

Пояснительная записка. Актуальность проблемы.

Если бы человека судили за преступление против собственного здоровья, очень многие получили бы высшую меру.

Залогом успешного развития нашего общества является здоровье подрастающего поколения. По данным исследований Министерства здравоохранения и социального развития РФ, только 10% школьников относятся к числу здоровых, 50% имеют патологию, 40% относятся к группе риска. Анализ динамики нервно-психического здоровья детей в школьный период показывает, что абсолютно здоровыми и оптимально адаптированными можно считать 33% первоклассников, к шестому году обучения таких детей становится около 22%. Ежегодно более 35% юношей не способны нести воинскую службу по медицинским показателям.

По результатам научных исследований последних лет, человечество просто обречено на вымирание в силу его физического увядания, утраты телесных, энергетических и психических потенциалов, ухудшения экологии Земли. Влияет на это и - недостаточность этического и эстетического воспитания, влекущая за собой бескультурье, приобщение молодежи к алкоголю, курению, полное безразличие к жизни;

- многочасовое сидение у телевизоров, работа с компьютером приводят к росту числа заболеваний глаз, нарушениям опорно-двигательного аппарата - гиподинамии;
- система же здравоохранения демонстрирует сегодня свою неспособность исправить ситуацию. Медицина становится все более лечебной, узкоспециализированной наукой, накопившей много данных о болезнях, а не о здоровье.

Вышеизложенные факты отражаются и на уровне здоровья учащихся нашей школы. Анализ школьной жизни, проведенный педагогическим коллективом, показал, что нагрузка памяти ученика обширной информацией отодвинула на дальний план формирование у него нравственно здорового образа жизни. Образовательный процесс до сих пор направлен на развитие интеллектуальных способностей ребят, в ущерб формированию умений и навыков, необходимых для принятия решений по поводу личного здоровья, сохранения и улучшения безопасной, здоровой физической среды обитания:

1) сложность и насыщенность учебной программы может создать у отдельных детей снижение резистентности организма и вызывать провокацию роста хронических заболеваний; 2) большинство детей неадекватно оценивают свое здоровье, слабо разбираются в вопросах здорового образа жизни и, как следствие этого, недостаточно заботятся о собственном здоровье; 3) отягощенность хроническими заболеваниями сказывается на уровне работоспособности учащихся в течение учебного дня и года в целом.

Результатом совместных усилий в этом направлении и стала разработка комплексной программы "Здоровье", актуальность которой заключается прежде всего в том, что она ориентирована на решение таких значимых проблем, устранение которых в сумме может дать максимально возможный полезный эффект оздоровления учащихся и учителей, сохранения их психического здоровья и обеспечения социальной адаптированности каждого из субъектов образовательного процесса.

Таким образом, говоря о приоритетах в образовании, закономерно во главу угла ставить вопросы здоровьесбережения учащихся. Перед школой встают две задачи. Во – первых, сохранить, поддержать, укрепить тот уровень здоровья, с которым ребенок приходит в ОУ. Во – вторых, воспитать у него ценностное отношение к собственному здоровью, обучить его основам ЗОЖ.

Паспорт

Комплексная воспитательная программа «Здоровье» на 2013-2017 гг.

Наименование Программы:

Комплексная воспитательная программа «Здоровье» на 2013-2017 гг. (далее Программа)

Разработчик Программы:

МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 55 города Магнитогорска.

Основная цель Программы:

формирование культуры здоровья участников образовательного процесса посредством развития здоровьесформирующей и здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении.

Основные задачи Программы:

- Обеспечение сохранения здоровья, безопасности жизнедеятельности учащихся.
- Обеспечение организации образовательного процесса, предотвращающей формирование у учащихся дезадаптационных состояний (переутомления, гиподинамии, дистресса и др.)
- Создание системы общественной поддержки по реализации программы.
- Формирование у учащихся ценностного отношения к собственной жизни и здоровью, воспитанию у ребенка потребности в ЗОЖ, охватывая урочную и внеурочную деятельность.
- Дальнейшая разработка и освоение наиболее перспективных технологий обучения, и в первую очередь – здоровьесберегающих технологий.

