

«Согласовано»

Председатель Управляющего совета

_____ Л.А.Писарева

«01» сентября 2011 г.

«Утверждено»

Директор _____

В.И.Стенгач

«01» сентября 2011 г.

«Здоровая школа или школа здоровья»

*Программа формирования культуры здорового
и безопасного образа жизни обучающихся
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя
общеобразовательная школа № 5 г. Дубны Московской области»*

**ПРИНЯТА
на заседании
педагогического
совета Протокол № 1
от 30.08.2011 г**

г. Дубна, 2011 г

1. Общие положения.

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.

Современное состояние общества, темпы его развития предъявляют высокие требования к человеку и его здоровью. Исходя из этого, современная школа должна не только давать учащимся определенный объем знаний, умений и навыков, но и формировать человека с высоким уровнем самосознания, мышления, т.е. обеспечить каждому школьнику возможности для выявления и развития способностей, талантов и изобретательности при должной охране и укреплении здоровья.

Опыт некоторых школ показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует укреплению здоровья школьников. Биологическая реакция организма школьника зависит как от его адаптационных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды.

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

Именно поэтому разработанная программа «Здоровая школа или школа здоровья» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование учащихся. В реализации программы задействованы все службы школы: администрация, педагоги, педагог-психолог, медицинские работники и технический персонал.

Школа функционирует в здании, построенном в 1958 году с соблюдением СанПиНа. Кабинеты в школе оснащены мебелью, соответствующей росту учащихся; соблюдается тепловой режим; установлено дополнительное люминесцентное освещение для классных досок. В школе имеется

- столовая на 100 посадочных мест, пищеблок оснащён современным технологическим оборудованием;
- кабинеты информатики, функционирующий с учётом санитарно-гигиенических условий работы;
- лицензированный медицинский кабинет, оснащенный современным оборудованием;
- спортивный зал, площадью 280 м²

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни 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

Сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов осуществляется посредством развития здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в образовательном учреждении. Школе успешно удаётся быть конкурентноспособной на рынке образовательных услуг при условии организации учебного процесса на принципах сохранения здоровья обучающихся. Через здоровьесберегающие проекты достигается одна из главных целей – обеспечение повышения качества обучения и воспитания. Все эти проекты объединены вектором деятельности, направленным на развитие самого ценного – здоровья детей. Здоровье является базовым компонентом гармоничного развития человека.

Здоровье ребенка, его психическое и физическое развитие, социально-психологическая адаптация в значительной степени определяются условиями его жизни и, прежде всего, условиями жизни в школе. Проблема создания адекватных детскому организму условий образования в настоящее время приобрела особую актуальность.

Проведенное психологом нашей школы исследование общего эмоционального состояния показало, что около 50% учащихся имеют повышенный уровень тревожности, наблюдается резкое снижение уровня умственной работоспособности у учащихся 1-11 классов к концу учебного дня и недели, что свидетельствует о развитии утомления, ведет к возникновению проблем в обучении и развитии, провоцирует рост числа хронических заболеваний.

Поддержание и укрепление физического здоровья учащихся напрямую связано с их двигательной активностью. Увеличение объема домашних заданий, заставляющее детей часами просиживать над тетрадями и книгами, увлечение

компьютерными играми, Интернетом и видеофильмами, недостаток возможностей для занятий физкультурой и спортом — главные причины малоподвижного (а значит, нездорового) образа жизни, распространения гиподинамии.

Актуальным для коллектива стало формирование здоровьесберегающей среды школы, которое призвано решить проблемы, касающиеся сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов.

К таким **проблемам** относятся следующие:

- проблема учебных перегрузок школьников, приводящих к состоянию переутомления;
- проблема организации физической активности учащихся, профилактики гиподинамии;
- проблема питания школьников;
- проблема предупреждения вредного воздействия на здоровье учащихся факторов, непосредственно связанных с образовательным процессом (профилактика школьных болезней);
- проблема вредных привычек;
- проблема формирования культуры здоровья учащихся и компетентности педагогов в вопросах здоровья и здоровьесберегающих технологий;
- проблема организации сотрудничества с родителями учащихся по вопросам сохранения и укрепления здоровья их детей.

