

Программа "Здоровье"

Здоровье - это искусство, а искусству надо учиться...

Пояснительная записка

Современные социально - экономические сложности, переживаемые страной, снижение роли государства в области социальных гарантий оказывают отрицательное влияние на состояние здоровья детей. Сегодня Россия стоит на 68 месте в мире по состоянию здоровья, а низкий уровень рождаемости и высокий показатель общей смертности негативно сказывается на уровне воспроизводства населения. В утвержденной тремя министерствами РФ (здравоохранения, труда и социального развития, образования) " Концепции охраны репродуктивного здоровья населения страны" остается одной из наиболее острых медико - социальных проблем, являясь фактором национальной безопасности, а значит проблемы охраны репродуктивного здоровья населения приобретают особую социальную значимость.

Важную роль реализации Концепции призваны сыграть образовательные учреждения. Сложившаяся система образования не формирует должной мотивации к здоровому образу жизни, школа не имеет опыта ведения систематической работы по формированию привычек здорового образа жизни учащихся. А между тем в настоящее время доказано, что основным направлением профилактики заболеваний населения является работа по формированию здорового образа жизни. Международный опыт показывает, что в структуре факторов, определяющих здоровье, равно как и болезни, более 50 % приходится на образ жизни человека. По данным и зарубежных и российских специалистов, таблица факторов, влияющих на здоровье детей, выглядит так:

50 % - образ жизни;
20 % - условия внешней среды;
20 % - особенности организма, наследственность;
8 - 12 % - система здравоохранения.

Следовательно, необходима системная профилактическая работа по формированию здоровой среды, здорового образа жизни, убеждения, что легче предотвратить болезнь, чем потом долго её лечить.

Формирование здоровья ребенка на этапе 7-17 лет в значительной мере зависит от условий обучения, характера учебного процесса, образа жизни ребенка.

Цель и планируемые действия соответствуют не только сегодняшним, но и будущим требованиям, предъявляемым к образовательному учреждению и условиям его деятельности.

Наряду с общим образованием, большое место должно уделяться выявлению возможностей для реализации физического, психического и социального потенциала детей, для получения учениками знаний и выработки навыков, необходимых для принятия правильных решений, относящихся к их собственному здоровью, а также для сохранения и улучшения благоприятной для здоровья окружающей среды.

Актуальность программы

Актуальность программы заключается прежде всего в том, что она ориентирована на решение таких значимых проблем, устранение которых в сумме может дать максимально возможный полезный оздоровительный эффект.

Статистические данные за последние три года показывают высокую заболеваемость детского населения. Анализ показал, что это обусловлено ухудшением социально-экономической обстановки, обострением проблем рационального питания, снижением уровня здоровья родителей, наследственностью. У учащихся и их родителей не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни.

Теоретическое определение здоровья звучит следующим образом: здоровье – это не только отсутствие заболеваний, а состояние физического, психологического и социального благополучия.

Здоровье человека непосредственно зависит от факторов наследственности, экологического и социального, качества медицины и самой жизни.

Если все эти факторы четко работают как единое целое, только в этом случае можно рассчитывать на хорошее здоровье на долгие годы.

Надо много знать о самом себе. « Все усилия благоразумного человека должны направляться не к тому, чтобы чинить и конопатить свой организм, как утлую ладью, а к тому, чтобы устроить себе такой образ жизни, при котором организм как можно меньше приходил бы в расстроенное положение, и следовательно, как можно реже «нуждаться в починке». Д.И. Писарев.

Только здоровый человек может в полной мере стать творцом своей судьбы, добиться определенных успехов в карьере и личной жизни, продуктивно проводить свой досуг, быть создателем в окружающем его мире.

Сейчас, как никогда, приоритетной задачей школы стала концентрация усилий всего педагогического коллектива на сохранение и укрепление здоровья учащихся с раннего возраста.

