

МОБУ «Юбилейная средняя общеобразовательная школа»



Программа

формирования культуры здорового
и безопасного образа жизни

п. Юбилейный
2014 г.

**Программа
формирования культуры здорового
и безопасного образа жизни в
МОБУ «Юбилейная средняя общеобразовательная школа»**

Пояснительная записка.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека. Оно помогает выполнять планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки.

Результатом целенаправленной деятельности учителя является обеспечение успешности обучения наряду с сохранением и укреплением здоровья детей, поскольку только здоровые люди могут реализовать в практической деятельности тот интеллектуальный потенциал, который молодое поколение приобретает в процессе обучения и воспитания.

К сожалению, третья часть учеников страдает хроническими заболеваниями, связанными с нарушениями зрения, болезнями костно-мышечной системы, нервно-психическими отклонениями. Главной причиной пропусков учебных занятий также являются проблемы со здоровьем обучающихся. Чаще всего ученики пропускают занятия из-за респираторных и инфекционных заболеваний, что свидетельствует о низкой сопротивляемости организма к патогенным микроорганизмам и вирусам, а также неблагоприятным воздействиям окружающей среды. Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Одной из важнейших составляющих физического воспитания в школе является внеклассная спортивно-оздоровительная работа. Физические тренировки развивают скелетную мускулатуру, сердечную мышцу, сосуды, дыхательную систему и многие другие органы, что значительно облегчает работу аппарата кровообращения, благоприятно влияет на нервную систему.

Одной из важнейших задач программы является пропаганда здорового образа жизни, основанного на принципах нравственности, рационально организованного, активного, закаляющего и, в то же время, защищающего от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющего сохранить нравственное, психическое и физическое здоровье.

Важным звеном здорового образа жизни является искоренение вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики). Эти нарушения здоровья являются причиной многих заболеваний, пагубно отражаются на здоровье подрастающего поколения.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;

- СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
- Рекомендации по организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 408/13-13 от 20.04.2001);
- Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 202/11-13 от 25.09.2000);
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002);
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования ;
- Концепция УМК «Планета знаний», «Перспективная начальная школа».

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни на ступени начального общего образования сформирована с учётом ***факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:***

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагоприятных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков и всего населения страны в целом;
- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.

Цель программы: содействие сохранению и укреплению здоровья обучающихся, формированию отношения к здоровому образу жизни как одному из главных условий достижения жизненных целей.

Задачи:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;

- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

Ожидаемые результаты:

- формирование у детей отношения к своему здоровью как необходимому условию достижения успеха на последующих этапах жизни;
- повышение уровня физического здоровья детей;
- формирование у детей мотивации и потребности в здоровом образе жизни;
- выполнение правил личной гигиены и развитие готовности на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- овладение навыками позитивного коммуникативного общения.
- Улучшение физического и эмоционально-психологического состояния всех участников образовательного процесса;
- Повышение профессиональной компетенции педагогов и работников ОУ в сохранении и укреплении физического, нравственного, морального и социального здоровья обучающихся.

Срок реализации 2014- 2017год.

1. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения.

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

В школе работает *столовая*, позволяющая организовывать горячие завтраки и обеды в урочное время.

Площадь школьной столовой рассчитана на 80 мест.

Технологическое и холодильное оборудование столовой:

1. Шкаф жарочный ЭШ -4, предназначенный для тепловой обработки полуфабрикатов в функциональных емкостях жаренья, тушения, для выпечки хлебобулочных изделий;
2. Водонагреватель КН;
3. Вытяжка;
4. Мясорубка;
5. Холодильники «Стинол», «Свияга –з», Морозильная камера;
6. Картофелечистка МДК-300м;
7. Электросковорода;
8. Машина универсальная УКМ;
9. Варочный котел КПЗ
10. Плита электрическая ЭП-4

Санитарно - гигиеническое обеспечение безопасности питания осуществляется на основании постановления 34654 от 22.05.03г «О введении в действие правил и нормативов САНПИН 2.3.2.1324-03».