Создание здоровьесберегающей среды обучения в школе формируется через создание материально-технической базы для активизации учебного процесса и внедрения результативных здоровьесберегающих педагогических технологий. Для создания здоровых и безопасных условий работы и учебно-воспитательного процесса в школе проходит апробация и оценка большинства инновационных разработок по следующим направлениям:

- здоровьесберегающая внутришкольная среда;
- оздоровительные технологии;
- интенсификация двигательного режима обучающихся: утренняя зарядка, физминутки, подвижные игры, часы здоровья, спортивные праздники, соревнования;
- проведение мониторинга состояния здоровья;
- оптимизация школьного питания: горячее питание, соки, витаминизация в 1-4 классах, программа «Школьное молоко».

Состояние здоровья обучающихся

Заболевания	2009-2010	2010-2011
Сколиоз	0,9%	0,8%
Заболевания органов пищеварения	7 %	6,1%
Нарушение зрения	1,1 %	1,5 %
Другое	12,5 %	4,8 %

Для профилактики заболеваний школьников в ОУ 2-3 раза в год проводится медосмотр с привлечением специалистов, витаминизация, проводятся спортивные соревнования не менее 10 в год, что привело к некоторому снижению их уровня.

Организационно-педагогические условия проведения образовательного процесса, как и технологии работы учителя на уроке, - сердцевина здоровьесберегающей педагогики. Большая часть этих условий, как и гигиенических, регламентированы в СанПиНах, но в отличие от первых здесь бесспорен приоритет педагогов.

Учебный план школы разработан с учетом соблюдения норм максимально допустимой нагрузки школьников, на основании которого составляется общешкольное расписание уроков и внеклассных мероприятий с учетом шкалы Сивкова М.Г. Особое внимание уделяется правильному распределению нагрузки для учащихся начальной школы. Предметы, требующие больших затрат времени на домашнюю подготовку, не группируются в один день. **В расписание уроков в 1 классе включены динамические паузы продолжительностью 40 минут, которые проводятся на воздухе или в спортивном зале.**

Без грамотного, целенаправленного решения проблемы формирования культуры здоровья учащихся школа не сможет выполнять свою задачу по охране их здоровья. Ребенок, подросток, не заботящийся о своем здоровье, не мотивированный на его сохранение и укрепление, на ведение здорового образа жизни, при всем старании учителей остаться здоровым в современных условиях жизни не сможет.

Необходимый уровень грамотности (знаний, умений, навыков), т.е. обучение здоровью обеспечивается как путем интеграции вопросов здоровья в содержание большинства школьных программ (ОБЖ, биологи, физической культуры и др.), так и путем введения элективных курсов, через классные часы, уроки здоровья, которые проводятся не только в традиционной форме, но и с использованием тренингов, дискуссий, видеопросмотров с последующим обсуждением, практических занятий.

В программе каждой учебной дисциплины отводится время на рассмотрение вопросов, связанных с пропагандой здорового образа жизни, мероприятий по сохранению и укреплению здоровья, экологическим проблемам.

Одной из основных проблем школы является организация питания.

Мы много говорим о правильном питании на классных часах. Проводим уроки здоровья. Ведь правильное питание – один из «краеугольных камней», на котором базируется здоровье человека. На таких уроках ребенок не только учится сам, но и учит других – своих друзей, родителей. Взрослые члены семьи отмечают, что о многих секретах правильного питания они узнали от своих детей.

100% учащихся школы охвачены питанием. Школа проводит С – витаминизацию блюд. За организацией питания, соблюдением санитарно-гигиенических норм и правил следит комиссия в составе ответственного за организацию питания, медицинского работника и директора. Ими составляется меню, проводится осмотр работников пищеблока, бракераж пищи,

контролируется соблюдение правил хранения продуктов и санитарно-гигиеническое состояние помещений.

Соблюдению санитарно-гигиенических норм в школе уделяется должное внимание. Составлен план-график контроля на весь учебный год за соблюдением данных норм и правил техники безопасности в школе.

