

Утверждаю

директор ГБОУ Гимназия №1517

\_\_\_\_\_ А.А. Вахнеева

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2012 г.

## **ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»**

**на 2012-2015 учебный год**

### **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Можно ли обучать детей так, чтобы сохранилось или даже укрепилось состояние их здоровья? Врачи-педиатры, наблюдающие состояние здоровья учащихся, а также данные государственной медицинской статистики свидетельствуют о негативных изменениях в организме учащихся в процессе их обучения в школах разного типа. Еще в начале XX века основоположник отечественной школьной гигиены Ф.Ф. Эрисман внес понятие «школьные болезни», возникновение которых обусловлено обучением детей. К этим болезням им была отнесена близорукость (нарушение зрения), а также сколиоз (боковое нарушение позвоночника) и анемия (низкий уровень гемоглобина в крови). В современных условиях «школьные болезни» сохраняются, хотя их структура изменилась.

У современных школьников чаще выявляются нервно-психические расстройства, нарушение зрения (миопия, рефракционная или осевая, и т.д.), болезни костно-мышечной системы (сколиоз, патологический кифоз или лордоз, плоскостопие).

Заболеваемость детей школьного возраста держится на высоком уровне и составляет примерно 2400-2600 заболеваний на 1000 детей, т.к. каждый школьник на протяжении учебного года условно болеет 2,4-2,6 раза. Это свидетельствует о низкой сопротивляемости организма к патогенным микроорганизмам и вирусам, а также к неблагоприятным воздействиям окружающей среды. Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Опыт некоторых школ показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует не только прочным знаниям, но и одновременно способствует укреплению здоровья школьников.

Биологическая реакция организма школьника зависит как от его адапционных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды.

*Образовательная среда – понятие комплексное. В него входит всё, что окружает ребёнка в школе: здание, оборудование, рабочая мебель, освещённость, режим обучения, учебные программы и способы их реализации, объём дневной и недельной учебной нагрузки, взаимоотношения с учителями и сверстниками.*

Многие параметры образовательной среды регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья гимназистов.

Разработанная нами программа «Здоровье» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование учащихся.

*Здоровьесберегающие технологии – различные оздоровительные мероприятия грамотно встроенные в общую систему образования, направленную на благо здоровья детей и педагогов.*

*Валеологическое образование – система образовательных мер, направленных на формирование здорового образа жизни.*

В реализации программы «Здоровье» необходима согласованная работа всех служб школы: администрации, педагогов, психолога, медицинского работника и технического персонала.

## **II. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ**

Поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся, создание наиболее благоприятных условий для формирования у гимназистов отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

## **III. ЗАДАЧИ**

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся гимназии и отслеживания его в течение всего времени обучения.

2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
3. Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора гимназистов в области физической культуры и спорта.
4. Организация системы профилактических мер по предупреждению детского травматизма, предотвращению роста заболеваемости учащихся гимназии.
5. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

#### **IV. ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

- создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья, воспитанию и развитию личности;
- создание системы мониторинга состояния здоровья детей;
- повышение уровня физической подготовленности учащихся;
- снижение уровня заболеваемости;
- повышение уровня обученности ;
- повышение общей культуры учащихся.

#### **V. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- ***Учебно-воспитательная работа:***

№пп	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Контроль за соблюдением норм учебной нагрузки (дневной, учебной, годовой)	1 раз в четверть	зам. директора по УВР
2	Валеологический анализ расписания уроков	октябрь, январь	зам. директора по УВР
3	Создание на переменах таких условий, которые бы способствовали оптимальному двигательному режиму учащихся разных возрастов	ежедневно	Учителя-предметники, дежурные учителя, учителя физкультуры
4	Включение вопросов с определённой валеологической направленностью в план учебных программ по ОБЖ, физической культуре и др., в программу классных часов, родительских собраний	сентябрь	учителя-предметники, классные руководители

5	Контроль за правильным использованием ТСО	1 раз в четверть	зам. директора по УВР
6	Повышение валеологической грамотности учителей	в течение учебного года	директор школы

- **Диагностическая работа** - комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья как учащихся, так и учителей; изучение подвижности адаптационных перестроек и работоспособности под действием природных и социальных факторов:

№пп	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Медико-педагогический анализ здоровья при зачислении детей в гимназию	в начале учебного года	мед. сестра, зам.директора по УВР 1 ст.
2	Диспансеризация учащихся и учителей	по плану поликлиник	мед. сестра
3	Определение уровня адаптации в 5, 10 классах	2 раза в год	зам. директора по УВР, кл. руководители, соц. педагог, психолог
4	Определение уровня адаптации новых учащихся	2 раза в год	зам. директора по УВР, кл. руководители, соц. педагог, психолог
5	Мониторинг физического состояния учащихся	2 раза в год	учителя физкультуры