Работники столовой выполняют гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов в соответствии с правилом 2.3.2. «Продовольственные и пищевые продукты», а также приложение №1-5 к СанПиН 2.3.2.1324-03 «Условия хранения, сроки годности особо скоропортящихся продуктов при температуре (4+/-2 град. С°).

Продукты транспортируются в соответствии с правилами 3.4. №Требования к транспортировке пищевых продуктов» (СанПиН 2.3.2. 1324-03).

Производство продукции осуществляется в соответствии с установленным порядком и на технологическом оборудовании, отвечающим требованиям нормативной документации.

Организация общественного питания соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья (санитарно-эпидемиологические правила СП 2.3.6. 1079-01).

Требования к соблюдению правил личной гигиены сотрудниками пищеблока

К работе на пищеблок допущены лица, прошедшие мед. осмотр медицинским работником контролируются сроки прохождения медосмотров. Персонал пищеблока соблюдает правила личной гигиены.

Требования к санитарному состоянию и содержанию столовой

Уборку столовой производят после каждого посещения детьми. После каждого приема пищи столы моют горячей водой с мылом или содой. Освобожденная от остатков пищи посуда моется в воде 65-70 С° с добавлением моющих средств, дезинфицируется. Ополаскивается проточной водой.

В школе работает оснащенный **спортивный зал**, имеется спортивная площадка, оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.

В школе работает медицинский кабинет.

Медицинское обслуживание в школе

Общие сведения

Направления деятельности:

- организационная;
- лечебно-профилактическая;
- санитарно-эпидемическая;
- санитарно-просветительская.

Ежегодно в школе медперсоналом (медицинская сестра) проводятся следующие мероприятия:

Организационные мероприятия

- проверено санитарное состояние школы перед началом учебного года;
- подготовлен медицинский кабинет;
- анализ состояния здоровья детей;
- координация деятельности школы и лечебно-профилактических учреждений;
- ежедневное контролирование состояния фактического питания и анализ качества пищи;
- контролирование санитарно-гигиенического состояния пищеблока, выполнения натуральных норм, бракераж готовой продукции;
- распределение школьников на медицинские группы для занятий физической культурой;
- оформление медицинских карт учащихся 1-ых классов и вновь поступивших школьников.

Лечебно-профилактические мероприятия

Проводится медицинский осмотр узкими специалистами учащихся 1-ых, 5-ых, 9-ых классов, а также диспансерной группы обучающихся.

Профилактический осмотр проводится в декретированные сроки (1, 5, 9-ые классы), что позволяет выявить функциональные расстройства организма, предупредив их, назначив соответствующее лечение. Осмотр проводится специалистами: хирургом, окулистом, неврологом, лор-врачом, педиатром.

Всем детям проводится антропометрия, определяется индекс Кетле, что позволяет следить за изменениями в физическом развитии.

Проводится обследование физического развития учащихся 1-4-х классов.

Оформление листов здоровья во всех классных журналах

Осуществление ежеквартального осмотра учащихся на педикулёз и чесотку, проведение систематического контроля лечения. Обучающиеся, подлежащие диспансерному учёту, должны быть поставлены на медицинский контроль.

В течение учебного года ведётся систематическая работа по профилактике травматизма учащихся.

Для профилактики йододефицитного состояния школьников при приготовлении пищи используется йодированная соль.

Санитарно-эпидемические мероприятия

Проводятся все плановые прививки обучающимся (кроме учащихся с мед. отводом по состоянию здоровья), Профилактические прививки проводятся педагогическому коллективу: В период эпидемии гриппа проводится витаминизация учащихся начальных классов.

Проводится обследование обучающихся начальной школы на гельминты и проводится дегельминтизация выявленных больных.

Проводится осмотр всех детей на педикулез и обеспечение дальнейшего наблюдения за выявленными больными.