Сегодня остро стоят проблемы снятия утомления школьников в процессе урока и повышения их двигательной активности.

Особое место в образовательном процессе занимает внеклассная физкультурно-оздоровительная работа. Анализ работы по физическому воспитанию обучающихся показывает, что в 2010-2011 учебном году оздоровлено всеми формами физкультурно-спортивных мероприятий (основная форма – урок, соревнования, физкультурные праздники, спортивные секции, группы здоровья, ОФП) было охвачено –100% обучающихся.

Уровень физической подготовленности обучающихся

	высокий	средний	низкий
1-4 классы	4,5 %	32,4%	4,9 %
5-9 классы	7,8 %	29,4%	9,8 %
10-11 классы	3,8 %	7,8 %	1,8 %
В среднем по ОУ	16,1%	69,6 %	14,3 %

К окончанию учебного года наблюдается увеличение количества обучающихся с высоким уровнем развития и снижение количества обучающихся с низким уровнем развития.

Анализ показателей физической подготовленности учащихся 1-11 кл. (2010-2011 учебный год)



Распределение обучающихся по группам здоровья

Ступени обучения	I	II	III	IV
1-4 классы	72,8%	17,4%	9,2%	0,6%
5-9 классы	53,2%	32,1%	14,7%	0
10-11 классы	77,9%	8,4%	13,5%	0
В среднем по ОУ	67,9%	19,3%	12,6%	0,2%

Из таблицы видно, что больше всего детей с ослабленным здоровьем в среднем звене. Следовательно, необходимо обратить особое внимание на данную категорию обучающихся. Классные руководители совместно с медицинским работником планируют работу по укреплению здоровья и профилактике заболеваний.

За счет малых форм физического воспитания удовлетворяется потребность в движениях и реализуется около 40% суточной нормы двигательной активности.

Проводимая в школе работа по сохранению, укреплению и формированию здоровья способствует гармоничному развитию личности, воспитанию у школьников высоких нравственных качеств.

Формирование здоровьесберегающей среды школы создает условия, которые обеспечивают высокую работоспособность учащихся во время учебных занятий, позволяют отодвигать утомление и избегать переутомления, снижают уровень общей тревожности учащихся. У учащихся возросла потребность в здоровом образе жизни, занятиях физической культурой и спортом. В школе нет случаев грубого нарушения Устава школы и правил поведения для учащихся.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся являются:

1. Закон Российской Федерации «Об образовании»;
2. Закон Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребенка»;
3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
4. СанПиН 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
5. Устав общеобразовательного учреждения;
6. Локальные нормативные акты общеобразовательного учреждения.

2. Цель и задачи Программы

Целью данной программы является поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье, научить 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 навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

3. Этапы реализации Программы, направления деятельности

Первый этап — анализ состояния и планирование работы образовательного учреждения по данному направлению, в том числе по:

- организации режима дня детей, их нагрузкам, питанию, физкультурно-оздоровительной работе, сформированности элементарных навыков гигиены, рационального питания и профилактике вредных привычек;
- организации просветительской работы образовательного учреждения с учащимися и родителями (законными представителями);
- выделению приоритетов в работе образовательного учреждения с учётом результатов проведённого анализа, а также возрастных особенностей обучающихся на ступени начального общего образования.

Второй этап — организация работы образовательного учреждения по данному направлению.

1. **Просветительно-воспитательная работа с обучающимися**, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, включает:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, которые должны носить модульный характер, реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс;
- лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактике вредных привычек;
- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни.

2. **Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями** (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников образовательного учреждения и повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает:

- проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.;
- приобретение для педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
- привлечение педагогов, медицинских работников, психологов и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

Системная работа на ступени начального общего образования по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни может быть представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков:

1. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры.
2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.
3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы,

4. Реализация образовательной программы

5. Организация просветительской работы с родителями (законными представителями).

Данная работа должна способствовать формированию у всех субъектов образовательного процесса ценности здоровья, его сохранению и укреплению.

Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения включает:

- соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;

- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;

- организацию качественного горячего питания учащихся;

- оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;

- наличие помещений для медицинского персонала;

- наличие необходимого (в расчёте на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (учителя физической культуры, психологи, медицинские работники).

