

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
ЮЖНОУРАЛЬСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 7»**

*Утверждена на заседании
педагогического совета
« ____ » _____ 20 ____ года
Протокол № ____*

**Комплексно-целевая программа
«ЗДОРОВЬЕ»**

**(программа деятельности общеобразовательного учреждения по
оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни)**

**Южноуральск
2011 год**

ПАСПОРТ КОМПЛЕКСНО-ЦЕЛЕВОЙ ПРОГРАММЫ

Наименование Программы	«Здоровье» (программа деятельности общеобразовательного учреждения по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни)
Научно-методические основы разработки Программы	➤ Закон РФ «Об образовании» ➤ Национальная доктрина образования в РФ до 2025 года ➤ Концепция модернизации российского образования до 2020 года ➤ Национальная образовательная инициатива "Наша новая школа" ➤ Федеральная целевая программа развития образования на 2011-2015 годы ➤ СанПиН 2.4.2.1178-02 "Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях", от 28.11.2002 N 44, СанПиН 2.4.2.2434-08 "Изменение N 1 к СанПиН 2.4.2.1178-02", от 26.12.2008 N 72 ➤ Устав МОУ «СОШ № 7»
Заказчики Программы	1. Управление Образования 2. Педагогический коллектив школы 3. Родительская общественность
Разработчики Программы	<u>Временная творческая группа в составе:</u> администрация школы, медико-социально-педагогическая служба <u>Рабочая группа в составе:</u> Масленникова Н.А. – директор МОУ «СОШ №7» Субачева И.В. – медицинский работник Моторина М.Б. – зам. директора по УВР Боброва Н.А. - зам. директора по УВР Матушкина Л.Н. - зам. директора по УВР Внукова И.Г. – зам. директора по АХЧ Ряхина Л.А. – педагог-психолог Крушина М.Ю. – зам. директора по ВР Кандакова О.В. – социальный педагог Пашкова Е.С. – педагог-организатор
Руководитель программы	Н.А. Масленникова – директор школы
Основные этапы и формы обсуждения и принятия Программы	1 этап, сентябрь 2010 года – обсуждение: педагогический коллектив – оперативное рабочее совещание; родители – общешкольный родительский комитет; 2 этап, ноябрь 2010 года – разработка проекта Программы: заседания рабочей и временной творческой группы; 3 этап, декабрь 2010 года – принятие Программы: заседание педагогического Совета школы;
Цель	Создание комплекса необходимых условий (педагогических, психологических, лечебно-оздоровительных, профилактических) для сохранения и укрепления здоровья обучающихся в учреждении школьников, как одного из важнейших факторов, определяющих успех самореализации выпускников

	школы в их самостоятельной жизни
Задачи	• обеспечение безопасной здоровьесберегающей среды в образовательном процессе (укрепление материально-технической, ресурсной базы, организация системы контроля за соблюдением норм технической безопасности); • создание условий школьной среды, стимулирующей физическую активность; • совершенствование организации питания школьников; • повышение квалификации педагогических кадров для организации работы, связанной с оздоровлением детей. • формирование активной позиции ребенка по отношению к своему здоровью; • организация медицинского сопровождения учебно-воспитательного процесса в рамках сотрудничества с медицинскими учреждениями • тесное сотрудничество с родителями в обеспечении условий сохранения и укрепления здоровья учащихся • способствовать сокращению заболеваемости школьников через расширение форм оздоровления
Сроки и этапы реализации	2011-2015 годы: 1-й этап - подготовительный (январь – сентябрь 2010 г.) Аналитико-диагностическая деятельность. Поиск инновационных здоровьесберегающих технологий, методов и способов обучения и воспитания. Изучение современных технологий. Анализ образовательной ситуации в школе, возможность применения комплексно-целевой программы оздоровления учащихся «Здоровье» 2-й этап - апробационный (2011 год) Создание перспективной модели развития программы. Апробация и использование комплексной программы оздоровления учащихся «Здоровье». 3-й этап - практический (2012-2014 гг.) Осуществление педагогической деятельности по повышению компетентности всех участников УВП в вопросах здоровьесбережения. Качественное функционирование системы. 4-й этап - обобщающий (2015 год) Обработка и интерпретация данных. Соотношение результатов реализации программы с поставленными целью и задачами.
Ожидаемые результаты реализации программы	1. Формирование у школьников системы знаний о здоровье человека и здоровом образе жизни, мотивации на сохранение своего здоровья и здоровья окружающих людей 2. Сохранение и укрепление здоровья и физического развития воспитанников и обучающихся за счет оптимизации организации образовательного процесса. 3. Снижение уровня заболеваемости детей простудными заболеваниями (ОРВИ, ОРЗ), заболеваниями опорно-двигательного аппарата, органов дыхания и зрения.