Еженедельно проводится контроль за санитарно-гигиеническими условиями обучения и воспитания учащихся (режим освещения и проветривания, заполнение листов здоровья.)

Осуществляется ежедневный контроль организации питания, технологией приготовления пищи, мытьем посуды, сроками реализации скоропортящихся продуктов, бракераж готовой пищи.

Своевременно изолируются инфекционные больные, производится осмотр детей, находившихся в контакте с инфекционным больным. Соблюдается санитарно-дезинфекционный режим в период карантина согласно приложению №7 СанПиНов 2.4.2.117-02. Проводится текущая дезинфекция помещений.

Санитарно-просветительская деятельность

Ежегодно медицинским персоналом проводятся лекции и беседы для школьников по следующим темам:

«Профилактика гриппа»;

«Клещевой энцефалит и как его избежать»; «Здоровый образ жизни»;

«Профилактика педикулеза» (1- 4 классы);

«Травматизм и оказание 1-ой помощи» (1-4 классы);

«Инфекции, гуляющие всюду и везде» (1-4 классы);

«Когда мода во вред здоровью» (о вреде курения, 4-ые классы);

Профилактика острых кишечных заболеваний» (3-4-ые классы);

«Профилактика туберкулеза» (1-ые, 4-ые классы);

Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает квалифицированный состав специалистов:

- Педагог-психолог
- Учителя физической культуры
- Медицинская сестра
- Социальный педагог

2. Использование возможностей УМК «Перспективная начальная школа» в образовательном процессе

В УМК «Перспективная начальная школа» заложен здоровьесберегающий потенциал, который предполагает формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни:

- приобретение познаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья (в ходе уроков физической культуры, бесед, просмотра учебных фильмов, в системе внеклассных мероприятий);

- участие в беседах о значении занятий физическими упражнениями, активного образа жизни, спорта, прогулок на природе для укрепления своего здоровья;

- практическое освоение методов и форм физической культуры, здоровьесбережения, простейших элементов спортивной подготовки (на уроках физической культуры, в спортивных секциях школы и внешкольных учреждений, при подготовке и проведении подвижных игр, туристических походов, спортивных соревнований);

- составление здоровьесберегающего режима дня и контроль его выполнения, поддержание чистоты и порядка в помещениях, соблюдение санитарно - гигиенических норм труда и отдыха;

- получение навыков следить за чистотой и опрятностью своей одежды, за чистотой своего тела, рационально пользоваться оздоровляющим влиянием природных факторов (солнца, чистого воздуха, чистой воды), экологически грамотного питания (здоровьесберегающими формами досуговой деятельности в процессе бесед, просмотра учебных фильмов, игровых и тренинговых программ в системе взаимодействия образовательных и медицинских учреждений);

- получение элементарных представлений о взаимосвязи, взаимозависимости здоровья физического, нравственного (душевного), психологического, психического и социально - психологического в ходе бесед с педагогами, психологами, медицинскими работниками, родителями;

- получение знаний о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека (в рамках бесед с педагогами, психологами, медицинскими работниками, родителями).

В УМК «Перспективная начальная школа» заложен здоровьесберегающий потенциал, который предполагает

- воспитание физической культуры: осознание ценности здорового образа жизни, понимание вреда алкоголя и наркотиков, повышение осведомленности в разных областях физической культуры, развитие навыков обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- социально-нравственное воспитание: развитие чувства сострадания и сопереживания ближнему; формирование умения различать и анализировать собственные эмоциональные переживания и переживания других людей;

воспитание уважения к чужому мнению; обучение правилам поведения в обществе и семье; ознакомление с этическими нормами, их культурно-исторической обусловленностью и формирование осознанного понимания их ценности и необходимости.

3. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся

Сохранение и укрепление здоровья учащихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работе педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Организация образовательного процесса строится с учетом ***гигиенических норм и требований*** к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях).