Цель программы: *формирование здоровой школьной среды через создание единой образовательно - оздоровительной системы укрепления здоровья учащихся.*

Задачи программы:

- *Создать* развивающую среду – пространство самореализации;
- *Помочь* ребенку накопить необходимый опыт и знания для успешного выполнения главных задач воспитательно-оздоровительной работы по укреплению его физического и психического здоровья;
- *Сформировать* через активную деятельность здоровый организм ребенка, его динамическое и устойчивое состояние к экстремальным ситуациям;
- *Обеспечить* учащихся уровнем знаний, умений, навыков по сохранению и укреплению здоровья.
- *Создать* мотивацию к укреплению и сохранению здоровья учащихся.
- *Направить* совместную работу всего педагогического коллектива и родителей на формирование навыков саморегуляции поведения школьника, направленные на осознанное сохранение и укрепление своего здоровья

Нормативно-правовое обеспечение программы:

- Информация МО РФ, подготовленная к совместному заседанию Коллегии МО и Минздрава РФ от 10.09.2003 г. «О состоянии работы органов управления

образования и общеобразовательных учреждений по соблюдению санитарно-эпидемиологического режима в общеобразовательных учреждениях.

- Доклад о состоянии здоровья детей в Российской Федерации (по итогам Всероссийской диспансеризации 2002 г.)
- Междисциплинарная программа «Здоровье» для образовательных учреждений
- Письмо Департамента по молодежной политике МО РФ от 24.07.03 № 15-52-522\ 15-01-21 «Практические рекомендации по организации системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья подростков в образовательной среде».

Локальные акты по программе «Здоровье»

Приказы	Контроль
Об охране труда и соблюдение техники безопасности. Об организации питания учащихся Об индивидуальном обучении детей на дому. Об освобождении от уроков физкультуры.	Проверка режима.
О профилактическом осмотре учителей. О профилактике детского травматизма. О подготовке школьных помещений О планировании Дней здоровья	Контроль за соблюдением санитарно - гигиенических норм в школе (режим проветривания кабинетов)
Об организации прививок, кампании против гриппа. О профилактике гриппа и ОРЗ.	Анкетирование (проведение физминуток и т.д.) Посещение уроков ОБЖ, биологии, физкультуры.
О результатах контроля за правильным освещением, температурным режимом, санитарным состоянием	Соблюдение режима Соблюдение санитарно -гигиенических норм в школе (освещение в кабинетах)
О проведении инструктажа по соблюдению правил техники безопасности.	
О результатах работы учителей - предметников по организации комплекса специальных упражнений по предупреждению усталости учащихся 1 - 6 кл. в течение рабочего дня. О выполнении рекомендаций врачей - специалистов (расположение детей в помещении для обучения согласно нормам ортопедического режима). О профилактике гриппа и ОРЗ.	Анкетирование (проведение физминуток и т.д.) Посещение уроков ОБЖ, физкультуры, биологии.
Приказ о поведении на водоемах во время таяния льда.	
Об итогах оздоровительной работы в школе.	

Взаимодействие школьной программы «Здоровье» с социальной средой



Разделы программы

- Здоровьесберегающий блок
- Работа с педагогами
- Работа с родителями
- Работа с учащимися
- Медицинский блок

Реализация программы по направлениям

Раздел программы	Мероприятия по программе «Здоровье»	Сроки реализации
Здоровье сберегающий блок	1. Содержание зданий и помещений школы-интерната в соответствии с гигиеническими нормативами;	Постоянно Ежегодно

	2. укрепление материальной базы кабинетов, спортзала; 3. Организация качественного питания; 4. Работа школы с учащимися по адаптации, с трудно успевающими, с девиантным поведением.	Постоянно 1 раз в четверть
Работа с педагогами	1. Формирование у педагогов знаний по развитию навыков охраны здоровья учащихся с учетом возраста (психогигиена учебного процесса) 2. Создание условий для профессионального роста педагогического коллектива по программе «Здоровье» ▪ Организация и проведение педагогических семинаров; ▪ Курсовая подготовка (ИПКРО) ▪ Разработка нормативной базы деятельности, связанной с реализацией программы «Здоровье» ▪ Разработка и внедрение психологических, методических методов коррекции; ▪ Предупреждение дидаптогении через разработку психологических аспектов профессионально-педагогического общения учителей с учащимися. ▪ Разработка программы профилактики школьной дезадаптации для учащихся 1, 5-х классов 3. Организация работы по ОТ и ТБ; 4. Оформление наглядной агитации.	1 раз в полугодие По заявкам ИПКРО
Работа с родителями	1. Изучение социального здоровья каждого ребенка: ▪ Составление социального паспорта школы и класса; ▪ Диагностика среды жизнедеятельности ребенка; ▪ Тестирование. 2. Утверждение системы знаний по охране здоровья детей среди родителей через: ▪ Школьные классные собрания, конференции; ▪ Родительские субботы; ▪ Консультирования; ▪ Ведение дневника здоровья;	Ежегодно Ежегодно Ежегодно Ежегодно Ежегодно Ежегодно