Приоритетные направления действия Программы:

- **учебно-воспитательная работа** - научно обоснованная, строго регламентированная, оптимально организованная, способствующая формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся и учителей, обеспечивающая их правильное физическое и психологическое развитие, формирующая здоровый образ жизни и повышающая качество образования в целом;
- **диагностическая работа** - комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья учащихся и учителей, изучение подвижности адаптационных перестроек и работоспособности под действием природных и социальных факторов среды обитания;
- **профилактическая работа** - предупреждение и своевременное выявление отклонений в развитии и состоянии здоровья, профилактика обострений и прогрессирования болезненного процесса;
- **научно-методическая работа** - скорейшее внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику образовательного процес-

са, методик и приемов обучения, обеспечивающих целостное формирование здорового образа жизни;

- **информационно-просветительская работа** - пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем здоровьесберегающим технологиям, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая и коллективная;

Этапы реализации программы «Здоровье»

I этап – подготовительный - 2013-2014 гг.

II этап – системообразующий -2014-2016 гг.

III этап – заключительный – 2016-2017 г.

I этап - **Подготовительный** –2013-2014 гг.

Цель: подготовка базы для выхода ОУ на формирование и дальнейшее развитие системы воспитания здорового человека.

Реализация:

1. Соединение воедино всех разнообразных направлений деятельности школы в области создания здоровьесберегающей педагогической системы:

- изучение ОБЖ, ПДД, профилактика детского травматизма и пожарной безопасности;
- уроки здоровья и изучение особенностей человеческого организма на уроках естествознания и биологии;
- акции ученического самоуправления: "Красная ленточка", "Мир без табака", «Молодое поколение выбирает здоровый образ жизни», "Чистый двор" и др.;
- тематики педагогического всеобуча.

2. Разработка структуры действия Программы с учетом включения в поле ее деятельности всех заинтересованных субъектов процесса развития .

3.. Начало конкретных изменений образовательного процесса, охватывающих урочную и внеурочную работу в соответствии с приоритетными направлениями действия программы.

II этап – **Системообразующий** – 2014 – 2016 гг.

Цели:

- выявление представлений субъектов воспитания о здоровье;
- осмысление понятия здоровья человека как общечеловеческой ценности, как ценного качества человека, его связи с природой, окружающей действительностью;
- повышение знаниевого компонента субъектов воспитания о здоровье как категории духовной, нравственной, культурной и физической;

- стимулирование интереса к своему здоровью, желания заниматься своим здоровьем (научиться жить, учиться и трудиться, не причиняя вреда своему организму).

Реализация:

1. Разработка инструментария, необходимого для создания здоровьесберегающей среды:

- системы мониторинга здоровья детей (диагностики соматического, физического, психического состояния и функциональных возможностей организма);
- системы мониторинга психологического комфорта учащихся на важнейших ступенях развития (адаптация первоклассников, "школьная тревожность" пятиклассников, социометрия восьмиклассников, адекватного проявления склонностей и способностей в старшем звене);
- системы отслеживания "Личностный рост учащегося" по трем ступеням (1-4 класс, 5-8 класс, 9-11 класс).

2. Определение системы медицинских и педагогических мероприятий, направленных на снижение количества отрицательных факторов, влияющих на состояние здоровья и комфорта ученика и учителя в образовательной среде школы:

- снижение уровня учебной нагрузки на организм учащихся;
- расширение воспитательного поля внеурочной деятельности учащихся в сторону практического использования умений и навыков здорового образа жизни (туристические походы, экологические и здоровьесберегающие акции, работа школьных отрядов ЮИД, ДЮП, практические занятия по ГО и ОБЖ с привлечением специалистов и т.д.);
- создание необходимых условий для развития комфортного микроклимата в школе и семье (индивидуальная работа с детьми, требующими особого педагогического внимания; отработка системы внеклассных мероприятий, направленных на развитие творческих способностей и склонностей учащихся на всех ступенях их развития и т.д.).