Здоровьесберегающие технологии в образовательном пространстве школы

Учебный план в 1- 4 классах определяет максимальный объем обязательной нагрузки обучающихся, не превышающей предельно допустимую, состоит из инвариантной и вариативной частей и соответствует требованиям СанПиНов.

В рамках производственного контроля ежемесячно проводятся смотры учебных кабинетов по соблюдению техники безопасности, охраны труда и санитарно-гигиенических требований (СанПиН 2.4.11.78-02). В рамках контроля проверяется выполнение следующих требований: наличие и система работы с журналом инструктажа по технике безопасности обучающихся воспитанников, с журналом трехступенчатого контроля; наличие в кабинетах пакета инструкций; соблюдение правил техники безопасности, электробезопасности, охраны труда; санитарного состояния кабинетов.

Подвижные игры с дидактической направленностью как средство педагогики оздоровления

Игровые технологии в среднем и старшем звене выполняют игротерапевтическую и коррекционную функцию. Учителями разрабатываются и проводятся интегрированные уроки со здоровьесберегающей направленностью.

Учителя придерживаются гигиенических принципов построения урока .

Физкультминутки в оптимальном объеме проводятся на всех уроках в начальной школе, инклюзивных классах. Физминутки проводятся с целью профилактики утомления, нарушения осанки, ухудшения зрения и т.д. индикатором рациональности проведенного урока является момент наступления утомления, определяемый учителем по снижению учебной активности, возрастанию двигательных и пассивных отвлечений у большинства школьников.

Наличие эмоциональных разрядок, положительный психологический климат – необходимая составляющая урока.

Для достижения здоровьесберегающего эффекта оптимальная плотность урока (т.е. доля времени, затраченного школьниками на собственно учебную работу) находится в диапазоне 60-80%. Педагог использует метод хронометрирования и педагогических наблюдений для оценки плотности урока.

Количество видов деятельности на уроках варьируется от 3-до 7. Необходимо выдерживать паузу между сменой деятельности (7-10 минут), применяя не менее трех методов в уроке, которые чередуются каждые 10-15 минут, использование эмоциональных разрядок (не менее 2-3 за урок), чередование рабочей позы, как необходимого компонента гигиенически рационального учебного процесса.

Таким образом, гигиенически оптимальная организация урока является реальным механизмом управления здоровьем школьников в процессе обучения, не требующим особых материальных затрат и зависящими от человеческого фактор.

В учебном процессе педагоги применяют **методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся.** Используемый в школе учебно-методический комплекс «Планета знаний» содержит материал для регулярного проведения учеником самооценки результатов собственных достижений на разных этапах обучения. Система заданий направленных на самооценку результатов собственных достижений, их сравнение с предыдущими результатами, на осознание происходящих приращений знаний, способствует формированию рефлексивной самооценки, личностной заинтересованности в приобретении, расширении знаний и способов действий. Содержание учебников имеет культурологический, этический и личностно ориентированный характер и обеспечивает возможность понимания школьниками основных правил поведения в обществе на основе традиционных духовных идеалов и нравственных норм. Достижению указанных личностных результатов способствует тесная связь изучаемого материала с повседневной жизнью ребенка, с реальными проблемами окружающего мира, материал о правах ребенка, о государственных и семейных праздниках и знаменательных датах. Особую актуальность имеет учебный материал, связанный с проблемой безопасного поведения ребенка в природном и социальном окружении.

В школе должны строго соблюдаться все **требования к использованию технических средств обучения**, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

Помещения компьютерных классов (КИВТ), размещение рабочих мест, хранение учебного оборудования.

Расстановка рабочих мест учащихся в КИВТ обеспечивает свободный доступ учащихся и подход педагога во время урока к каждому рабочему месту учащихся. Расстояние между стенкой с оконными проемами и столами составляет не менее 80 см. Расстояние в каждом ряду между рабочими столами должно быть 1,0 - 1,1 м.