	4. Социальная адаптация (средствами образования) обучающихся с проблемами в развитии и ограниченными возможностями здоровья; учащихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации. 5. Улучшение организации питания учащихся. 6. Улучшение санитарно-гигиенических условий в школе 7. Позитивная динамика результатов обученности за счет сокращения количества уроков, пропущенных по болезни; 8. Повышение адаптационных возможностей детского организма и стабилизация уровня обученности при переходе учащихся с одной ступени обучения на другую; 9. Улучшение взаимоотношений семьи и школы, повышение ответственности родителей за здоровье ребенка, формирование здорового образа жизни в семье. 10. Расширение видов психолого-педагогической и медико-социальной помощи участникам образовательного процесса. 11. Создание информационного поля по здоровьесберегающим технологиям, формирование базы данных мониторинга здоровья, обеспеченности кадровыми, материально-техническими и иными ресурсами. 12. Создание целостной системы ранней профилактики злоупотреблений ПАВ, алкоголизма и табакокурения среди обучающихся.
Индикативные показатели	• 85% охват дополнительным образованием; • Уменьшение количества детей, состоящих на ВШУ и учете в ОПДН • Увеличение количества детей в основной группе здоровья; • Увеличение количества призовых мест в городских и областных соревнованиях; • Уменьшение количества курящих детей; • Уменьшение количества пропусков уроков учащимися по неуважительной причине • Повышение психологического комфорта учащихся и учителей; • Повышение удовлетворенности родителей деятельностью школы по сохранению и укреплению здоровья детей
Объемы и источники финансирования Программы	Средства федерального, областного, муниципального бюджетов

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	6
2.	Краткий анализ работы МОУ «СОШ № 7» по сохранению и укреплению здоровья	8
3.	Цель и задачи Программы.....	10
4.	Этапы реализации Программы.....	12
5.	Модель здоровьесбережения.....	12
6.	План мероприятий по реализации Программы.....	13
7.	Ожидаемые результаты Программы	18
8.	Возможные риски.....	18
9.	Литература	18
10.	Приложения.....	20

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Содержание здорового образа жизни целесообразно рассматривать с наиболее значимыми индикаторами физического и психического здоровья, социального благополучия школьника и готовности учителя работать в условиях приоритета здоровья.

Отсутствие здоровья определяется во многом образом жизни человека, который сознательно или бессознательно не принимает систему ценностей здоровья и как следствие не способен быть благополучным. При таком толковании понятия «здоровье» проблема его сохранения и развития переходит из информационно-профилактической в педагогическую проблему организации процесса воспитания и обучения с учётом санитарно-гигиенических, социально-медицинских, психофизиологических факторов.

Здоровье – это способность, сопротивляться болезням, приспосабливаться к окружающей среде, предрасположенность к самосохранению и саморазвитию. Состояние здоровья зависит не только от внешних условий, но и от собственного отношения к здоровью. Включает в себя здоровье психическое, физическое, нравственное.

Критериями, характеризующими понятие «здоровье нации», являются как демографические (рождаемость, смертность, численность населения, средняя продолжительность жизни, заболеваемость), так и психологические показатели (установка на здоровый образ жизни, на здоровье как основную жизненную ценность, как психологическую характеристику профессионального и личностного потенциала человека).

По материалам Научного центра здоровья детей РАМН в последние 10 лет произошло значительное ухудшение состояния здоровья школьников. За период 1998-2008 гг. среди **учащихся младших классов** суммарная распространенность функциональных отклонений и хронических заболеваний увеличилась на 54,5%. Установлено, что **состояние здоровья учащихся младших классов зависит от возраста начала систематического обучения в школе**. У детей, возраст которых при поступлении в школу составляет 6,5 лет и младше, начало систематического обучения ведет к снижению адаптационных возможностей. У этих детей при изначально высоком уровне функционального состояния отмечается значительное снижение функциональных резервов уже на 2 году обучения. Показатель нарушений различных систем организма достоверно выше, чем среди детей, поступивших в первый класс в 7 лет и старше. Учатся более младшие дети не хуже, чем их более старшие одноклассники, а иногда и лучше. Однако одна и та же образовательная нагрузка обладает большей «физиологической стоимостью» для организма.

Самый значительный рост заболеваемости (в 1,5 раза) за последние 10 лет отмечается среди подростков старшей возрастной группы. Анализ результатов общероссийской диспансеризации свидетельствует о том, что эта возрастная группа может быть охарактеризована как критическая.

Значительное ухудшение социально-экономических условий в стране, приведшее к снижению качества жизни, росту распространенности факторов риска различной природы среди подростков, ухудшению медицинского обеспечения, отразилось на их состоянии здоровья. Распространенность функциональных отклонений среди юношей 15-17 лет увеличилась на 89% , среди девушек – на 51,6%.

Адаптация школьников к учебным нагрузкам и успешность обучения происходит за счет значительного напряжения функциональных систем организма.

В структуре **хронических болезней** современных подростков I место стали занимать болезни органов пищеварения, в 4,5 раза увеличилась доля хронических болезней нервной системы, по-прежнему III место занимают болезни костно-мышечной системы. Гинекологическая патология у девочек-старшекласниц стала занимать VI ранговое место. Среди **функциональных расстройств** «лидируют» нарушения системы кровообращения (25 %), второе место стали занимать нарушения опорно-двигательного аппарата (17 %). На третьем месте - эндокринно-обменные нарушения (до 14,0%). Показатели, характеризующие физическую работоспособность и физическую подготовленность, у современных подростков значительно (на 20-25 %) ниже, чем у их сверстников 80-90-х годов, вследствие чего около половины выпускников 11 классов мальчиков и до 75 % девочек не в состоянии выполнять нормативы физической подготовленности.

До 80 % выпускников школ имеют ограничение в выборе профессии по состоянию здоровья и более 35 % юношей непригодны к службе в армии, имеющиеся заболевания и расстройства у 22-25 % девушек могут в дальнейшем привести к нарушениям реализации репродуктивной функции, сокращению рождаемости.

Наиболее агрессивными факторами, которые на современном этапе значительно влияют на формирование здоровья школьников, являются следующие:

1) **Высокий объем учебных и внеучебных нагрузок, интенсификация процесса обучения**, а также дефицит времени для усвоения информации являются выраженными психотравмирующими факторами для школьника, что в сочетании с уменьшением продолжительности сна и прогулок, снижением физической активности оказывает стрессорное воздействие на развивающийся организм.