3. Активное внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих педагогических технологий, построенных на принципах "ежедневной победы над собой" и помогающих ребенку сформировать личностно значимый интеллектуально-эмоциональный фильтр, необходимый для продуктивной организации здорового образа жизни:

- изучение передового опыта работы школ по формированию здоровья учащихся.
- использование наиболее эффективных методик обучения здоровому образу жизни: "мозговая атака" (обсуждение в группах), ролевая игра (обучение с практикой действия - "юный учитель здоровья", "волонтер здоровья").

III этап – Заключительный – август 2017 г.

Анализ достигнутых результатов и определение дальнейшего развития школы, подготовка материала для обобщения и распространения, оформление нормативных актов.

Основными направлениями мониторинга эффективности Программы будут:

- мониторинг использования здоровьесберегающих технологий педколлективом
- комплексная диагностика здоровья школьников: психофизиологической адаптации, показателей физического, психического и социального здоровья ученика; отслеживание типичных отклонений;
- мониторинг психологического комфорта учащихся на важнейших ступенях развития (адаптация первоклассников, "школьная тревожность" пятиклассников, социометрия восьмиклассников, адекватного проявления склонностей и способностей в старшем звене);
- психологическая диагностика уровня тревожности, уровня интеллектуального развития, профессиональных склонностей, уровня притязаний и самооценки;
- мониторинг физического развития по основным физическим параметрам.

Условия для реализации Программы

- Наличие спортивного зала.
- Наличие спортивной площадки.
- Внесение в учебный план школы трех часов физической культуры.
- Проведение и анализ мониторинга физического развития учащихся.
- Организация кружковой работы по спортивно – оздоровительному направлению.
- Сотрудничество с ДЮСШ, СК «Динамо». ДС имени И.Х.Ромазана, ХШ «Металлург»

Ожидаемые результаты

1. Формирование системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни у обучающихся, их родителей и педагогов.
2. Формирование потребности к ведению здорового образа жизни.
3. Повышение качества знаний учащихся. Создание комфортной образовательной среды на основе индивидуальной работы с обучающимися, формирование у них навыков самоконтроля как средства развития личности.

Контроль за исполнением программы.

Контроль за исполнением программы осуществляет директор школы Конькин С.Ю.
Лица, указанные в графе «ответственный», являются ответственными за выполнение соответствующих мероприятий Программы.

Исполнители программы несут ответственность за своевременное и полное выполнение мероприятий.

Состояние здоровья учащихся (из анализа ВР за 2015-2016 уч.г.)

По состоянию здоровья учащиеся относятся к 3-м диспансерным группам:

- I группа (практически здоровые дети) составляет в 2015г. - 6,9 %;
- II группа (дети с небольшими отклонениями в здоровье) - 68,3 %;
- III группа (дети, имеющие хроническую патологию) - 23,1 %;
- IV группа (дети-инвалиды) - 0,8 %.

Группа здоровья	2010	2011	2012	2013	2014	2015
1	6.3%	5.8 %	8 %	7.2%	5.8%	6.9%
2	69.5%	74.5 %	67.9 %	69.8%	70.8%	68.3%
3	24.2%	19.7 %	22.9 %	22%	22.2%	23.1%
4	-	-	1.2%	1%	1.2%	0.8%

Учащиеся II и III диспансерных групп постоянно находятся под наблюдением медицинского работника.

Вид заболеваний	2010	2011	2012	2013	2014	2015
заболевания группы риска (нарушение осанки, сердечно-сосудистые заболевания, кариес)	81,7%	82,1%	79,5 %	81,2%	85,0%	86%
общая заболеваемость (простудные, инфекционные)	53,4%	56,1%	51,6 %	52,1%	48,3%	50,8%
хронические заболевания	62,4%	56,5%	67,1 %	57,4%	58,3%	59,2%
дети с ослабленным здоровьем	21%	19,7%	21,8 %	20,4%	-	-

Диспансерная группа повысилась и составила 59,2%. В структуре диспансерной группы на 1 месте – патология опорно-двигательного аппарата (16,3%), на 2 месте – болезни органов дыхания и органов зрения 11,4%, на 3 месте патология центрально-нервной системы 11%.