КИВТ оборудуется:

- Классной доской
- Интерактивной доской
- сетевое оборудование, в т.ч. для выхода в интернет

Число рабочих мест для учащихся 12, в зависимости от наполняемости классов. КИВТ должен быть выполнен как психологически, гигиенически и комфортная среда, организованная так, чтобы в максимальной степени содействовать успешному преподаванию, умственному развитию и воспитанию учащихся, приобретению ими прочных знаний, умений и навыков по ОИВТ и основам наук, при полном обеспечении требования к охране здоровья и безопасности труда учителя и учащихся.

Разрешаемое время непрерывной работы учащихся за видео-дистанционной техникой зависит от их возраста, но не должно превышать:

- для обучающихся I кл - 10 мин;
- для обучающихся II - V кл. - 15 мин;

После установленной выше длительности работы должен проводиться комплекс упражнений для глаз, а после каждого урока на переменах - физические упражнения для профилактики общего утомления.

Занятия в кружках с использованием ИКТ и мультимедийных технологий должны проводиться не чаще двух раз в неделю общей продолжительностью: для учащихся II - V кл. (7-10 лет) - не более 60 мин.

4. Организация физкультурно-оздоровительной работы

Система физкультурно-оздоровительной работы в школе направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья. Сложившаяся система включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
- организацию часа активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками;
- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Традиционные спортивно – оздоровительные мероприятия:

- осенний легкоатлетический кросс,
- смотр «Строя и песни»,
- «Веселые старты»,
- турниры по футболу, пионерболу, волейболу, баскетболу,
- Спортивные соревнования «Меткий стрелок»,
- Дни здоровья

5. Реализация дополнительных образовательных программ

Система дополнительного образования строится по направлениям:

- учебно-развивающее
- художественно - эстетическое
- духовно - нравственное
- спортивно-оздоровительное
- спортивно – техническое

Ведущую роль в организации свободного времени ребенка играет школа, реализующая принцип единства учебной и внеучебной работы. Центральное звено этой работы - система дополнительного образования.

На базе школы работают 7 спортивных секций (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, лыжи, легкая атлетика, плавание).

Систематическая работа по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма организуется классными руководителями.

6. Просветительская работа с родителями (законными представителями).

Система работы с родителями (законными представителями) по вопросам охраны и укрепления здоровья детей направлена на повышение их уровня знаний и включает:

- проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов;
- привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;
- создание библиотечки детского здоровья, доступной для родителей и т.п.

Примерная тематика бесед с родителями

1 класс:

- Забота государства о здоровье подрастающего поколения.
- Содружество врача, педагога и семьи в гигиеническом обучении и воспитании учащихся начальных классов .
- Психологические особенности детей младшего школьного возраста.
- Особенности физического развития младших школьников.

2 класс:

- Гигиена мальчиков и гигиена девочек.
- Основные принципы режима для младшего школьника.
- Гигиенические требования к детской одежде и обуви.
- Гигиена питания.

3 класс:

- Физическое воспитание детей в семье.
- Закаливание.
- Активный отдых младших школьников.
- Режим просмотра телевизора.

4 класс:

- Профилактика бытового травматизма.
- Профилактика пищевых отравлений.
- Профилактика уличного травматизма.

В системе профилактической работы школы по формированию культуры здоровья обучающихся проводится блок мероприятий, направленный на выявление знаний обучающихся о сохранении и укреплении здоровья.

- Комплекс мероприятий, посвященных «Всемирному Дню Борьбы с курением» (3-11 классы);
- Конкурс плакатов, стенгазет «Мы за здоровый образ жизни» (1-11 классы), конкурс рисунков (компьютерная графика) среди 8-11 классов;
- «Курение – это вредная привычка или дань моде?» Беседы(6-7 классы)
- Просмотр фильмов о вреде курения и алкоголя (6 - 9 классы);
- Тематические классные часы «Профилактика вредных привычек»(1-11 классы);

Развиваемые у обучающихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы. На уроках в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья. Во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности.