	▪ Выработку правил – советов – заповедей; ▪ Изучение социальной литературы.	
Работа с учащимися	1. Оценка состояния здоровья и физического развития детей: ▪ Определение критериев состояния здоровья детей; ▪ Диагностика состояния здоровья детей от поступления в школу до ее окончания; ▪ Диагностика среды жизнедеятельности ребенка (образовательная, психологическая, семейная). 2. Пропаганда здорового образа жизни. 3. изучение социального здоровья и психологического состояния ребенка. 4. Организация и проведение внеклассных мероприятий.	Ежегодно Ежегодно Ежегодно Ежегодно Ежегодно
Медицинский блок	1. Комплексная оценка состояния здоровья ребенка, его физического развития с определением функциональных резервных возможностей организма. 2. организация коррекционно-реабилитационной работы, предупреждение стрессовых и конфликтных ситуаций; 3. Создание среды, способствующей не только сохранению – улучшению здоровья, но и развитию здоровья физического, психического, нравственного. 4. Постоянная система подготовки и повышения квалификации	Ежегодно Ежегодно Ежегодно Ежегодно

Формы реализации программы «Здоровье»



Ожидаемые результаты:

1. Обеспечить формирование мотивации:

Учащихся	Учителей	Родителей
- к стремлению заботиться о своём здоровье;	- к валеологизации учебно-воспитательного процесса;	- на совместную деятельность по вопросам формирования ЗОЖ детей через систему просветительной работы
- к умению вести здоровый образ жизни.	- к освоению валеологических технологии в учебном процессе;	
	- на деятельность по сохранности своего здоровья	

2. Организовать методическую поддержку педагогам в реализации цели программы.

4. Установить эффективные пути контакта с медицинскими службами:

для организации лечебно - профилактической работы, а также мероприятий по немедикаментозной терапии в школе;

5. Ведение профилактической работы по решению проблем наркомании, курения и алкоголизма.

Критерии оценивая реализации программы:

№	Критерии	Показатели	Методы и методики
1.	Повышение информированности по вопросам охраны здоровья	Анализ анкетных данных	Анкетирование, наблюдение, собеседование

2.	Личностное развитие учащихся	Анализ рефлексивных материалов и анкет	Анкетирование, наблюдение, собеседование
3.	Повышение качества образования	Тесты, уровень ЗУНов	Тестирование, мониторинг
4.	Профессионально-личностный рост педагогов в вопросе здоровьесберегающих технологий	Результаты аттестации, отчеты классного руководителя	аттестация, публикация статей, составление методических рекомендаций
5.	Здоровье сберегающая культура и компетентность учащихся, учителей и родителей	Систематическое и эффективное использование здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе	Наблюдения, анализ рефлексивных материалов

Используемая литература:

1. Программа «Здоровье», д.м.н. Касаткина В.П. Вестник образования № 12 2001
2. Комплексная программа «Здоровье» Марочкина М.А. Пашковская Е.П. Фестиваль педагогический идей «Первое сентября» 2006
3. УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ УЧИТЕЛЕЙ. 1-11 КЛАССЫ «ЗДОРОВЬЕ» под ред. В.Н.Касаткина и Л.А. Щеплягиной. Дрофа, 2003 г.
4. «ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МЕДИЦИНСКОЙ СЛУЖБЫ В ШКОЛЕ, СОДЕЙСТВУЮЩЕЙ ЗДОРОВЬЮ» - под ред. А.Г.Румянцева. Дрофа, 2004 г.
5. «ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ШАГИ ПО СОЗДАНИЮ ШКОЛЫ, СОДЕЙСТВУЮЩЕЙ ЗДОРОВЬЮ». Авторы: В.Н.Касаткин, С.М.Чечельницкая, Е.Л.Рачевский. Дрофа, 2003 г.
6. «ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ И НАРКОТИКОВ В ШКОЛЕ». Авторы: Касаткин В.Н., Дрофа, 2002 г.
7. «ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ КУРЕНИЯ В ШКОЛЕ». Авторы: Касаткин В.Н., Дрофа, 2005 г., Дрофа 2006
8. «ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ НАСИЛИЯ В ШКОЛЕ». Авторы: Касаткин В.Н., Дрофа 2006
9. Комплексная программа «Здоровье в общеобразовательной школе» А. Маркова Директор школы № 8 2007 г.

