



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

МБОУ «Амвросиевская школа № 5»

Амвросиевского района

_____ Н.В. Парафейник

_____ » августа 2022г.

**Программа «Школа здоровья»
по санитарно – гигиеническому
обучению и воспитанию обучающихся
МБОУ «Амвросиевская школа № 5»
Амвросиевского района
на 2022 – 2023 учебный год**

Концепция программы «Школа здоровья»

Здоровье - необходимое условие для гармоничного развития личности. И если недостаток образования можно восполнить, то подорванное здоровье восстановить значительно труднее, а нарушенное в детском возрасте - зачастую уже и невозможно.

Здоровье учащихся имеет значение для достижения оптимально здорового общества: дети — родители поколения будущего.

О том, что школа основательно подрывает здоровье детей, знали уже в прошлые века и свою обеспокоенность высказывали медики и педагоги. Еще в 1805 году педагог-просветитель Пестолоцци оповестил мир о том, что при традиционных книжных формах обучения происходит "удушение" развития детей, "убийство" их здоровья. И это открытие было сделано в эпоху, когда об экологических проблемах не было и речи.

Следуя за техническим прогрессом, современная школа продолжает наращивать объем и интенсивность информации, уходя от проблемы самочувствия, психической и физической переносимости детьми этих непомерных нагрузок, мало занимаясь воспитанием у ребят потребности в сохранении здоровья, не формируя глубокого научного понимания сущности здорового образа жизни.

Наиболее распространенными заболеваниями среди учащихся нашей школы являются: заболевания опорно-двигательного аппарата, нарушение зрения и пищеварительной системы.

Напряженные и интенсивные условия современной жизни, существенное изменение содержания и форм школьного обучения с особой остротой ставят вопрос о влиянии факторов обучения на здоровье ребенка, о соотношении факторов обучения и здоровья в общем развитии.

Школа в определенный период жизни человека является необходимой средой, в которой ребенок должен развиваться полноценно и гармонично, ведь ребенок находится в школе более половины дня. Но, если допускаются нарушения в приспособлении к этой среде, если среда не учитывает особенности организма ребенка, то неминуемы серьезные отклонения в состоянии физического и психического здоровья, нарушения в развитии и срыв социально-психологических адаптаций.

Состояние здоровья детей является главной задачей, определяющей настоящее и будущее. И просто необходимо сделать все, чтобы сохранение здоровья детей превратилось в одно из приоритетных направлений деятельности школы.

Цель программа: создание здоровьесберегающей среды в общеобразовательном учреждении, направленной на формирование, сохранение и укрепление культуры здоровья, повышение качества образования.

Задачи программы:

- ✓ Четкое отслеживание санитарно – гигиенического состояния школы;
- ✓ Формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течении периода обучения;
- ✓ Гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- ✓ Освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;

- ✓ Планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся;
- ✓ Развитие психолого – медико – педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физического состояния учащихся;
- ✓ Привлечение системы внеклассной и внешкольной работ к формированию здорового образа жизни учащихся;
- ✓ Обеспечение охраны здоровья педагогов и техперсонала;
- ✓ Ведение диагностики динамики состояния здоровья детей;
- ✓ Проведение работы с родителями, направленной на формирование здорового образа жизни, профилактики вредных привычек, создания в семьях условий, способствующих укреплению и охране здоровья;
- ✓ Осуществление мониторинга состояния здоровья учащихся на всем периоде обучения.

Основные направления деятельности и предполагаемые формы работы:

Медицинское направление предполагает:

- ✓ Создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- ✓ Составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- ✓ Проведение физкультминуток;
- ✓ Гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- ✓ Четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы;
- ✓ Планомерная организация горячего питания учащихся.

Просветительское направление предполагает:

- ✓ Организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании, организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- ✓ Пропаганду здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции, совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма, пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры);
- ✓ Организация деятельности с учащимися по ПДД.

Психолого-педагогическое направление предполагает:

- ✓ использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- ✓ предупреждение проблем развития ребенка;
- ✓ обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- ✓ развитие познавательной и учебной мотивации;
- ✓ формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- ✓ совершенствование деятельности психолого - медико - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию

здоровьесберегающих технологий обучения; организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- ✓ организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- ✓ привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся; широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Диагностическое направление предполагает:

- ✓ проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются: общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- ✓ текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
- ✓ режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.