ПРИЛОЖЕНИЕ

**ПЛАН
мероприятий по реализации направлений программы**

1. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры в учреждении

№ п\п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
1.	Обеспечение условий для сбережения здоровья учащихся	В течение года	Николаев Г.М.
2.	Организация рационального питания учащихся	В течение года	Курбатов В.А.
3.	Организация дотационного питания учащихся из социально незащищенных семей.	В течение года	Классные руководители
4.	Санитарно-гигиеническое обеспечение безопасности питания	Ежедневно	Семенова Н.В.
5.	Организация медицинского обслуживания школьников	В течение года	Семенова Н.В.
6.	Участие школьников в целевых воспитательных программах по воспитанию культуры ЗОЖ	В течение года	Телицина Т.В.
7.	Организация витаминизированного питания	В течение года	Курбатов В.А.
8.	Организация профилактики йододефицитного состояния школьников	Ежедневно	Семенова Н.В.

2. Организации медицинского обслуживания в школе

№ п\п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
Организационные мероприятия			
1.	Проверка санитарного состояния школы к началу учебного года	Август	Семенова Н.В.
2.	Подготовка медицинского кабинета	Август	Семенова Н.В.
3.	Приобретение необходимых медицинских препаратов.	Август, в течение года по мере необходимости	Семенова Н.В.
4.	Комплектование аптек	Август	Семенова Н.В.
5.	Анализ состояния здоровья детей	Январь, май	Семенова Н.В.
6.	Распределение школьников на медицинские группы для занятий физической культурой	Сентябрь	Семенова Н.В.
7.	Оформление медицинских карт учащихся	В течение года	Семенова Н.В.
8.	Заключение договоров совместной деятельности с лечебно-профилактическими учреждениями	Сентябрь, октябрь	Курбатов В.А.
9.	Контроль состоянием фактического питания и анализ качества пищи	Ежедневно	Семенова Н.В.
10.	Контроль санитарно-гигиенического состояния пищеблока, выполнения	Ежедневно	Семенова Н.В.

	натуральных норм, бракераж готовой продукции		
11.	Осуществление контроля за соблюдением норм и правил в части обеспечения охраны здоровья обучающихся, формирования здорового образа жизни.	Ежедневно	Семенова Н.В.
12.	Организация работы по направлениям здоровьесберегающей деятельности и формирования у обучающихся здорового и безопасного образа жизни	В течение года	Семенова Н.В.
Лечебно – профилактические мероприятия			
1.	Организация и проведение медицинского осмотра учащихся узкими специалистами	Сентябрь, апрель	Семенова Н.В., Классные руководители
2.	Проведение обследования физического развития учащихся 1-4 классов	В течение года	Семенова Н.В.
3.	Проведение осмотра учащихся на педикулез, чесотку	Раз в квартал	Семенова Н.В.
4.	Оформление листков здоровья в классных журналах	Сентябрь	Семенова Н.В.
5.	Организация профилактических мероприятий по травматизму учащихся	В течение года	Зам.дир по ВР Семенова Н.В.
6.	Организация мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний	В течение года	Семенова Н.В.
7.	Осуществление контроля за соблюдением медицинских предписаний на уроках физической культуры	В течение года	Семенова Н.В.
8.	Осуществление контроля за своевременным флюорографическим обследованием педагогических и технических работников школы	В течение года	Семенова Н.В.
9.	Проведение мониторинга состояния здоровья учащихся	В течение года	Семенова Н.В.
10.	Обновление банка данных о заболеваемости учеников. Анализ заболеваний и их динамика	Декабрь, май	Семенова Н.В.
Санитарно – просветительская деятельность			
1.	Организация и проведение лекций и бесед для школьников о сохранении и укреплении здоровья	В течение года	Зам дир. по ВР
2.	Организация и проведение бесед с техническим персоналом школы о санитарном состоянии школы, о личной гигиене, о профилактике инфекционных заболеваний	В течение года	Семенова Н.В.
3.	Оформление информационных стендов по профилактике социально-значимых заболеваний	В течение года	Зам дир.по ВР Семенова Н.В.