2) Существенным фактором, ухудшающим здоровье школьников является **низкая двигательная активность**. Дефицит двигательной активности уже в младших классах составляет 35-40%, а среди старшекласников – 75-85%. Уроки физического воспитания лишь в малой степени (на 10-18%) компенсируют дефицит движений, что явно недостаточно для профилактики отклонений в состоянии здоровья.

3) Значимой причиной ухудшения состояния здоровья школьников является недостаточная адекватность современной системы **гигиенического обучения и воспитания** по формированию у детей и подростков умений и навыков здорового образа жизни (ЗОЖ), сознательного и ответственного отношения к своему здоровью.

Среди детей и, особенно, подростков в современных условиях нашли широкое распространение деструктивные формы поведения; курение, алкоголь, наркотики, раннее сексуальная активность, девиантные формы поведения.

Таким образом, состояние проблемы сохранения и развития здоровья школьников как проблеме формирования здорового поколения характеризуется рядом противоречий между: общественно-государственной потребностью в формировании здорового поколения, заявленной в Конституции Российской Федерации, Законе РФ «Об образовании», национальной Доктрине развития образования и сохранения и развития их здоровья; притязаниями выпускников школ на успешную самореализацию и недостаточным сформированным отношением к здоровью и здоровому образу жизни (ЗОЖ) как условию этой успешности; необ-

ходимостью перехода к созданию здоровьесберегающей среды общеобразовательного учреждения и недостаточной теоретической и практической проработанностью методов, форм и средств её формирования.

В Национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» одним из ключевых направлений развития общего образования является здоровье школьников. «...В ближайшее время большее внимание необходимо уделить качественной организации сбалансированного горячего питания, медицинского обслуживания и спортивных занятий школьников».

Обоснование проблемы формирования здоровьесберегающей среды в школе как наиболее полной совокупности социально-медицинских психолого-педагогических условий и физиологических компонентов сохранения, развития здоровья школьника и актуальность её решения определило выбор комплексно-целевой программы «Здоровье».

2. КРАТКИЙ АНАЛИЗ РАБОТЫ МОУ «СОШ № 7» ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ

В МОУ «СОШ № 7» имеется богатый положительный опыт работы по здоровьесбережению, который неоднократно обобщался на уровне города и области и получил положительную оценку.

Работа в предыдущей программе осуществлялась по следующим направлениям:

Постановка детей на питание

На 2010 год в школе горячим питанием охвачены 696 человек (81 %). Бесплатно питаются 363 человека (42 %), платно - 228 человек. На неполном питании - 34 человека (4 %), трёхразовое питание первоклассников (завтрак, обед, полдник) - 71 человек (8 %), двухразовое питание у детей ЗПР (завтрак, обед) - 19 человек (2 %). Буфетной системой охвачено 250 человек (29 %). Таким образом, охват питанием составляет практически 100%. Проводится постоянная С-витаминизация и витаминизация продуктов питания. Приобретена новая гигиеничная мебель в школьную столовую.

Формы медицинского обслуживания

В школе на каждого ребёнка заведена учётная 26 форма. Проводятся ежегодные медицинские осмотры учащихся (углубленный медосмотр в 5, 9 классах). Выполняется национальный календарь прививок. Ведется ежедневный амбулаторный приём больных детей. Проводятся ежедневные физиопроцедуры.

Медицинским работником проводится оздоровительная гимнастика с учащимися 1-х классов, для детей, страдающих сколиозом и нарушениями осанки. Ионизация воздуха ионизатором - воздухоочистителем (при заболеваниях ЦНС; дыхательных путей; кожных заболеваниях), в блоке шестилеток (спальни, игровые и классные комнаты) и медицинском кабинете.

Ведется наблюдение за соблюдением санитарно-гигиенического режима в школе и в столовой - термометры в учебных кабинетах, проветривание, лампы дневного света над досками, приобретается новая мебель в классы, ионизаторы воздуха, фильтры для очистки питьевой воды

Организация физического воспитания и двигательной активности

В начале учебного дня проводится ежедневная утренняя зарядка - 5 минут, на уроках - систематические физминутки. Введены удлиненные перемены после 3 и 4 уроков, третий час физкультуры, организовано посещение бассейна учащи-

мися начальной и основной школы. В режим первоклассников введены ежедневные прогулки и подвижные игры на свежем воздухе.

Для учащихся 5-11 классов школе функционируют спортивные кружки и секции - баскетбол, волейбол, каратэ, пионербол, мини-футбол, проводятся занятия в тренажерном зале.

Технологии здоровьесбережения, используемые в учебном процессе

- Личностно – ориентированное обучение.
- Проектное обучение.
- Дифференцированное обучение.

Формирование культуры здоровья у родителей:

Ежегодно проводятся родительские собрания о трудности адаптации ребёнка к обучению в 5 классе, 1 классе - «Здоровье ребенка – главная забота семьи и школы», в 1-11 классах - «Режим дня школьника, его роль», «Психолого-физиологические особенности учащихся различного возраста». Проведен углубленный медосмотр учащихся и родители ознакомлены с его результатами, для чего были организованы консультации врача с родителями учащихся.