- **Профилактическая и коррекционная работа** – предупреждение и своевременное выявление отклонений в развитии и состоянии здоровья учащихся, профилактика травматизма в гимназии:

№пп	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Плановый медосмотр учащихся, прививки учащихся	сентябрь, январь по плану дет. поликлиники	Мед. сестра
2	Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием учебных кабинетов и мест общего пользования	в течение всего года	Зам. директора по АХЧ, учителя – отв. за кабинеты
3	Контроль пищевого рациона (достаточность, сбалансированность, правильность, сочетание продуктов)	в течение всего года	Кл. руководители, зам. директора по соц. защите

4	Контроль за состоянием рабочей мебели, спортивного оборудования	в течение всего года	учителя – отв. за кабинеты, учителя физкультуры
5	Контроль за соблюдением требований к внешнему виду и сменной обуви	ежедневно	дежурный администратор, кл. руководители
6	Составление графика дежурства учителей	1 раз в полугодии	

- **Научно-методическая и опытно-экспериментальная работа** – внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику образования, разработка новых авторских программ, методик и методов обучения и их экспериментальное внедрение в учебный процесс.
- **Информационно-просветительская работа** – пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация:

№пп	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Создание стендов, уголков здоровья, выпуск стенгазет	в течение всего учебного года	кл. руководители, учителя физкультуры, зам. директора по ВР
2	Проведение тематических классных часов	сентябрь-октябрь апрель-май	кл. руководители, учителя физкультуры, зам. директора по ВР
3	Проведение конкурсов, викторин, спортивных праздников	1 раз в четверть	кл. руководители, учителя физкультуры, зам. директора по ВР
4	Организация лекций для учителей по вопросам ЗОЖ с привлечением специалистов в области медицины	2 раза в год	зам. директора по ВР
5	Включение вопросов о формировании здорового образа жизни детей в планы проведения родительских собраний	в течение года	кл. руководители

- **Физкультурно-оздоровительная работа** – создание условий для физической активности учащихся, увеличение охвата учащихся физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работой:

№пп	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Утренняя зарядка, физкультминутки на уроках	ежедневно	учителя предметники, кл. руководители, учителя физкультуры
2	Подвижные перемены с использованием спортивного зала и рекреаций	ежедневно	учителя физкультуры, учителя нач.школы
3	Дни Здоровья	1 раз в четверть	кл. руководители, учителя физкультуры, зам.директора ВР
4	Совместные соревнования учителей и учащихся	октябрь, февраль, март	учителя физкультуры
6	Прогулки, экскурсии, спортивные мероприятия в классе	в течение года	кл. руководители
7	Работа спортивных секций	в течение года	учителя физкультуры
9	Организация внутришкольных соревнований по плану Спартакиады гимназистов	в течение года	учителя физкультуры
10	Участие в районных, окружных, городских соревнованиях и спортивных мероприятиях	в течение года	учителя физкультуры

## **VI. Функции различных категорий работников гимназии**

### **1. Медицинская служба гимназии:**

- проведение диспансеризации учащихся;
- медосмотр учащихся, определение уровня физического здоровья;
- организация прививок учащихся и педагогов;
- организация работы зубного кабинета;
- контроль за организацией питания в школьной столовой;
- контроль за санитарно-гигиеническим состоянием кабинетов и мест общего пользования.

### **2. Администрация гимназии (директор и его заместители)**

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией питания учащихся
- организация контроля уроков физкультуры;
- организация работы спортивного зала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;

- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и её контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организация работы психологической и социальной службы в гимназии.

### **3. Классные руководители**

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в гимназии;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма, в том числе и на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация и проведения внеклассных мероприятий в рамках программы «Здоровье» (беседы, конкурсы, викторины, походы и т.д.);
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся.

## **VII. СОТРУДНИЧЕСТВО ГИМНАЗИИ С ДРУГИМИ УЧРЕЖДЕНИЯМИ**

<b>Учреждение</b>	<b>Задачи и направление</b>	<b>Формы взаимодействия</b>
Детская поликлиника	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Диспансеризации, организация прививок, медицинская помощь
Взрослая районная поликлиника	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Диспансеризации, организация прививок, медицинская помощь
Детская стоматологическая поликлиника	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Профосмотры и, при необходимости, лечение
ГИБДД	Предупреждение детского травматизма	Лекции, беседы, ролевые игры для учащихся
Муниципалитет Хорошево-Мневники	Развитие спортивно-массовой оздоровительной работы	Участие в спортивных мероприятиях и соревнованиях