Группа риска увеличилась и составила 86%. На 1 месте – нарушения опорно-двигательного аппарата, на 2 месте – патология зрения, на 3 месте – кариес. Общая заболеваемость несколько выросла и составила 50,8%.

Для укрепления здоровья учащихся:

- своевременно направлять к врачам ЛФК и ортопеду выявленных учащихся с заболеванием опорно-двигательного аппарата
- усилить контроль за проведением физкультминуток и уроков физвоспитания, включать упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и свода стопы
- рассаживать детей, меняя ряды, с учетом их здоровья и физического развития
- проводить медико-гигиеническое обучение среди учащихся и родителей по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата, патологии зрения, кариеса
- увеличить охват учащихся горячим питанием
- продолжать работу по снижению остр. заболеваемости, проводить вакцинацию против гриппа
- контролировать температурный режим и режим проветривания
- продолжать С-витаминизацию 3 блюд
- вести беседы с родителями и детьми по профилактике вирусных заболеваний, бытового травматизма.

Одной из воспитательных задач 2015-2016 учебного года было усиление профилактической работы по формированию у учащихся здорового образа жизни (ПДД, ПБ, ПАВ), с

несовершеннолетними «группы риска». В течение года для учащихся организовывались встречи с различными врачами-специалистами. Для учащихся 7-8, 9-10 классов на классных часах, уроках ОБЖ организовывались встречи с наркологом Нечаевым С.П. У учащихся 7б класса прошла встреча с представителем по надзору за распространением наркотиков Тарасенко В.Н. В очень доступной форме специалисты рассказали о вреде наркотических веществ, о том, как не попасть под влияние людей, распространяющих наркотические вещества, обсудили фильм «Твой выбор». Нарколог Нечаев С.П. вышел на серьезный разговор с родителями на Совете школы, родителям учащихся начальной школы, которые считали, что им далеко еще до подобных проблем, подробно объяснил, что такое спайсы и в чем их вред для детей. Обновленный информационный материал (фильмы, презентации, памятки, статистика) по формированию ЗОЖ предлагался родителям, учащимся и педагогам в течение всего учебного года, в Европейскую неделю иммунизации. В День здоровья (7 апреля) среди 1-4 классов прошел флеш-моб на лучшее выполнение зарядки, спортивные соревнования «Веселые старты». В этом учебном году, в ноябре, удалось провести Парад спортивных достижений, в ходе которого 92 учащихся, занимающихся спортом (победители, призеры), представили свои достижения (грамоты, кубки, медали). **Подобные Парады, выставки различных достижений, увлечений необходимо проводить и дальше, помогать детям представлять свои награды, успехи.**

План мероприятий
по реализации комплексной программы «Здоровье»
на 2016-2017 учебный год

№ п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Участники	Ответственные
Научно-методическая работа				
1	Освоение всеми педагогами через курсы повышения квалификации здоровьесберегающих технологий	постоянно		Администрация школы
2	Внедрение новых результатов научных достижений в области экологии, медицины, психологии, касающихся охраны и укрепления здоровья учащихся и учителей, в практику учебно-воспитательного процесса	В течение всего года		Администрация школы
3	Обеспечение научно-методической литературой, учебными программами	В течение всего года		администрация школы
4	Создание методической копилки	В течение всего года		Зам. дир. по ВР
5	Разработка цикла бесед по санитарно-просветительской работе с детьми.	В течение всего года		Зам. дир. по ВР кл. руководители
Диагностическая работа				
1	Осуществление контроля за соблюдением норм учебной нагрузки (дневной, недельной, годовой)	В течение всего года		Зам. по УВР
2	Заполнение «Листов здоровья»	сентябрь-октябрь		Медработник кл. руководители
3	Изучение документов, личных дел, беседы с родителями, работа с детьми.	В течение года		Медработник кл. руководители
4	Диагностика отношения учащихся к здоровому образу жизни	В течение года		кл. руководители соцпедагог педагог-психолог
5	Диагностика физического состояния школьников по разделам программы физического воспитания.	В течение года		учителя физвоспитания
Профилактическая и коррекционная работа				
1	Проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся	ежегодно		администрация школы, медработник
2	Проведение профилактических медицинских осмотров педагогов	ежегодно		администрация школы
3	Создание базы данных о состоянии здоровья педагогов	ежегодно		администрация школы

