питанием учащихся и питьевым режимом в школе. Организация и проведение мероприятий по профилактике наркомании, табакокурения, употребления алкоголя.

3. Медицинская сестра школы.

Отслеживание групп здоровья учащихся, организация диспансеризации, осмотров, вакцинации и первой помощи учащимся и сотрудникам школы. Организация просветительских встреч учащихся с врачами.

4. Педагог-психолог.

Психологическая диагностика и помощь учащимся и семьям.

5. Заместитель директора по УВР.

Проведение анализа программно-методической деятельности школы; проведение собеседования с преподавателями, дидактическое консультирование, поощрение педагогического опыта и методик преподавания; составление тематического планирования занятий, факультативов, кружков, консультаций, методические темы работы подразделений.

6. Учитель физической культуры.

Организация и проведение соревнований и спортивных праздников в школе, участие школьных команд в соревнованиях района и города.

Деятельность медицинского пункта

1. Оказание своевременной и целенаправленной медицинской помощи.

2. Раннее выявление отклонений в состоянии здоровья.

3. Создание здоровой и безопасной образовательной среды (микроклимат, освещенность, мебель).

4. Повышение эффективности психологической поддержки.

7. МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Результатом реализации Программы «Здоровье – основа жизни» является создание модели формирования культуры здоровья обучающихся:

Направление работы	Мероприятия	Результат
Введение валеологических компонентов в содержание образования	-использование содержательных элементов в уроках по здоровьесберегающим технологиям. -проведение интегрированных уроков по валеологии	Методическая копилка с методические разработками интегрированных уроков и уроков по здоровьесберегающим технологиям
Применение здоровьесберегающих технологий на уроках и переменах	- физкультминутки на уроках; - климат-контроль посредством очистителей и ионизаторов воздуха «Экодар»; - нормирование использования медиа-техники; - уроки по здоровьесберегающим технологиям - применение рециркуляторов	Из мониторинга ОЭР «Состояние средового ресурса адаптации школьников указывает на наличие здоровьесберегающих условий обучения»
Пропаганда здорового образа жизни на классных часах	24 % классных часов отводится тематике сохранения здоровья	
Пропаганда здорового образа жизни ресурсами Интернет Школьный сайт	-Публикации о планах и итогах спортивно-оздоровительных мероприятиях на сайте школы и сайте	
Участие в различных творческих конкурсах и мероприятиях	Участие в районном и городском смотре-конкурсе	
Участие в научно-практической работе школьников	Организация научно-исследовательской и проектной деятельности школьников по теме физической культуры, спорта, здоровья.	
Работа по формированию культуры безопасного поведения на дороге (правилам ПДД)	Проведение инструктажей по ПДД, Дня дорожной безопасности, профилактических бесед, олимпиады по ПДД. Участие в окружном детско-юношеском соревновании «Безопасное колесо» и т.д.	
Работа по экологическому воспитанию	Участие в экологических конкурсах, олимпиадах, международных проектах Организация волонтерских акций по информированию жителей	
Работа по военно-патриотическому воспитанию (спортивная подготовка)	Ежегодное участие в Военно-спортивной игре "Зарница" (проявление военно-спортивных навыков, ответственности, командного мышления)	Обучающиеся школы являются победителями во многих военно-спортивных испытаний)

8. МОДЕЛЬ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГА РАЗРАБОТАНА В РАМКАХ ПРОГРАММЫ «МАРШРУТЫ ЗДОРОВЬЯ»

Направление	Мероприятия	Результат, степень участия
Диспансеризация	Ежегодно, в апреле проходит медосмотр всего коллектива	Своевременное выявление заболеваний
Участие в соревнованиях и мероприятиях физкультурно-спортивной направленности	- Участие в соревнованиях Кросс нации и Лыжня России - Участие в сдаче норм ГТО - Ежегодное участие в Спартакиаде работников образования	Победители спартакиады на протяжении нескольких лет
Пропаганда здорового образа жизни на педагогических советах и семинарах	Семинар (школьный уровень) «Как сохранить свое здоровье и преодолеть синдром профессионального выгорания» Семинар (школьный уровень) «Здоровый образ жизни: мода или необходимость?»	Занятия на каникулах для учителей, проводимые школьным психологом
Повышение квалификации	Курсы повышения квалификации «Оказание первой медицинской помощи», сентябрь 2021 год	20 педагога ОУ получили удостоверения

Профессиональная подготовленность педагогического коллектива в области сохранения и укрепления здоровья обучающихся

С целью повышения профессиональной подготовленности коллектива в области сохранения и укрепления здоровья обучающихся в школе ежегодно (в III четверти) проводятся педсоветы по данной тематике, семинары (в I четверти); педагогические работники проходят курсы повышения квалификации, посещают районные и городские мероприятия по данному направлению.

Педсоветы:

2019 – 2020 учебный год – «Воспитательные программы школы как средство эффективной организации учебно-воспитательного процесса».

2019 – 2020 учебный год – «Профилактика девиантного поведения как основа формирования здоровьесберегающего характера образовательного процесса».

2019 – 2020 учебный год – «Психолого-педагогическое сопровождение – условие реализации ФГОС».