Ответственность и контроль за реализацию этого блока возлагается на администрацию 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.

Расписание работы столовой :

с 09:10 - 14.00.

Организовано горячие питание для обучающихся 1-11 классов.

Организовано бесплатное горячее питание для категории обучающихся:

- дети-сироты;

- дети, родители которых имеют инвалидность;

- дети из неполных семей, у которых один из родителей имеет инвалидность;

- дети, которые находятся в трудной жизненной ситуации;

- дети из малоимущих, многодетных семей.

В школе работает спортивный зал, оборудованный необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.

В школе работает медицинский и процедурный кабинеты.

Для обучающихся 1-11 классов организовано социально-психолого-педагогическое сопровождение. В работе службы принимают участие педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители, заместитель директора по воспитательной работе. Организация сопровождения осуществляется через:

- мониторинг здоровья субъектов образовательного процесса;
- мониторинг морально-психологического климата в коллективах;
- мониторинг употребления ПАВ среди обучающихся в рамках областной программы «Добровольное тестирование обучающихся 9-10 классов на употребление ПАВ»
- мониторинг родительской грамотности по здоровью;
- коррекционную работу (занятия, тренинги, консультации);
- работу школьного логопункта;
- противоэпидемиологическую и профилактическую работу медицинских работников;
- обучение гигиеническим навыкам;
- диспансерное наблюдение по разным группам школьников, профилактические прививки работникам и школьникам
- ежегодные профосмотры работников и диспансеризацию (1 раз в 4 года).
- оказание социальной поддержки детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, через работу структурных подразделений ППМС-службы, Совета профилактики.

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

- Директор школы;
- Заместитель директора по воспитательной работе;
- Заместитель директора по УВР;
- Заместитель директора по безопасности;
- Классные руководители и педагоги школы;
- Педагог-психолог;
- Социальный педагог;
- Преподаватель ОБЖ;
- Медсестра школы;
- Учителя физкультуры;
- Воспитатель группы продленного дня;

2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.

Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности

обучающихся, направленная на повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, включает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения;

- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);

- введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;

- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;

- индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования;

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).

В учебном процессе педагоги применяют методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся. (Используемые в школе учебно-методические комплексы должны будут содержать материал для регулярного проведения учеником самооценки результатов собственных достижений на разных этапах обучения: в результате работы на конкретном уроке, в результате изучения темы или раздела, в результате обучения в том или ином классе начальной школы). 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. Достижению 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.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализована с помощью предметов УМК для начальной школы.

Система учебников формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни (с этой целью предусмотрены соответствующие разделы и темы). Их содержание направлено на обсуждение с детьми проблем, связанных с безопасностью жизни, укреплением собственного физического, нравственного и духовного здоровья, активным отдыхом.

В курсе «Окружающий мир» — это разделы: «Здоровье и безопасность», «Мы и наше здоровье», «Наша безопасность», «Как устроен мир», «Путешествия» (и учебный проект «Путешествуем без опасности»), «Чему учит экономика» и др. и темы: «Что вокруг нас может быть опасным?», «Зачем мы спим ночью?», «Почему нужно есть много овощей и фруктов?», «Почему нужно чистить зубы и мыть руки?», «Почему в автомобиле и поезде нужно соблюдать правила безопасности?», «Почему на корабле и в самолете нужно соблюдать правила безопасности?».

При выполнении упражнений на уроках русского языка учащиеся обсуждают вопросы внешнего облика ученика, соблюдения правил перехода улицы, активного отдыха летом и зимой.

Формированию бережного отношения к материальным и духовным ценностям России и мира способствуют разделы, темы учебников, художественные тексты, упражнения, задачи, иллюстративный и фотоматериал с вопросами для последующего обсуждения.

В курсе «Технология» при первом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним. В учебнике 1 класса в разделе «Человек и информация» показаны важные для безопасного передвижения по улицам и дорогам знаки дорожного движения, а также таблица с важнейшими номерами телефонов, которые могут потребоваться ребенку в критической ситуации.