## **ПЛАН ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

<b>№пп</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>
1	Обновление банка данных о заболеваемости учеников. Анализ заболеваний и их динамика	постоянно	мед. сестра, социальный педагог
2	Составление социологических карт по классам, составление списков: - учащихся группы «риска» - проблемных семей - многодетных семей - малообеспеченных семей - неполных семей - детей с хроническими заболеваниями	сентябрь	социальный педагог, классные руководители
3	Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием кабинетов, мест общего пользования	постоянно	зам. директора по АХЧ
4	Организация дежурства в гимназии	сентябрь	зам. директора по ВР
5	Диспансеризация учащихся и учителей	в течение года	директор, мед. сестра
6	Учёт посещаемости учащимися школы	постоянно	кл. руководители
7	Издание приказов по охране труда	сентябрь	директор школы
8	Составление графика работы технического персонала гимназии	сентябрь	зам. директора по АХЧ
9	Оформление листков здоровья в классных журналах	сентябрь	кл. руководители, мед. сестра
10	Организация спортивных кружков	сентябрь	зам. директора ВР, учителя физкультуры
11	Контроль за соблюдением воздушного и светового режима в гимназии	постоянно	директор, зам. директора по АХЧ
12	Обеспечение готовности помещений гимназии, системы отопления для работы в зимний период	к началу зимнего периода	директор, зам. директора по АХЧ
13	Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности в гимназии. Содержание в исправности	постоянно	зам. директора по безопасности



	всех средств пожаротушения.		
14	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	постоянно	учителя физкультуры
15	Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды	февраль - май	зам. директора по УВР 1ст.
16	Обеспечение требований по охране труда при проведении итоговой аттестации в выпускных классах	май, июнь	зам. директора по УВР
17	Организация ремонта учебных кабинетов	летний период	зам. директора по АХЧ, зав. кабинетами
18	Озеленение пришкольного участка	май	зам. директора по АХЧ
19	Подготовка актов по приёмке к новому учебному году	июнь	зам. директора по АХЧ
20	Приёмка школы к новому учебному году	июнь	директор школы
21	Контроль за: - внешним видом учащихся, - сменной обувью, - сохранностью учебников, - выполнению режима дня	по отдельному плану	зам. директора по УВР, ВР, социальный педагог, библиотекарь, дежурный администратор
22	Регулярное проведение учебных тревог	по графику	зам. директора по безопасности
23	Приобретение чистящих и моющих средств	постоянно	зам. директора по АХЧ
24	Пополнение медицинских аптечек в учебных кабинетах	июнь	зам. директора по АХЧ, мед.сестра
25	Обеспечение учащихся гимназии горячим питанием	постоянно	директор школы, социальный педагог
26	Контроль за физическим воспитанием учащихся	по отдельному плану	администрация школы, учителя физкультуры
27	Организация спортивно-оздоровительных мероприятий	по отдельному плану	зам.директора ВР, учителя физкульт.

**ПЛАН МЕТОДИЧЕСКОЙ И УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ  
ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ**

<b>№пп</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>
1	Организация работы с учащимися, мотивированными на успешное обучение, с целью профилактики учебных перегрузок	в течение года	зам. директора по УВР, социальный педагог
2	Проведение инструктажей по охране труда, пожарной безопасности	сентябрь, февраль	отв. по охране труда
3	Проведение инструктажей по охране труда и технике безопасности с учащимися	начало каждой четверти, по мере надобности	кл. руководители, учителя - предметники
4	Проведение классных часов и бесед по правилам безопасного поведения за пределами гимназии и правилам дорожного движения	по отдельному плану	кл. руководители
5	Включение вопросов по проблеме сбережения здоровья гимназистов в планы родительских собраний	раз в четверть	кл.руководители, зам.директора ВР, социальный педагог
6	Проведение консультаций для родителей по проблеме сбережения здоровья детей	постоянно	зам.директора ВР, врач врачебно-физкультурного диспансера
7	Организация классных часов по пропаганде здорового образа жизни	по отдельному плану	зам. директора ВР, кл.руководители
8	Оказание социальной поддержки детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	постоянно	кл.руководители, соц. педагог
9	Диагностика загруженности учащихся домашними заданиями	в течение года	зам.директора по УВР
10	Проведение Дней Здоровья	Раз в четверть	зам.директора ВР, учителя физкультуры
11	Организация летних оздоровительных лагерей	май	зам.директора ВР, соц. педагог

**Данная программа «Здоровье» рассчитана на 3 года и предполагает постоянную работу по её дополнению и совершенствованию.**

В 2012-2013 учебном году следует уделить особое внимание решению следующих задач:

- отработка системы выявления уровня здоровья учащихся и целенаправленного его мониторинга в течение всего времени обучения;
- скоординированность всех служб гимназии по созданию условий, способствующих сохранению здоровья учащихся и формированию здорового образа жизни;
- просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- мониторинг спортивно-оздоровительной работы в школе.