Семинары:

2019 – 2020 учебный год – «Основные проблемы здоровьесберегающего подхода к учебному процессу и внеклассным мероприятиям».

2019 – 2020 учебный год – «Вовлечение родителей обучающихся в активную работу по формированию здорового образа жизни».

2019 – 2020 учебный год – «Организация педагогической деятельности с использованием здоровьесозидающих технологий и методов».

Курсы повышения квалификации:

Каждые три года педагогические работники школы проходят курсы повышения квалификации. В 2021 году все педагоги прошли курсы повышения квалификации по оказанию первой медицинской помощи.

Из 1588 учащихся гимназии имеют 1 группу здоровья – 346, что составляет 21,8%, имеют 2 группу здоровья – 964, что составляет 60,7%, имеют 3 группу здоровья – 244, что составляет 15,4%, имеют 4 группу здоровья – 0, 5 группа здоровья - 34, что составляет 2%.

Группы здоровья и заболеваемость 2020												
Классы	Кол-во учеников	по состоянию здоровья отнесены:					страдают алиментарно-зависимыми заболеваниями, в том числе:					
		к 1 группе	к 2 группе	к 3 группе	к 4 группе	к 5 группе	имеют недостаток массы тела	анемия	ожирения	болезни органов пищеварения	болезни кожи и подкожно-жировой клетчатки	сахарный диабет
все	1588	346	964	244	0	34	23	16	75 III стадия - 8	37	54	0

За отчётный период в школе зарегистрировано **0 травм**. Вопросам укрепления здоровья школьников уделено много внимания: в школе успешно работают ультрафиолетовые очистители воздуха в количестве 20 штук, увлажнителей воздуха – 8 штук, кулеры установлены не только в столовой, но и в учебных кабинетах в количестве 14 штук.

Стало доброй традицией проводить физкультминутки на уроках в 1 – 4 классах. Ведется работа по внедрению данного вида работы с учащимися на уроках в 5 – 11 классах. Окна в столовой, классах первой ступени обучения оснастили антимаскитными сетками, что позволяет в достаточной мере проветривать помещения.

Проведены акции по **формированию здорового образа жизни**. 1 декабря акция STOPSPID, которая предполагала раздачу информационных листов с краткой информацией о СПИДе, показ презентаций в 1 – 9 классах силами обучающихся 10 класса. Учащиеся 8а, 8б, 8в классов создали буклеты о вреде алкоголя, табакокурения и здоровом образе жизни, провели анкетирование по табакокурению в школе.

Ещё одно направление работы – обеспечение учащихся **горячим питанием**. Охвачены горячим питанием 99% учащихся школы и 100% учащихся.

Предложения: учителю физкультуры и классным руководителям предусмотреть в планах работы обязательные спортивные соревнования со сверстниками. Всем педагогам школы шире использовать здоровьесберегающие технологии на уроках.

Отсутствие учебных перегрузок обучающихся

Анализ расписания учебных занятий и внеурочной деятельности обучающихся за последние три учебных года не выявил нарушений норм СанПиН 2.4.2.2821-10. Расписания составлены в соответствии со следующими требованиями:

1. Биоритмологический оптимум умственной работоспособности у детей школьного возраста приходится на интервал 10 - 12 часов. В эти часы отмечается наибольшая эффективность усвоения материала при наименьших психофизиологических затратах организма. Поэтому в расписании уроков для обучающихся начального общего образования основные предметы проводятся на 2 - 3-х уроках, а для обучающихся основного общего и среднего общего образования - на 2-х, 3-х, 4-х уроках.

2. Неодинакова умственная работоспособность обучающихся в разные дни учебной недели. Ее уровень нарастает к середине недели и остается низким в начале (понедельник) и в

конце (пятница) недели. Поэтому распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, чтобы наибольший ее объем приходился на вторник и (или) среду. На эти дни в расписание уроков включаются предметы, соответствующие наивысшему баллу по шкале трудности либо со средним баллом и наименьшим баллом по шкале трудности, но в большем количестве, чем в остальные дни недели. Изложение нового материала, контрольные работы т проводятся на 2 - 4-х уроках в середине учебной недели.

3. Предметы, требующие больших затрат времени на домашнюю подготовку, не группируются в один день.

4. Занятия физической культурой в большей части ориентированы на последние уроки. После уроков физической культуры не проводятся уроки с письменными заданиями и контрольные работы.

5. Наибольшее количество баллов по шкале трудности за день по сумме всех предметов приходится на вторник и (или) среду.

Между учебными занятиями и внеурочной деятельностью предусмотрен обязательный перерыв в течение часа.

Большинство педагогических работников школы придерживаются демократического стиля в педагогическом общении с обучающимися. Демократический стиль руководства со стороны педагога говорит о высоком профессионализме, его позитивных нравственных качествах и любви к детям. Этот стиль требует от учителя больших психических затрат, но именно он является самым продуктивным условием развития личности ребенка в условиях формирования здоровьесберегающего характера образовательного процесса.

Вывод: Программа «Здоровье – основа жизни» за 2020-2021 г. реализована полностью