3. Использование возможностей «Перспективная начальная школа» в образовательном процессе

№ п/п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
1.	Реализация программы формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности (через все предметы учебного плана)	В течение года	Зам дир по УВР Учителя предметники
2.	Организация проектной деятельности в урочной и внеурочной работе	В течение года	Учителя предметники
3.	Организация группы продленного дня	В течение года	Воспитатель группы продлённого дня
4.	Проведение физкультминуток на уроках	Ежедневно	Учителя предметники
5.	Применение методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся	Ежедневно	Учителя предметники
6.	Соблюдение требований к использованию технических средств обучения	Ежедневно	Директор школы
7.	Организация и обеспечение санитарно – гигиенических требований в КИВТ	В течение года	Учитель информатики
8.	Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья	В течение года	Учителя физической культуры, врач
9.	Проведение динамичных перемен	Ежедневно	Зам дир по ВР Классные руководители
10.	Проведение на уроках специальной гимнастики на осанку, гимнастики для снятия утомления глаз учащихся	Ежедневно	Учителя предметники
11.	Организация работы с учащимися, мотивированными на успешное обучение, путем участия в олимпиадах, предметных неделях, различных конкурсах с целью профилактики учебных перегрузок	В течение года	Зам. директора по УВР, руководитель ШМО
12.	Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий	В течение года	Зам. директора по УВР, руководитель ШМО
13.	Проведение тематических классных часов по нравственному воспитанию: – «Учитесь властвовать собой» – «Человек и его манеры» – «Личная гигиена» – «Жить, побеждая зло»	октябрь ноябрь январь февраль	Классные руководители
14.	Проведение месячников: – пожарной безопасности – гражданской защиты	сентябрь октябрь ноябрь	Директор, зам. директора по ВР.

	– за здоровый образ жизни	май	
15.	Создание библиотеки методической литературы по проблеме здорового образа жизни	До декабря	Библиотекарь
16.	Разработка рекомендаций классным руководителям по ведению индивидуального учета физического и психического состояния учащихся	Декабрь-январь	Директор Психолог
17.	Разработка рекомендаций для учителей по вопросам педагогического общения	Ноябрь-декабрь	Зам. директора по УВР
18.	Организация круглых столов по обмену опытом в разработке эффективных форм и методов работы, направленных на оздоровление учащихся	Ноябрь Март	Зам. директора по ВР
19.	Обучение школьников эффективным поведенческим стратегиям: умению решать жизненные проблемы, эффективно общаться, владеть своими эмоциями и т. д.	В течение года	Классные руководители

4. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса

№ п/п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
1.	Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий	Ежедневно	Директор
2.	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Ежедневно	Директор
3.	Обеспечение соблюдения правил ПБ в школе	Ежедневно	Директор
4.	Содержание в исправности электрохозяйства и всех средств пожаротушения	Ежедневно	Директор
5.	Регулярное проведение объектовых тренировок	По графику	Директор, начальник штаба ГО школы
6.	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по ТБ в учебных кабинетах	По плану внутришкольного контроля	Администрация школы Профком
7.	Разработка плана мероприятий по охране труда и ТБ в школе	Сентябрь	Администрация школы
8.	Издание приказов: об охране жизни и здоровья школьников, о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь	Директор
9.	Составление социального паспорта по классам, составление списков: учащихся группы риска, неблагополучных семей, многодетных семей, малообеспеченных семей,	Сентябрь	Классные руководители