Формы работы с педагогами

- Совещания при директоре «Организация школьного горячего питания»
- «Соблюдение правил пожарной безопасности и охрана труда педагогов. Профилактика несчастных случаев среди уч-ся и педагогов».
- «Итоги медосмотра уч-ся»
- «Соблюдение Сан. ПиНов в школе»
- «Организация питания уч-ся»
- Работа по соблюдению теплового и светового режима, оснащение кабинетов дополнительными специальными лампами для освещения доски и т.д. (см. программу)

Медико-психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса

Приём в школу первоклассников ведётся с психолого-педагогическими картами обследования. Все выпускники начальной школы проходят повторное обследование. Ежегодно проводятся педагогические консилиумы по адаптации учащихся 1-х и 5-х классов.

Досуговые, массовые, просветительские мероприятия

Два раза в год для учащихся проводится День Здоровья, школа принимает активное участие в Городской Спартакиаде школьников, спортивно-массовых мероприятиях. В течение учебного года в школе проводится своя спартакиада, включающая 10 видов спорта.

С целью формирования позитивного отношения к соблюдению ЗОЖ в конце каждой четверти проводятся итоговые школьные линейки с награждением лучших спортсменов школы. В рамках профилактической работы проводятся встречи со специалистами наркологического кабинета, ИДН, КДН, видеолекторий по курению и алкоголизму, цикл бесед о вреде курения, психологические тренинги.

Важным фактором создания безопасных условий жизнедеятельности является проведение плановых учений по противопожарной безопасности.

Постоянно работает спортивно-туристический сектор ученического самоуправления, организуются туристические походы по экологической тропе.

На протяжении нескольких лет школа становилась победителем городского конкурса «Главный рекорд - здоровье».

Результаты анализа состояния здоровья учащихся МОУ «СОШ № 7» с 2008 по 2010 год показывают следующее:

Год	Осмотрено	Группа здоровья			
		1	2	3	4
2008	865	163	612	84	6
2009	849	213	552	79	5
2010	916	172	635	101	8

Год	Группа по физической культуре		
	Основная	Подготовительная	Специальная
2008	605	245	15
2009	688	149	12
2010	703	196	17

Год	Отклонение в здоровье													
	Лор	ЖКТ	Зрение	МПС	Нервные	Кожные	Дефекты речи	Органы дыхания	ССС	Нарушения осанки	Сколиоз	Эндокринные	Дисгармония	Гармоничное развитие
2008	69	30	105	17	115	14	3	21	137	230	173	40	41	824
2009	34	25	105	19	78	14	8	15	138	241	117	44	55	794
2010	89	21	144	17	76	16	17	11	144	208	169	63	55	861

3. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель – создание в школе комплекса необходимых условий (педагогических, психологических, лечебно-оздоровительных, профилактических) для сохранения и укрепления здоровья обучающихся в учреждении школьников, как одного из важнейших факторов, определяющих успех самореализации выпускников школы в их самостоятельной жизни.

Задачи:

Организационно – управленческие:

- обеспечение безопасной здоровьесберегающей среды в образовательном процессе (укрепление материально-технической, ресурсной базы, организация системы контроля за соблюдением норм технической безопасности);
- создание условий школьной среды, стимулирующей физическую активность;
- совершенствование организации питания школьников;

- повышение квалификации педагогических кадров для организации работы, связанной с оздоровлением детей.

Образовательные:

- организация образовательного процесса на основе широкого использования педагогических технологий (личностно-ориентированных, игровых и т.д.), способствующих снижению утомляемости учащихся на уроке, предотвращению их перегрузки и увеличению двигательной активности.

Воспитательные:

- поддержка здоровья учащихся в рамках дополнительного образования, с целью укрепления физического, психологического и духовного здоровья учащихся, создание дополнительных условий для включения максимального количества учащихся в оздоровительную деятельность.

- формирование активной позиции ребенка по отношению к своему здоровью;

Физкультурно-оздоровительные:

- организация интенсивной спортивно-массовой работы на всех ступенях образования (начальной, основной, средней школы), включая участие ребят в спортивных соревнованиях различного уровня (школьного, районного, городского, областного);

Психолого-педагогические:

- организация системы психолого-педагогического сопровождения каждого ребенка в процессе обучения и внеурочной деятельности;
- расширение видов коррекционной помощи участникам образовательного процесса.

Медицинские:

- организация медицинского сопровождения учебно-воспитательного процесса в рамках сотрудничества с медицинскими учреждениями.
- обеспечение строгого соблюдения санитарно-гигиенических норм, способствующих предотвращению неблагоприятного воздействия на организм школьников вредных факторов и условий, сопровождающих их учебную деятельность;
- способствовать сокращению заболеваемости школьников через расширение форм оздоровления.

Представленная концепция определяет **основные направления** деятельности по здоровьесбережению и созданию механизма устойчивого сохранения и развития здоровья школьников в процессе обучения на основе:

- проведения оптимизации учебной, психологической и физической нагрузки и создания в школе условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся и учителей;
- использования эффективных методов обучения;
- равного доступа к занятиям физической культуры для детей с ослабленным здоровьем через функционирование специальных медицинских групп;
- организации мониторинга состояния здоровья и физического развития обучающихся;
- улучшения организации питания;
- рационализации досуговой деятельности, организации каникулярного времени и летнего отдыха обучающихся;
- формирования здорового образа жизни всех участников образовательного процесса;

- повышения квалификации педагогов в направлении применения здоровьесберегающих и оздоровительно-тренировочных технологий.

4. ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1-й этап - подготовительный (январь 2010 г. – сентябрь 2010 г.)