Исполнители мероприятий: администрация, педагогический коллектив школы, родительский актив, заинтересованные организации и службы.

Ожидаемые результаты реализации программы:

- повышение успешности учащихся в образовательной деятельности;
- формирование у учащихся готовности к сохранению и укреплению здоровья;
- снижение заболеваемости и функциональной напряженности учащихся;
- снижение количества ДТП с участием учащихся школы;
- повышение готовности педагогов к здоровьесозидающей деятельности;
- усовершенствованную организацию здорового и рационального питания в ОО.
- наличие востребованного электронного банка ресурсов района и методических разработок в области обеспечения безопасности и здоровьесозидающей деятельности ОО;
- повышение уровней валеологической грамотности и обеспечения безопасной жизнедеятельности обучающихся и их родителей; осознанная потребность в здоровом образе жизни;
- сбережение здоровья и формирование культуры здорового образа жизни у всех участников образовательного процесса.

Функции различных категорий работников школы

1. Функции медицинской службы школы:

- определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы;
- мониторинг состояния здоровья обучающихся;
- проведение просветительской, разъяснительной, воспитательной работы по санитарно – гигиеническому воспитанию.

2. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;

- организация контроля уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организация работы службы школьной медиации в школе и школьного уполномоченного по правам участников образовательного процесса, а также отряда ЮИД.

3. Функции классного руководителя:

- ✓ санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- ✓ организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- ✓ организация и проведение в классном коллективе мероприятий, классных часов по профилактике детского травматизма на дорогах, пожарной безопасности;
- ✓ организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения, употребления курительных смесей
- организация и проведение профилактических работы с родителями;
- ✓ организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, ПДН, медработниками;
- ✓ организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- ✓ организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- ✓ организация и проведение диагностик уровня и качества знаний правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Педагогического совета школы и МО классных руководителей;
- создание методической копилки по здоровьесберегающему направлению воспитательной работы;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся по формированию здорового образа жизни.

Реализация основных направлений программы:

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
3. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой в классе работы.
4. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня.

5. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений, коридоров и рекреаций комнатными растениями.
6. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
7. Обеспечение каждого учащегося горячим питанием в буфете.
8. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
9. Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне её.
10. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
11. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
12. Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

Календарный план реализации программы «Школа здоровья»

№ п/п	Мероприятия	Сроки реализации	Ответственный	Примечание
I. Организационные мероприятия				
1.	Разработка локальной нормативно-правовой базы для организации работы по сохранению и укреплению здоровья учащихся	Сентябрь – май 2022 – 2023 уч.г.	Директор школы Парафейник Н.В.	
2.	Создание информационного и материально-технического обеспечения здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения	В течении года	Зам. директора по УВР Медсестра	
3.	Проведение воспитательных и спортивных мероприятий, обеспечивающих формирование здорового образа жизни.	В течении года	Зам. директора по УВР Кл. руководители	
4.	Применение на уроках здоровьесозидающих технологий	В течении года	Учителя - предметники	
5.	Систематическая диагностика состояния здоровья учащихся	Сентябрь, в течении года	Классные руководители, медсестра	
6.	Контроль за выполнением норм СанПиН и охраны труда	1 раз в четверть	Зам. директора по УВР	
7.	Организация внеклассной работы по физической культуре после уроков	В течении года	Учителя физической культуры	
8.	Содействие в проведении медико-профилактических мероприятий	В течении года	Медсестра	
9.	Создание системы информированности родителей о результатах анализа состояния здоровья и профилактической работы в школе по оздоровлению детей	В течении года	Зам.директора по УВР	