4	Создание базы данных о состоянии здоровья обучающихся	ежегодно (сентябрь-октябрь)		администрация школы, медработник
5	Составление расписания занятий с учётом санитарных норм	в течение всего года		Зам. дир по УВР
6	Организация режима ступенчатого повышения нагрузки для учащихся первого класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям	в течение всего года		Зам. дир. по УВР кл. руководитель 1 класса
7	Организация полноценного горячего питания учащихся	постоянно		администрация школы
8	Организация и проведение контроля выполнения санитарных правил	постоянно		директор школы, медработник
9	Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (динамические перемены, физ. минутки, утренние сборы, подвижные игры и др.)	постоянно		администрация школы, педколлектив
10	Направление учащихся в оздоровительные лагеря, санатории	ежегодно		администрация школы
11	Оздоровление детей в пришкольном лагере дневного пребывания «Экошка»	ежегодно (лето)		администрация школы, лагеря
12	Организация перемен и создание на переменных таких условий, которые способствовали бы оптимальному двигательному режиму учащихся разных возрастов	в течение всего года		Дежурные учителя начальных классов
13	Включение вопросов с определенной валеологической, направленностью в план учебных программ по биологии, ОБЖ и др.	в течение всего года		Преподаватели биологии, ОБЖ и др.
14	Включение вопросов с определенной валеологической, направленностью в план учебных программ по биологии, ОБЖ и др.	в течение всего года		Зам. дир. по УВР
15	Мониторинг естественной и искусственной освещенности учебных кабинетов	сентябрь-октябрь		Зам. дир. по АХЧ
16	Мониторинг санитарного состояния учебного помещения – отопление, вентиляция, освещенность, водоснабжение, канализация	в течение всего года		Зам. дир. по АХЧ
17	Контроль пищевого рациона (достаточность, сбалансированность, правильность, сочетание продуктов)	в течение всего года		директор школы, медработник

18	Контроль за состоянием рабочей мебели			директор школы, зам. дир. по АХЧ
	Информационно-просветительская работа			
1	Подготовка и издание листовок, буклетов, памяток для учащихся, родителей и педагогов по пропаганде здорового образа жизни	В течение всего года		Администрация
2	Использование различных форм массовой пропаганды здорового образа жизни: организация лекций, проведение Дней здоровья, тур.слетов, спортивных массовых мероприятий и др.	В течение всего года		Администрация учителя-предметники кл. руководители
3	Использование наглядной агитации: выпуск стенгазет, оформление уголков здоровья в классных комнатах, воспитание учащихся личным примером учителей (привлекательность внешнего вида, доброжелательность в общении, забота о собственном здоровье, занятия спортом, отказ от вредных привычек)	В течение всего года		Кл. руководители
4	Родительские собрания: <ul style="list-style-type: none"> • Режим труда и учёбы; • Физическое воспитание детей в семье; • На контроле здоровье детей; • Физическое развитие школьника и пути совершенствования; • Тематические родительские собрания по теме: «Возрастные психофизиологические особенности учащихся». 	1 раз в четверть		Директор Классные руководители
5	Консультации для родителей о здоровье детей	по результатам мед. осмотра		Медработник
	Учебно-воспитательная работа			
1	Уроки по изучению ОБЖ, ПДД, пожарной безопасности и др.	ежегодно		преподаватель ОБЖ, классные руководители
2	Проведение «Дней здоровья»	1 раз в четверть		учителя физ-воспитания
3	Расширение сети спортивных секций			администрация школы
4	Организация Дней здоровья.	1 раз в четв.	1-11	Зам. дир. по ВР
5	Декадник «Школа безопасности»	сентябрь	1-11	Зам дир по ВР,