Аналитико-диагностическая деятельность. Поиск инновационных здоровьесберегающих технологий, методов и способов обучения и воспитания. Изучение современных технологий. Анализ образовательной ситуации в школе, возможность применения комплексно-целевой программы оздоровления учащихся «Здоровье»

2-й этап - апробационный (2011 год)

Создание перспективной модели развития программы. Апробация и использование комплексной программы оздоровления учащихся «Здоровье».

3-й этап - практический (2012-2014 гг.)

Осуществление педагогической деятельности по повышению компетентности всех участников УВП в вопросах здоровьесбережения. Качественное функционирование системы.

4-й этап - обобщающий (2015 год)

Обработка и интерпретация данных за 4 года. Соотношение результатов реализации программы с поставленными целью и задачами.

5. МОДЕЛЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ



6. ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Содержание мероприятий	Сроки	Ответственный
<i>Анализ и диагностика</i>			
1.	Коллективный анализ качества и эффективности педагогических условий, обеспечивающих сохранение и укрепление психологического здоровья	В течение года	Администрация
2.	Мониторинг физического развития и физической подготовки учащихся	2 раза в год	Учителя физической культуры
3.	Организация профилактических медицинских осмотров педагогов и учащихся	Ежегодно, I полугодие	Субачева И.В.
4.	Обновление «Паспорта здоровья» школы	Сентябрь-октябрь	Субачева И.В. классные руководители
5.	Организация социологических исследований, опросов, анкетирования по вопросам здоровья	По плану	Администрация
6.	Анализ способов и форм доведения информации до родителей	В течение года	Администрация
7.	Мониторинг физической активности школьников в период их пребывания в школе	В течение всего периода	Крушина М.Ю.
8.	Мониторинг соблюдения здоровьесбережения при проведении урока	В течение всего периода	Моторина М.Б., Боброва Н.А., Матушкина Л.Н.
9.	Мониторинг психологического климата в школе	2012, 2014 годы	Ряхина Л.А., классные руководители
10.	Мониторинг заболеваемости школьников и педагогов	Постоянно	Субачева И.В.
11.	Мониторинг уровня грамотности школьников и педагогов по вопросам здоровья	2012, 2014 годы	Администрация
12.	Анализ состояния психологического здоровья вновь поступивших учащихся.	Два раза в год	Ряхина Л.А.
<i>Рациональная организация учебно-воспитательного процесса</i>			
13.	Составление расписания уроков, предусматривающее санитарные нормы (чередование предметов с высоким баллом по шкале трудности с предметами с низким баллом)	В начале четверти	Волкова С.А.

14.	Составление расписания внеурочной деятельности обучающихся, предусматривающее чередование занятий и отдыха	В начале четверти	Крушина М.Ю.
15.	Организация учебной деятельности с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье обучающихся (неподвижная поза на уроке, преобладание словесно-информационного принципа учебного процесса, отсутствие чувственно-эмоционального фона на уроке)	Ежедневно	Учителя-предметники
16.	Достижение соответствия объема домашних заданий обучающихся 1-9 классов требованиям СанПиНа	2011-2015 гг.	Учителя-предметники
17.	Стимулирование развития профессионального педагогического сообщества в области здоровья	Постоянно	Администрация
18.	Разработка, утверждение и пересмотр инструкций по охране труда и обеспечения безопасности образовательного процесса для работников и обучающихся	Ежегодно, август	Вилкова Я.М.
19.	Организация проведения инструктажей по технике безопасности	По плану	Вилкова Я.М.
20.	Развитие системы спортивных секций на базе школы	В течение всего периода	Администрация
<i>Развитие здоровьесберегающей инфраструктуры школы</i>			
21.	Организация ежегодного косметического ремонта здания школы	2011-2015 гг.	Внукова И.Г., техперсонал
22.	Подготовка спортивных залов, тренажерного зала, лыжной базы, кабинета ритмики, школьного стадиона к учебному году	Ежегодно, сентябрь	Внукова И.Г., учителя физической культуры
23.	Оборудование кабинетов школы для работы с оздоровительной направленностью	Ежегодно, сентябрь	Директор, учителя-предметники
24.	Приведение материально-технического оснащения спортивного зала, спортивной площадки, столовой, школьных кабинетов в соответствие с нормативными требованиями	Ежегодно, сентябрь	Внукова И.Г., учителя физической культуры
25.	Продолжение работы с электронными базами данных	2011-2015 гг.	Субачева И.В., Крушина М.Ю.
26.	Продолжение работы по созданию автоматизированных рабочих мест работников школы	2011-2015 гг.	Администрация