10.	Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (физкультурные паузы, подвижные перемены, часы здоровья)	В течении года	Классные руководители	
11.	Профилактика травматизма	В течении года	Классные руководители	
12.	Обеспечение внутренней и антитеррористической безопасности и охрана труда	В течении года	Классные руководители	
13.	Обеспечение качественным горячим питанием учащихся 1 – 11-х классов	В течении года	Зам. директора по УВР Медсестра	
II. Программа «Школа здоровья»				
14.	Урок знаний «Здоровые дети – в здоровой семье»	сентябрь	Классные руководители	
15.	Родительский лекторий «Профилактика вирусных заболеваний»	сентябрь	Классные руководители	
16.	Беседа «Как все успеть? Режим дня школьника»	сентябрь	Классные руководители	
17.	Беседа «Учимся питаться правильно. О пользе горячего питания»	сентябрь	Классные руководители	
18.	Классный час «Профилактика травматизма в школе и в быту»	сентябрь	Классные руководители	
19.	Беседа «Профилактика педикулеза и др. кожных инфекционных заболеваний»	Октябрь	Классные руководители	
20.	Беседа «Личная гигиена – основа основ»	Октябрь	Классные руководители	
21.	Беседа «Как сохранить зрение»	октябрь	Классные руководители	
22.	Родительский лекторий «Здоровый образ жизни: его преимущества и необходимость»	октябрь	Классные руководители	
23.	Педагогический совет «Здоровье школьников по итогам медицинского осмотра»	октябрь	Медсестра	
24.	Беседа «Как сохранить красивую осанку. Профилактика сколиоза»	ноябрь	Классные руководители	
25.	Беседа «Гигиена полости рта»	ноябрь	Классные руководители	
26.	Беседа «Простудные и вирусные заболевания: общее и различия»	ноябрь	Классные руководители	
27.	Родительский лекторий «Самолечение и последствия»	ноябрь	Классные руководители	
28.	Беседа «Профилактика острых кишечных инфекций»	ноябрь	Классные руководители	

29.	Беседа «Пневмония у детей: течение, лечение, профилактика, осложнения»	декабрь	Медсестра Классные руководители	
30.	Родительский лекторий «Гиподинамика – что это такое»	декабрь	Классные руководители	
31.	Беседа «Как укрепить иммунитет продуктами питания»	декабрь	Классные руководители	
32.	Беседа «Туберкулез – это опасно»	декабрь	Классные руководители	
33.	Практический урок «Профилактика зимнего травматизма. Оказание само- и взаимопомощи при травмах и отморожениях»	декабрь	медсестра	
34.	Классный час «Распространение вредных привычек, их негативное влияние на образ жизни и состояние здоровья»	Январь	Классные руководители	
35.	Беседа «О вреде самолечения»	январь	Классные руководители	
36.	Родительский лекторий «Роль витаминов в сохранении здоровья и долголетия»	январь	Классные руководители	
37.	Диспут «Здоровым быть модно»	февраль	Классные руководители	
38.	Беседа «Хронические заболевания, их профилактика»	февраль	Медсестра	
39.	Беседа «Рациональное питание для школьников»	февраль	Классные руководители	
40.	Родительский лекторий «Как сохранить здоровье школьника»	февраль	Классные руководители	
41.	Классный час «здоровое поколение – здоровая Республика»	март	Классные руководители	
42.	Круглый стол «Зависимость здоровья человека от окружающей среды»	март	Зам. директора по УВР Медсестра Педагог – организатор Пушкарь Н.В.	
43.	Беседа «Профилактика авитаминоза. Пусть наша пища станет полезной»	март	Медсестра	
44.	Беседа «Профилактика отравлений ядовитыми растениями и грибами»	апрель	Классные руководители	
45.	Беседа «Витамины с грядки»	апрель	Классные руководители	
46.	Беседа «Клещевой энцефалит: профилактика»	апрель	Классные руководители	
47.	Беседа «Лекарственные растения»	май	Классные руководители	
48.	Беседа «Гигиена умственного труда»	май	Классные руководители	

49.	Беседа «Болезни грязных рук»	май	Классные руководители	
50.	Практический урок «Лето без травм: профилактика травматизма на воде, в лесу, на дорогах. Оказание само- и взаимопомощи при травмах и утоплениях»	май	Классные руководители Медсестра	
51.	Родительский лекторий «Стресс и здоровье»	май	Классные руководители	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845780

Владелец Парафейник Наталья Валентиновна

Действителен с 27.11.2022 по 27.11.2023