	неполных семей, детей-инвалидов		
10.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска»	В течение года	Социальный педагог Кл. руководители
11.	Тематические классные часы о вреде алкоголя, курения и употребления наркотиков	По плану кл. руководит.	Классные руководители
12.	Встречи обучающихся с работниками милиции, медицинскими работниками	Ноябрь-декабрь, апрель	Администрация
13.	Анкетирование учащихся по проблемам наркомании, алкоголизма, курения.	В течение года	Психолог, Классные руководители
14.	Организация дежурства по школе	Сентябрь	Зам. директора по ВР
15.	Проведение динамических пауз в 1-х классах	Ежедневно	Учителя начальных классов
16.	Составление графика работы спортивных секций и спортивного зала	Сентябрь	Зам. дир. по УВР
17.	Рейды: по сохранности библиотечных учебников.	Октябрь- апрель	Зам. директора по ВР, библиотекарь, совет школьников
18.	Проведение вводного инструктажа по правилам ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь Март	Директор, классные руководители
19.	Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов	В течение года	Зам. директора по УВР, Зам.дир по АХЧ
20.	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Николаев М.В.
21.	Обеспечение готовности школьных помещений, системы отопления для работы в зимний период	К началу зимнего периода	Директор
22.	Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды	Сентябрь-май	Учителя нач. классов
23.	Обеспечение требований к охране труда при проведении итоговой аттестации в 9 классе	Май-июнь	Зам. директора по УВР
24.	Организация ремонта учебных кабинетов	Летний период	Зам. дир по АХЧ Зав. кабинетами
25.	Обеспечение требований ТБ во время ремонта школы и трудовой практики	В летний период	Директор, начальник

	обучающихся		лагеря
26.	Подготовка актов по приемке школы	Июль-август	Директор
27.	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов	Август-сентябрь	Директор
28.	Приемка школы к новому учебному году	Август	Директор
29.	Проведение месячника по уборке школьной территории	Сентябрь Май	Зам.дир по АХЧ Кл. руководители
30.	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	Май-сентябрь	Классные руководители,
31.	Организация отдыха и оздоровления учащихся в летний период	Июнь-август	Зам. дир по ВР
32.	Проведение медосмотра педагогов школы	Август-сентябрь	Администрация

5. Организация физкультурно-оздоровительной работы

№ п\п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
Школьные мероприятия			
1.	Осенний легкоатлетический кросс	Сентябрь	Николаев М.В.
2.	Первенство школы по футболу, 2-9 классы	Октябрь май	Николаев М.В.
3.	Первенство школы по волейболу 8-11 классы	ноябрь	Николаев М.В.
4.	Первенство школы по Пионерболу, 2-8 классы	Ноябрь	Николаев М.В.
5.	Открытие лыжного сезона 1-11 классы	декабрь	Николаев М.В.
6.	Лыжные соревнования на приз «Пионерская правда»	январь	Николаев М.В.
7.	Финальные соревнования на приз «Надежда»	февраль	Николаев М.В.
8.	Лыжный марафон	Март	Николаев М.В.
10.	Легкоатлетический пробег. Открытие сезона.	Апрель	Николаев М.В.
11.	Соревнования на приз «Кожаный мяч»	май	Николаев М.В.
12.	Туристический слет	май	Николаев М.В.
13.	Легкоатлетическая эстафета по улицам поселка	май	Николаев М.В.
Организация работы спортивных секций на базе школы			
1.	Баскетбол	В течение года	Николаев М.В.
2.	Лыжи	В течение года	Кугергин С.А.
3.	Настольный теннис	В течение года	Николаев Г.М.

6. Работа с родителями

№ п\п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
-------	-------------	------------------	---------------

1.	Включение в повестку родительских собраний выступлений по темам оздоровления учащихся	Ноябрь, январь, апрель	Директор
2.	Приглашение на родительские собрания медицинских работников	По плану	Классные руководители, медработники
3.	Организация индивидуальных консультаций для родителей	В течение года	Классные руководители
4.	Выступление на родительских собраниях по результатам диагностики	По плану	Педагог-психолог
5.	Участие родителей в спортивно-оздоровительных мероприятиях	По плану	Классные руководители