27.	Пополнение школьной библиотеки методическими и дидактическими пособиями по вопросам здоровья	В течение всего периода	Коптякова Л.А.
28.	Комплектование школьных аптек необходимым минимумом лекарственных средств	Ежегодно, сентябрь	Субачева И.В.
29.	Лицензирование медицинского кабинета	2011 год	Субачева И.В.
30.	Обеспечение программно-методической, учебно-методической литературой	В течение года	Коптякова Л.А.
31.	Приобретение лекарственных препаратов для витаминизации и вакцинации детей	В течение года	Внукова И.Г., Субачева И.В.
32.	Информирование всех участников образовательного процесса по вопросам сохранения, укрепления и развития здоровья обучающихся через школьный сайт, СМИ	В течение года	Директор, зам. директора.
<i>Работа с учащимися</i>			
33.	Организация оздоровительных мероприятий в режиме дня учащихся 1-11 классов (гимнастика до занятий, динамические перемены, физкультминутки).	Ежедневно	Учителя-предметники
34.	Работа по сохранению 100% охвата учащихся горячим питанием	Постоянно	Классные руководители
35.	Обеспечение качественного и рационального питания школьников и педагогов	Постоянно	Внукова И.Г. Ведерникова Р.З.
36.	Работа по коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата	2011-2015 гг.	Субачева И.В.
37.	Психопрофилактическая работа, направленная на повышение степени устойчивости при стрессовых ситуациях	По запросам	Ряхина Л.А.
38.	Работа по профилактике и коррекции нарушения зрения у школьников	2011-2015 гг.	Учителя-предметники
39.	Организация занятий физической культурой на уроке и в спортивных секциях	Постоянно	Учителя физической культуры
40.	Организация и проведение спортивных праздников и состязаний для школьников, педагогов и родителей	По плану школы	Учителя физической культуры
41.	Организация работы летнего лагеря дневного пребывания	Ежегодно, июнь-июль	Директор ДОЛ
42.	Деятельность школьного психолого-педагогического консилиума	2011-2015 гг.	Ряхина Л.А., Боброва

			Н.А.
43.	Профилактическая работа во время эпидемий		Педколлектив
44.	Организация отдыха учащихся в загородных лагерях в летний период	Июнь-август	Пашкова Е.С., родители
45.	Подготовка и проведение тематических классных часов, бесед, лекториев	По планам	Классные руководители
46.	Организация экскурсий, походов, прогулок	2011-2015 гг.	Классные руководители
47.	Организация работы по привлечению учащихся к занятиям в спортивных кружках и секциях	Сентябрь, январь	Классные руководители, родители
48.	Организация участия в городских, областных спортивных соревнованиях, спартакиадах среди учащихся	В течение всего периода	Учителя физической культуры
49.	Вовлечение учащихся в занятия массовыми видами спорта и физической культуры	В течение всего периода	Учителя физической культуры
50.	Проведение дней здоровья, Всероссийского дня здоровья	Ежегодно, сентябрь, апрель	Учителя физической культуры
51.	Осуществление ранней профилактики асоциального поведения несовершеннолетних и социального сиротства	Постоянно	Кандакова О.В.
52.	Содействие развитию самоуправления в школе, деятельности детских объединений, развитие лидерских качеств школьников	В течение всего периода	Крушина М.Ю.
Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)			
53.	Цикл лекций по профилактике вредных привычек, в том числе с привлечением специалистов	Постоянно	Классные руководители, Кандакова О.В.
54.	Участие в проведении: Международного дня борьбы со СПИДом; Международного дня борьбы с курением	1.12 19.11	Классные руководители, Кандакова О.В., Крушина М.Ю.
55.	Организация занятий по оказанию помощи в социальной адаптации подростков, овладению навыками общения, решению проблемы занятости и т. д.	В течение всего периода	Кандакова О.В., Ряхина Л.А.
56.	Выделение в системе уроков по различным дисциплинам фрагментов, способствующих формированию понимания социальных и медицинских последствий наркозависимости	В течение всего периода	Учителя-предметники

<i>Работа с родителями</i>			
57.	Проведение классных собраний по вопросам актуализации ценности здоровья в образовательном учреждении и семье	Сентябрь, апрель	Классные руководители
58.	Публичный отчет о работе школы перед родительской общественностью	Ежегодно, сентябрь	Н.А. Масленникова
59.	Проведение методических совещаний о промежуточных итогах работы по программе «Здоровье»	Ежегодно, апрель	Крушина М.Ю., Субачева И.В.
60.	Проведение психологических тренингов для формирования благоприятного морально-психологического климата среди участников образовательного процесса	По плану	Ряхина Л.А.
61.	Проведение «Дня здоровья» для всех участников образовательного процесса	Сентябрь, апрель	Учителя физической культуры
62.	Проведение Дня открытых дверей	Май	Педколлектив
63.	Своевременное информирование родителей о состоянии здоровья обучающихся и условиях, способствующих сохранению и развитию здоровья.	Один раз в полугодие	Администрация
64.	Работа школы по проблемам здоровья с семьями учащихся	В течение всего периода	Администрация, Субачева И.В., классные руководители
65.	Организация работы психолого-педагогического лектория для родителей «Здоровый ребенок – здоровое общество»	2012-2014 гг.	Директор школы, заместитель директора
<i>Работа с педагогами</i>			
66.	Создание базы данных передового педагогического опыта, информационных материалов, пропагандирующих здоровьесбережение, педагогических и методических бюллетеней	2013-2015 гг.	Крушина М.Ю.
67.	Организация и проведение обучающих семинаров по использованию здоровьесберегающих технологий на уроке и внеклассном занятии	2012-2013 гг.	Заместитель директора

7. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ

1. Формирование у школьников системы знаний о здоровье человека и здоровом образе жизни, мотивации на сохранение своего здоровья и здоровья окружающих людей
2. Сохранение и укрепление здоровья и физического развития воспитанников и обучающихся за счет оптимизации организации образовательного процесса.
3. Снижение уровня заболеваемости детей простудными заболеваниями (ОРВИ, ОРЗ), заболеваниями опорно-двигательного аппарата, органов дыхания и глаз.
4. Социальная адаптация (средствами образования) обучающихся с проблемами в развитии и ограниченными возможностями здоровья; учащихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.
5. Улучшение организации питания учащихся.
6. Улучшение санитарно-гигиенических условий в школе
7. Позитивная динамика результатов обученности за счет сокращения количества уроков, пропущенных по болезни;
8. Повышение адаптационных возможностей детского организма и стабилизация уровня обученности при переходе учащихся с одной ступени обучения на другую;
9. Улучшение взаимоотношений семьи и школы, повышение ответственности родителей за здоровье ребенка, формирование здорового образа жизни в семье.
10. Расширение видов психолого-педагогической и медико-социальной помощи участникам образовательного процесса.
11. Создание информационного поля по здоровьесберегающим технологиям, формирование базы данных мониторинга здоровья, обеспеченности кадровыми, материально-техническими и иными ресурсами.
12. Создание целостной системы ранней профилактики злоупотреблений ПАВ, алкоголизма и табакокурения среди обучающихся.

8. РИСКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- Низкая мотивация обучающихся в отношении сохранения собственного здоровья;
- Недостаточное оснащение материально-технической и методической базы
- Отсутствие помощи со стороны родителей в формировании потребности в ЗОЖ

9. ЛИТЕРАТУРА

1. Базврный В.Ф. Здоровье и развитие ребёнка: экспресс контроль в школе и дома: Практич. пособие.- М.: АРКТИ. 2005.- 176с.
2. Ерёменко Н.И. Профилактика вредных привычек.- Волгоград: Панорама; Москва: Глобус, 2007.- 80с.
3. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004, 296с.
4. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер: 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2007, - 304с.
5. Кузнецов В.С., Колодоницкий Г.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. Метод. Пособ. -М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003.-184с.

6. Куценко И.П., Медведева Л.Е. Готовность педагога к работе в условиях формирования здорового образа жизни.- Омск: МОУ «СОШ « 145», -22с
7. Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: Учебное пособие.- М.: Советский спорт, 2004.- 192с.: ил.
8. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников.-М.,1998.
9. Национальная образовательная инициатива "Наша новая школа"
10. Поляков С.Д. Мониторинг и коррекция физического здоровья школьников: метод. пособие.- М.: Айрис – пресс, 2006. – 96с. Синягина Н.Ю., Кузнецова И.В. Как сохранить и укрепить здоровье детей. ВЛАДОС, 2004. – 150с.
11. Стратегия модернизации содержания образования: Материалы для разработки документов по обновлению общего образования. – М., 2001г.
12. Формирование здорового образа жизни российских педагогов. Пособие. /Под редакцией Л.В. Баль, С.В. Баркановой. М. Владос 2003 г.

Система классных часов

1 класс

2 класс

№ п/п	Сроки	Тема классного часа	Кто проводит
1.	Сентябрь	Правила поведения в школе	Классный руководи- тель
2.	Октябрь	Трамвоопасные участки в школе	Классный руководи- тель
3.	Ноябрь	Режим дня	Классный руководи- тель
4.	Декабрь	Одежда осенью и зимой. Уход за одеждой	Классный руководи- тель
5.	Январь	Правила поведения в общественных мес- тах	Классный руководи- тель
6.	Февраль	Подвижные игры во время перемен	Классный руководи- тель, учитель физкульту- ры
7.	Март	Вред табачного дыма	Классный руководи- тель, школьный врач
8.	Апрель	Укусы насекомых	Классный руководи- тель, школьный врач
9.	Май	Основы личной безопасности дома	Классный руководи- тель

1.	2.	3.	4.
1.	Ноябрь	Самопознание через ощущение, чувство и образ	Классный руково- дитель
2.	Декабрь	Дружба	Классный руково- дитель

3.	Январь	Безопасное поведение в школе	Классный руководитель
4.	Февраль	Гигиена учебного труда и отдыха	Классный руководитель школьный врач
5.	Март	Гигиена питания	Классный руководитель
6.	Апрель	О вреде табачного дыма	Классный руководитель школьный врач

3 класс

№ п/п	Сроки	Тема классного часа	Кто проводит
1.	Сентябрь	Безопасное поведение в школе во время уроков и перемен	Классный руководитель
2.	Октябрь	Способы решения конфликтных ситуаций	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Бытовой и уличный травматизм	Классный руководитель
4.	Декабрь	Строение тела человека. Здоровье и болезнь	Классный руководитель
5.	Январь	Поведение в экстремальных ситуациях	Классный руководитель
6.	Февраль	Профилактика инфекционных заболеваний. Микробы	Классный руководитель
7.	Март	Питание – основа жизни	Классный руководитель
8.	Апрель	Вред табачного дыма. Что такое алкоголь и чем опасно его упот-	Классный руководитель,

		ребления	школьный врач
9.	Май	Правила поведения за столом и уход за посудой	Классный руководитель

4 класс

1.	2.	3.	4.
1.	Сентябрь	Безопасное поведение в школе во время уроков и перемен	Классный руководитель
2.	Октябрь	Я и другие	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Режим дня школьника	Классный руководитель
4.	Декабрь	Как защититься от простуды и гриппа	Классный руководитель, школьный врач
5.	Январь	Кого я могу назвать своим другом, подругой	Классный руководитель
6.	Февраль	Один дома	Классный руководитель
7.	Март	Правильное питание – залог здоровья	Классный руководитель
8.	Апрель	Поведение в общественных местах	Классный руководитель
9.	Май	На водоёме, в лесу, в горах	Классный руководитель