Тематика бесед, классных часов по вопросам гигиены, охраны здоровья и формирования здорового образа жизни:

1-4 классы

1. Цикл бесед "Гигиена школьника".
2. "Чтобы зубы не болели".
3. "Беречь глаз как алмаз".
4. "Да здравствует мыло душистое".
5. "О хороших привычках".
6. "Учимся отдыхать".
7. "Загадки доктора Неболита".
8. "Ты и телевизор".
9. "ТВ + здоровье".
10. "Твой режим дня".
11. "Не видать грязнулям счастья".
12. "Смейся на здоровье. Улыбка и хорошее настроение".
13. Цикл классных часов "Как уберечь себя от беды".
14. Цикл классных часов "Наше здоровье в наших руках".
15. Инструктажи по предупреждению травматизма (ПДД, поведение на уроках

физкультуры, правила техники безопасности на уроках труда, во время прогулок, экскурсий и походов).

16. Занятия по профилактике наркомании.

5-7 классы

1. Цикл бесед "Гигиена школьника".
2. "Здоровые привычки - здоровый образ жизни".
3. "Я здоровье берегу, сам себе я помогу".
4. "Кто наши враги".
5. "О спорт, ты - мир!".
6. "Режим питания".
7. "Вредные привычки и их преодоление".
8. "Пока горит свеча".
9. "Здоровый образ жизни - главное условие профилактики возникновения вредных привычек".
10. "Бросай курить - ты уже не маленький".
11. "Память: как ее тренировать".
12. "Особенности влияния никотина и других токсических веществ на развитие организма человека".
13. "Сотвори себя сам".
14. "Нет наркотикам".
15. "О ВИЧ-инфекции".
16. Занятия по профилактике наркомании.

8-9-е классы

1. Цикл бесед "Гигиена умственного труда".
2. "Зависимость здоровья человека от окружающей среды".
3. "Вредные привычки и здоровье человека".
4. "Здоровье человека XXI века".
5. Гармония тела и духа".
6. "Кушайте на здоровье".
7. "Прелести "свободной любви""
8. "Умение управлять собой".
9. "Крик о помощи".
10. "Прощайте, наркотики!".
11. Занятия по профилактике наркомании.
12. "Суд над наркоманией".
13. "Исцели себя сам".
14. "Экзамены без стресса".
15. "Сделай правильный выбор".
16. "Разговор на чистоту".
17. Акция "Внимание, СПИД!".
18. "Не оборви свою песню!".

VIII. Тематика родительских собраний и других мероприятий для родителей по проблеме формирования здорового образа жизни (с привлечением медицинских работников):

1. "Здоровье ребенка в руках взрослых",
2. "Здоровая семья: нравственные аспекты",
3. "На контроле здоровье детей",
4. "Режим труда и учебы",
5. "Физическое воспитание детей в семье",
6. "Алкоголизм, семья, дети",
7. "Пагубное влияние курения табака на здоровье человека",

8. "Предупреждение нервных и сердечных заболеваний в годы юности",
9. "Вредные привычки у детей",
10. "Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу",
11. "Вопросы, которые нас волнуют",
12. "Эти трудные подростки",
13. "Взрослые проблемы наших детей",
14. "Физическое развитие ребенка и пути его совершенствования",
15. "Курение и статистика",
16. "Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) - реальность или миф",
17. "Наркотики в зеркале статистики",
18. "Социальный вред алкоголизма",
19. "Психология курения",
20. "Нецензурная брань - это тоже болезнь".
21. Наблюдения родителями режимных моментов в детском саду, содержащих в себе оздоровительный эффект.
22. Обучение родителей оздоровительным технологиям.
23. Родительские мини-клубы по совместному обсуждению проблем здоровья в семье, детском саду и школе.

5. ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ

- 5.1. Все учащиеся в школе получают горячие завтраки и обеды.
- 5.2. Завтраки и обеды отвечают потребностям растущего организма в основных ингредиентах.
- 5.3. В школьной столовой организована круглогодичная дотация витаминов (регулярно предлагаются витаминизированные напитки, соки).

6. ПОЛИТИКА СОДЕЙСТВИЯ ЗДОРОВЬЮ

- 6.1. Учебные нагрузки в школе не превышают возрастные нормативы, оговоренные в СанПиНах.
- 6.2. В план работы школы на год включены позиции содействия здоровью.
- 6.3 В школе выработана стратегия содействия здоровью согласно принятым нормативным и правовым документам.
- 6.4. Школьная стратегия содействия здоровью предполагает вовлечение всех сотрудников, учащихся школы и их родителей.
- 6.5. Школьная стратегия содействия здоровью предполагает вовлечение других

учебных учреждений района, общественности района (села).

7. ОБУЧЕНИЕ ЗДОРОВЬЮ

7.1. Во внеурочное время проводятся факультативы (другие формы занятий) для девочек, мальчиков по вопросам гигиены

7.2. Проводятся занятия для детей групп риска по профилактике наркомании, табакокурения, алкоголизма или другим актуальным проблемам.

8. ПРЕВЕНТИВНЫЕ МЕРЫ

8.1. В школе учащимся запрещено курить.

8.2. В школе запрещено курить педагогам и посетителям.

8.3. На территории школы, включая пришкольный участок, не курят.

8.4. В школе запрещено употребление спиртных напитков.

8.5. В районе школы не менее чем в 200 метрах от пришкольного участка нет торговых точек с табачными и спиртными изделиями.

8.6. Учащихся не выгоняют с уроков.

8.7. Все случаи пропуска занятий контролируются школой.

8.8. В школе существует специальный орган для обсуждения конфликтов (конфликтная комиссия), в котором принимают участие представители педагогов, учащихся и родителей.

8.9. За истекший год из школы не отчислены ученики по причине пропуска занятий или плохого поведения.

8.10. За последние три года из школы не отчислялись ученики по причине пропуска занятий или плохого поведения.

8.11. В школе нет учеников, привлекаемых к уголовной ответственности за последние 2 года (с учетом выбывших из школы).

8.12. В школе существует наглядная информация по безопасности детей на дорогах.

8.13. За последние 2 года ни один ребенок из школы не стал виновником дорожно-транспортного происшествия.

8.14. За последние 2 года ни один ребенок из школы не попал в дорожно-транспортное происшествие по собственной неосмотрительности.

8.15. На территории школы нет случаев продажи наркотических веществ.

9. СОТРУДНИКИ ШКОЛЫ

9.1. Все сотрудники школы регулярно проходят профилактические осмотры (1 раз в год).

9.2. Сотрудники школы получают медицинскую помощь наравне с учащимися.

9.3. Сотрудники школы проходят все оздоровительные мероприятия наравне с учащимися.

9.4. Каждый сотрудник школы участвует хотя бы в одном мероприятии, запланированном школой по линии содействия здоровью.

10. ВЗАИМООТНОШЕНИЯ ШКОЛЫ С РОДИТЕЛЯМИ

10.1. В школе проводятся занятия с родителями.

10.2. Родители участвуют в реализации планов школы по содействию здоровью школьников.

10.3. По инициативе родителей в школе проходят мероприятия, направленные на содействие здоровью школьников.

10.4. В школе регулярно проходят совместные с родителями мероприятия, направленные на содействие здоровью школьников.

11. ВНЕШНИЕ СВЯЗИ ШКОЛЫ

- 11.1. Школа активно сотрудничает с другими школами территории по вопросам содействия здоровью.
- 11.2. Школа принимает участие в территориальных программах содействия здоровью.
- 11.3. Школа принимает участие в районных, областных, всероссийских программах содействия здоровью.
- 11.4. Школа является организатором территориальных акций, посвященных содействию здоровью.