В курсе «Английский язык» в учебниках “English 2—4” содержится достаточное количество информации, направленной на воспитание ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе (*Have you ever been on a picnic?*), подвижным играм (*We like playing games*), участию в спортивных соревнованиях. Учащиеся приобретают первоначальные представления о роли физической культуры, знакомятся с понятием «Олимпийские игры», с символами и талисманами летних и зимних Олимпийских игр.

В курсе «Основы религиозных культур и светской этики» тема труда, образования, природы проходит через содержание всех учебников, но наиболее

убедительно раскрывается на специальных уроках: «Ценность и польза образования», «Христианин в труде», «Отношение христиан к природе» («Основы православной культуры») и др.

В курсе «Физическая культура» весь материал способствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни. На это ориентированы все разделы книги, но особенно, те, в которых сообщаются сведения по освоению и соблюдению режима дня, личной гигиены, закаливания, приема пищи и питательных веществ, воды и питьевого режима, необходимости оказания первой помощи при травмах.

Развитию мотивации к творческому труду, работе на результат служат материалы для создания обучающимися мини - проектов по математике, русскому языку, литературному чтению, окружающему миру, а также материал для организации проектной деятельности в учебниках технологии, иностранных языков, информатики (организация данной деятельности необходимо построить таким образом, что бы она охватывала как учебную, так и внеурочную деятельность обучающихся).

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

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности индивидуальные особенности развития учащихся: темпа развития и темп деятельности. Должны быть учтены психологические и возрастные особенности младших школьников, различные учебные возможности детей. В этой связи и для достижения указанных личностных результатов в учебниках всех предметных линий представлены разнообразные упражнения, задачи и задания, обучающие игры, ребусы, загадки, которые сопровождаются красочными иллюстрациями, способствующими повышению мотивации обучающихся, учитывающими переход детей младшего школьного возраста от игровой деятельности (ведущего вида деятельности в дошкольном возрасте) к учебной.

3. Организация физкультурно-оздоровительной работы

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная 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, 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 2-м и 3-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 здоровья и спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителей физической культуры, медицинских работников, психологов, а также всех педагогов.

4. Реализация дополнительных образовательных программ

Реализация дополнительных образовательных программ предусматривает:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;

Программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, предусматривают разные формы организации занятий:

- интеграцию в базовые образовательные дисциплины;
- проведение часов здоровья;
- факультативные занятия;
- занятия в кружках;
- проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п.;
- организацию дней здоровья;
- секции (волейбол, самбо, игровые виды спорта), Дни здоровья, туристический слет, зимняя и летняя спартакиада, разноуровневые соревнования, проведение месячника по военно-патриотическому воспитанию, тематические классные часы и родительские собрания по пропаганде ЗОЖ, встречи со специалистами;
- организация летнего оздоровительного лагеря «Ромашка».

5. Просветительская работа с родителями (законными представителями).

Сложившаяся (*или складывающаяся*) система работы с родителями (законными представителями) по вопросам охраны и укрепления здоровья детей направлена на повышение их уровня знаний и включает:

- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т.д.;
- приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно—методической литературы;
- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т.п.

1. Мероприятия Программы

№ п/п	Мероприятие	Сроки реализации	Ответственный	Результаты здоровьесберегающей деятельности
1. Создание современных условий, обеспечивающих сохранение здоровья обучающихся				
1.1	Строительство спортивной зоны на пришкольной территории	Сентябрь 2012	Завхоз	Расширение возможностей для занятий физкультурой и спортом
1.2	Создание «активных» зон в рекреациях начальной школы (спортивный уголок)	Февраль – октябрь 2012	администрация	Организация «активных» перемен, развитие двигательной активности
1.3	Создание зон по ПДД (внутри здания и во дворе школы)	Сентябрь 2011-сентябрь 2012	Преподаватель ОБЖ	Профилактика ДТП
1.4	Разбивка клумб и Сада выпускников	Весенне-летний период	Завхоз	Улучшение экологической обстановки на территории школы
1.5	Приобретение тренажеров для занятий физкультурой	Сентябрь 2012	администрация	Укрепление здоровья всех участников ОП
1.6	Приобретение машины для мытья полов в спортивном зале	Январь 2013	администрация	Создание благоприятных условий для работы обслуживающего персонала и освобождение времени для дополнительных занятий в спортивном зале
1.7	Введение ставки логопеда	2013	администрация	Проведение занятий с детьми, нуждающимися в коррекции речи
2. Формирование установок на ведение здорового образа жизни				
2.1	Организация работы Кабинета здоровья	Сентябрь 2011	Учитель химии Пасюк Л.В.	Формирование установки на здоровый образ жизни
2.2	Проведение мониторингов отношения обучающихся к вредным привычкам и здоровому образу жизни	Постоянно (октябрь, май)	Социально-психологическая служба	Планирование дальнейшей работы.