5 класс

№ п/п	Сроки	Тема классного часа	Кто проводит
1.	Сентябрь	Способ преодоления стресса	Классный руководитель
2.	Октябрь	Безопасность поведения в школе	Классный руководитель
3.	Ноябрь	«Легальные» и «нелегальные» психоактивные вещества	Классный руководитель
4.	Декабрь	Режим дня	Классный руководитель
5.	Январь	Функции основных систем организма	Классный руководитель, школьный врач
6.	Февраль	Переутомление. Его признаки	Классный руководитель, школьный врач
7.	Март	Критика. Её виды. Способы реагирования	Классный руководитель,
8.	Апрель	Продукты питания в разных странах	Классный руководитель, школьный врач
9.	Май	Правила безопасности на дорогах. Правила поведения с незнакомыми людьми. Меры предосторожности при контакте со случайными знакомыми	Классный руководитель

6 класс

1.	2.	3.	4.
----	----	----	----

1.	Сентябрь	Межличностное общение	Классный руководитель
2.	Октябрь	Что такое дружба	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Как избежать конфликтной ситуации	Классный руководитель
4.	Декабрь	Моя семья	Классный руководитель
5.	Январь	Я и другие. Как я отношусь к критике	Классный руководитель
6.	Февраль	Гигиена тела	Классный руководитель школьный врач
7.	Март	Правильное питание	Классный руководитель
8.	Апрель	Психоактивные вещества	Классный руководитель, школьный врач
9.	Май	Личная безопасность. Правила поведения в экстремальных ситуациях	Классный руководитель

7 класс

№ п/п	Сроки	Тема классного часа	Кто проводит
1.	Сентябрь	Безопасное поведение в школе	Классный руководитель
2.	Октябрь	Я и другие. Возможные конфликты с родителями, друзьями, учителями	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Безопасное поведение на дорогах и в транспорте	Классный руководитель
4.	Декабрь	Влияние наркотиков на жизненный стиль человека	Классный руководитель, школьный врач

5.	Январь	Стресс, его психологические и физиологические проявления. Способы совладания со стрессом	Классный руководитель
6.	Февраль	Правила личной гигиены подростков	Классный руководитель, школьный врач
7.	Март	Гигиена учебного труда и отдыха	Классный руководитель, школьный врач
8.	Апрель	Потребности организма подростка в основных веществах и энергии	Классный руководитель, школьный врач
9.	Май	Правила безопасного обращения с огнём. Доврачебная помощь при ожогах	Классный руководитель, школьный врач

8 класс

1.	2.	3.	4.
1.	Сентябрь	Безопасное поведение на дорогах	Классный руководитель
2.	Октябрь	Бытовой и уличный травматизм	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Правила выбора гигиенических средств ухода за телом	Классный руководитель, школьный врач
4.	Декабрь	Признаки утомления органов зрения и слуха. Способы снятия утомления	Классный руководитель, школьный врач
5.	Январь	Инфекционные заболевания и иммунитет подростка	Классный руководитель
6.	Февраль	Болезни, передаваемые через пищу	Классный руководи-

			дитель, школьный врач
7.	Март	Употребление психоактивных веществ как слабость воли, болезнь	Классный руково- дитель
8.	Апрель	Безопасное поведение в городе и на природе	Классный руково- дитель, школьный врач

9 класс

№ п/п	Сроки	Тема классного часа	Кто проводит
1.	Сентябрь	Самооценка личности	Классный руково- дитель
2.	Октябрь	Конфликты и способы их разрешения	Классный руково- дитель
3.	Ноябрь	Гигиена тела – основа здорового образа жизни	Классный руково- дитель, школьный врач
4.	Декабрь	Режим дня и оптимальные условия функционирования организма человека	Классный руково- дитель
5.	Январь	Питание – основа жизни	Классный руково- дитель
6.	Февраль	Безопасное поведение. Травматизм	Классный руково- дитель
7.	Март	Поведение в экстремальных ситуациях	Классный руково- дитель
8.	Апрель	Психоактивные вещества как фактор риска в жизни человека	Классный руково- дитель, школьный врач
9.	Май	Правила безопасности на экскурсии и в походе	Классный руково- дитель

10 класс

1.	2.	3.	4.
1.	Сентябрь	Самопознание. Ответственность и свобода выбора	Классный руководитель
2.	Октябрь	СПИД: пути передачи и способы предупреждения	Классный руководитель, школьный врач
3.	Ноябрь	Правила поведения в местах общественного питания	Классный руководитель
4.	Декабрь	Уход за кожей лица	Классный руководитель, школьный врач
5.	Январь	Конформизм, самостоятельность, лидерство	Классный руководитель
6.	Февраль	Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения	Классный руководитель
7.	Март	Диеты, лечебное питание, голодание, пост	Классный руководитель, школьный врач
8.	Апрель	Юридическая и материальная ответственность за употребление психоактивных веществ	Классный руководитель
9.	Май	Модели поведения в экстремальных ситуациях	Классный руководитель

11 класс

№ п/п	Сроки	Тема классного часа	Кто проводит
1.	Сентябрь	Любовь, вражда и одиночество	Классный руководитель

2.	Октябрь	Человек в семье. Семья и её функции. Психологический климат семьи. Развод	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Личность. Формальные и неформальные группы	Классный руководитель
4.	Декабрь	Косметические средства. Гигиена, эстетика, здоровье	Классный руководитель, школьный врач
5.	Январь	Пищевые приоритеты	Классный руководитель, школьный врач
6.	Февраль	Административная и юридическая ответственность при создании травмоопасной ситуации	Классный руководитель
7.	Март	Ответственность за нарушения правил дорожного движения	Классный руководитель
8.	Апрель	Модели поведения людей в экстремальных ситуациях	Классный руководитель
9.	Май	Социальные, психологические и физиологические последствия употребления психоактивных веществ	Классный руководитель, школьный врач