	(Проведение бесед, заполнение памяток по ОБЖиЗ, ПДД, пожарной и антитеррористической безопасности)			преподаватель ОБЖ кл. руководители
6	День бегуна.	3 неделя сентября.	5-11	Администрация
7	Встреча с врачами-специалистами (педиатром, наркологом, урологом, гинекологом, дерматологом и др.)	в теч. года	1-11	Зам. дир. по ВР
8	Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.	в теч. года	1-11	учителя-предметники, кл. руководители
9	Декадник «Школа – территория здоровья» - Тематические кл. часы по проблемам укрепления здоровья и здорового образа жизни «Я выбираю жизнь!» - конкурс рисунков, плакатов, газет, буклетов «Молодое поколение выбирает здоровый образ жизни»; - КТД «Наше здоровье в наших руках» - «О, спорт, ты – жизнь» (сп/игры)	ноябрь апрель	1-11	Зам. дир. по ВР Препод. ОБЖ Кл. руководители Учителя-предметники учителя физвоспитания
10	Соревнования по: футболу волейболу; баскетболу шашкам; шахматам; пионерболу; теннису «Весёлые старты» «Зов джунглей»	Сентябрь апрель ноябрь, декабрь январь январь ноябрь январь апрель	5-11 8-11 8-11 5-11 8-11 5-7 8-11 1-4 5-7	Учителя физвоспитания
11	Организация спортивно-массовых мероприятий в каникулярное время	ноябрь, январь, март	1-11	учителя физвоспитания
12	Акция «Нет - курению!», посвящённая международному Дню отказа от курения	ноябрь	1-11	Классные руководители Зам. дир. по ВР
13	Участие в районных спортивных соревнованиях (по плану городской спартакиады)	в теч.года	5-11	Учителя физвоспитания
14	Спортивные соревнования, посвящённые Дню защитника Отечества.	2-3 нед. февраля	1-4 5-7 8-11	учителя нач. кл. уч. физвоспитания
15	Спортивные мероприятия, посвящённые Всемирному дню здоровья	7 апреля	1-11	Зам. дир. по ВР учителя физвоспитания, кл. руководители
16	Игра «Папа, мама, я – спортивная семья»	сентябрь	1	Кл. руководители
17	Военно-спортивные игры «Снежин-	Февраль	1-8	Уч. физвоспита-

	ка», «Рубеж»		9-11	ния, препод. ОБЖ
18	День защиты детей.	1 июня	1-8, 10	кл.руководители
19	Уроки здоровья (проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию ЗОЖ).	I нед. каждого.месяца	1-11	кл.руководители
20	Военно-полевые сборы «Стань воином».	май- июнь	10	Преподаватель ОБЖ
21	Соревнования по пожарно-прикладному спорту.	сентябрь	10-11	Преподаватель ОБЖ
22	Выпуск буклетов, листовок по противопожарной безопасности	в теч.года	8-11	Преподаватель ОБЖ
23	Организация работы дружины юных пожарных	в теч.года	9-11	Преподаватель ОБЖ
24	Конкурс рисунков по противопожарной тематике	декабрь	1-11	Препод. ИЗО Кл.руководители
25	Интеллектуально-познавательная игра «Путешествие в страну Пожарной Безопасности»	январь	5-7	Препод. ОБЖ кл. руководители
26	Викторина по противопожарной безопасности	январь	8-11	Препод. ОБЖ кл. руководители
27	Игра по противопожарной безопасности «Юный спасатель»	январь	1-4	Препод. ОБЖ кл. руководители