2.3	Оформление стенда «Молодежь – за здоровый образ жизни!»	Октябрь, ноябрь, декабрь, февраль	Зам по ВР, Социально-психологическая служба	Проведение наглядной агитации.
2.4	Участие в региональных конкурсах и акциях	постоянно	Зам.директора по ВР	Формирование установок на ведение здорового образа жизни
2.5	Проведение Дней здоровья и спорта	4 раза в год	Зам по ВР, учителя физкультуры	Привлечение обучающихся и родителей к занятиям спортом
3. Организация сбалансированного и качественного питания в общеобразовательных учреждениях и формирование культуры питания у детей и подростков				
3.1	Выявление категорий детей, нуждающихся в бесплатном питании	Ежегодно сентябрь	Социальный педагог	Организация питания всех категорий обучающихся
3.2	Витаминация блюд	постоянно	Медицинский работник	Организация здорового питания
3.3	Организация работы буфета	постоянно	администрация	Создание условий для питания всех участников ОП
3.4	Участие в региональных конкурсах и акциях, связанных с пропагандой здорового питания	постоянно	Зам.директора по ВР	Формирование культуры питания у детей и подростков
3.5	Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания	Постоянно по отдельному плану	Медицинский работник	Формирование культуры питания у детей и подростков
3.6	Разработка системы оценок качества школьного питания, в том числе учитывая показатели снижения заболеваемости	Сентябрь 2012	Администрация, привлеченные специалисты	Рацион питания с учетом всех гигиенических требований и рекомендаций
4. Развитие физической культуры обучающихся				
4.1	Проведение спортивных мероприятий школьного уровня	Постоянно по отдельному плану	Учителя физической культуры	Укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию

4.2	Участие в соревнованиях муниципального и регионального уровней	постоянно	Учителя физической культуры	Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в отдыхе, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья
4.3	Организация спецмедгрупп	Ежегодно сентябрь	Медицинский работник	Формирование у обучающихся навыков физической культуры с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья
4.4	Мониторинг состояния физического развития и подготовки обучающихся	Ежегодно октябрь, май	Учителя физической культуры	Стимулирование физического совершенствования обучающихся, направленное на физическое развитие личности
5. Профилактика социально значимых заболеваний и употребления психоактивных веществ несовершеннолетними в образовательных учреждениях				
5.1	Реализация профилактических программ	Ежегодно	Социально-психологическая служба	Профилактика вредных привычек
5.2	Проведение медицинских осмотров и диспансеризации	По плану	Медицинский работник	Профилактика заболеваний
5.3	Участие в конкурсах и акциях соответствующей тематики	постоянно	Заместитель директора по ВР	Формирование твердой социальной позиции в отношении данной проблемы
5.5	Мониторинг употребления психоактивных веществ несовершеннолетними	Сентябрь - май	психолог	Раннее выявление проблемных детей, планирование работы
5.7	Проведение дня правовых знаний, посвященного профилактике наркомании, токсикомании, курения и алкоголизма	Ежегодно ноябрь	Социальный педагог	Формирование культуры правовых знаний

6. Участие педагогических работников, обучающихся в инновационных проектах и программах				
6.1	Участие педагогических работников, обучающихся в конкурсах различного уровня по проблеме здоровьесбережения	постоянно	Заместитель директора по ВР	Формирование культуры здорового образа жизни
7. Рационализация учебной и внеучебной деятельности обучающихся				
7.1	Проведение тематических педсоветов по вопросам нормирования домашней работы обучающихся.	1 раз в год	Заместитель директора по УВР	Сохранение здоровья обучающихся
7.2	Проведение психологических тренингов для учителей по вопросам индивидуального подхода к обучающимся.	По графику	психолог	Сохранение здоровья обучающихся
7.3	Разработка разноуровневых заданий для самостоятельной работы учащихся.	постоянно	Руководители МО	Сохранение здоровья обучающихся
7.4	Создание ситуаций выбора учащимися заданий, форм их представления и т.п.	постоянно	Руководители МО	Сохранение здоровья обучающихся
7.5	Использование всеми педагогами элементов здоровьесберегающих технологий	постоянно	Руководители МО	Сохранение здоровья обучающихся
8. Реализация дополнительных образовательных программ в сфере сохранения и укрепления здоровья обучающихся				
8.1	Работа спортивных секций: волейбол, гимнастика, легкая атлетика	постоянно	Учителя физкультуры	Популяризация активных видов спорта
8.2	Сотрудничество с учреждениями ДО города с целью привлечения их ресурсов для проведения спортивных занятий во внеурочное время (волейбол, спортивные танцы, футбол, тяжелая атлетика и др.)	По плану	администрация	Расширение спектра дополнительных образовательных услуг физкультурно-спортивной направленности
9. Организация просветительской работы с родителями (законными представителями) обучающихся				
9.1	Лекции, семинары, консультации для	Постоянно по	Заместитель	Просвещение родителей в сфере

	родителей по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья	плану	директора по ВР	здоровьесбережения детей
9.2	Приобретение для родителей необходимой научно-методической литературы.	2011-2012	Библиотекарь	Просвещение родителей в сфере здоровьесбережения детей
9.3	Совместные праздники для детей и родителей по профилактике вредных привычек («Папа, мама, я – спортивная семья», «Самая спортивная семья», «Вперёд, отцы! Вперёд, мальчишки!», «Вредная привычка: быть или не быть?», «А мой папа не курит!» и т.п.).	По плану ВР	Заместитель директора по ВР	Помощь родителям в создании благоприятной здоровьесберегающей среды в семье

Оценка эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

Развиваемые у учащихся 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.

Ожидаемые результаты:

1. Существенное расширение предложения здоровьесформирующего времяпровождения и сокращение условий для формирования вредных привычек.
2. Формирование навыков отказа от здоровьеразрушающих факторов, сознательный выбор здорового поведения.
3. Консолидация усилий родителей, воспитателей и педагогов в профилактической работе.
4. Сохранность здоровья всех участников образовательного процесса.
5. Повышение качества образовательных и медицинских услуг с точки зрения их здоровьесберегающей направленности.
6. Успешная социализация подрастающего поколения.
7. Формирование ответственного, ценностного отношения воспитанников и обучающихся к своему здоровью.
8. Овладение детьми методами контроля за состоянием своего здоровья.
9. Улучшение взаимоотношений семьи и образовательных учреждений, повышение ответственности родителей за здоровье ребенка.
10. Устойчивая мотивация подрастающего поколения к здоровому образу жизни, готовность детей к реализации личностного потенциала;
11. Улучшение состояния здоровья детей, сокращение количества простудных и вирусных заболеваний, заболеваний желудочно-кишечного тракта.

12. Укрепление и оздоровление социально-психологического климата в образовательных учреждениях.
13. Оптимизация учебного и воспитательного процессов.

Список использованной литературы

1. Дереклеева Н.И. Справочник классного руководителя. М., 2005.
2. Зайцев Г.К. Твои первые уроки здоровья. СПб., 1995.
3. Латохина Л.И. Творим здоровье души и тела. СПб., 1997.
4. Обухова Л.А. Школа докторов природы или 135 уроков здоровья. М., 2004.
5. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа/сост.Е.С.Савинов. М., 2010.
6. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения – М.: «Просвещение», 2010.