

Российская федерация  
Тюменская область  
Ханты-мансийский автономный округ-Югра  
Нижневартовский район  
с. Охтеурье

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«ОХТЕУРСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»

Утверждаю:

Директор школы

 И.В. Павловский

«01»  2022 г.



***Комплексная программа  
«Здоровье»  
на 2022-2026 г.г.***

## *1. Введение*

Можно ли обучать детей так, чтобы сохранилось или даже укрепилось состояние их здоровья? Теоретически — да, практически - не получается. Врачи - педиатры, наблюдающие состояние здоровья школьников, а также данные государственной медицинской статистики свидетельствуют о негативных изменениях в организме учащихся в процессе их обучения в школах разного типа. Еще в начале XX века основоположник отечественной школьной гигиены Ф.Ф. Эрисман внес понятие «Школьные болезни», возникновение которых обусловлено обучением детей. К этим болезням была отнесена близорукость (нарушение зрения), а также сколиоз (боковое нарушение позвоночника) и анемия (низкий уровень гемоглобина в крови). В современных условиях «школьные болезни» сохраняются, хотя их структура изменилась. Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Многие параметры образовательной среды регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья школьников. Именно поэтому разработанная программа «Здоровье» на период 2022-2026 г.г. и направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование учащихся.

В реализации программы «Здоровье» задействованы службы школы: администрация, педагоги, психолог, медицинский работник и технический персонал.

**Программа «Здоровье» основывается на:**

Конвенции ООН о Правах Ребенка;

Конституции Российской Федерации;

Законе Российской Федерации «Об образовании»;

Национальной Доктрине образования Российской Федерации.

## ***2. Основные концептуальные положения Программы «Здоровье»:***

- ❖ Программа призвана реализовать основные положения Декларации Прав Ребенка, направленные на защиту здоровья и получение полноценного образования.
- ❖ Программа является подтверждением особого статуса детства как периода, не зависящего от социальных, политических, национальных, конфессиональных и других отличий.
- ❖ Программа находится в числе приоритетных направлений деятельности органов власти, служит основой сотрудничества образования и здравоохранения, общественности, школы и родителей.

## ***3. Цель 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.
- ❖ Исходя из конкретной ситуации в школе и в соответствии с поставленной целью, можно определить следующие задачи деятельности педагогического коллектива.

## ***4. Задачи***

- ❖ Отработка системы определения уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
- ❖ Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
- ❖ Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
- ❖ Организация системы профилактических работ по предупреждению детского травматизма, предотвращению роста заболеваемости учащихся школы.

Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

### 5. Основные направления деятельности

- Учебно-воспитательная работа, научно обоснованная и строго регламентированная.

1. Организация режима ступенчатого повышения нагрузки для учащихся первого класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям	Сентябрь-ноябрь
2. Валеологический анализ расписания уроков	Сентябрь, январь
3. Организация перемен и длительной динамической паузы с обязательным пребыванием детей на свежем воздухе (1-4 классы)	В течение всего года
4. Организация перемен и создание на переменах таких условий, которые способствовали бы оптимальному двигательному режиму учащихся разных возрастов	В течение всего года
5. Включение вопросов с определенной валеологической направленностью в план учебных программ по биологии, ОБЖ, др.	В течение всего года
6. Контроль выполнения норм самообслуживания	Октябрь, декабрь
7. Контроль правил использования ТСО	Ноябрь, февраль
8. Валеологический анализ урока	Декабрь
9. Повышение валеологической грамотности учителей	Январь
10. Структурирование учебных программ на основе	Май

валеологических принципов.	
----------------------------	--

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

1.Создание «Паспорта здоровья»	Сентябрь-октябрь
2.Осуществление контроля соблюдения норм учебной нагрузки (дневной, недельной, годовой)	Октябрь-март
3.Проведение валеологической оценки степени трудности новых учебных программ и методов обучения с целью адаптации их к функциональным возможностям учащихся разных возрастных групп.	Сентябрь-март
4.Запуск медико-педагогического мониторинга детей и подростков при зачислении их в школу (с учетом сложности программ обучения)	Апрель-май

**- Профилактическая и коррекционная работа** - предупреждение и своевременное выявления отклонений в развитии и состоянии здоровья воспитанников, а при наличии каких-либо недугов – профилактика обострения и прогрессирования болезненного процесса.

1.Плановый медосмотр	Март
2.Мониторинг естественной и искусственной освещенности учебных кабинетов	Сентябрь-октябрь
3.Формирование, сохранение и корректировка здоровья учащихся и педагогов	В течение всего года
4.Мониторинг санитарного состояния учебного помещения: отопление, вентиляция, освещенность,	В течение всего года

водоснабжение, канализация	
5.Контроль пищевого рациона (достаточность, сбалансированность, правильность, сочетание продуктов)	Ноябрь-декабрь
6.Контроль состояния рабочей мебели	Ноябрь-декабрь
7.Ознакомление педагогического коллектива с конечным результатом медосмотра и диспансеризации	Апрель

**-Информационно-просветительская работа** - пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем валеологическим вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.

1.Использование различных форм массовой пропаганды здорового образа жизни: организация лекций, проведение дня здоровья	В течение всего года
2.Использование наглядной агитации: выпуск стенгазет, оформление уголков здоровья в классных комнатах, воспитание учащихся личным примером учителей (привлекательность внешнего вида, доброжелательность в общении, забота о собственном здоровье, занятия спортом, отказ от вредных привычек)	В течение всего года

### ***6. Функции различных категорий работников школы***

#### ***в контексте реализации программы***

#### **1.Функции медицинской службы школы:**

- проведение диспансеризации учащихся школы;
- медосмотр учащихся школы, определение уровня физического

здоровья;

- выявление учащихся специальной медицинской группы.

## 2. Функции директора и его заместителей:

- ✓ общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- ✓ общее руководство и контроль организации горячего питания учащихся в школе;
- ✓ организация преподавания вопросов валеологии на уроках биологии и ОБЖ в классах среднего и старшего звена;
- ✓ организация контроля уроков физкультуры;
- ✓ обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работа спортивных секций;
- ✓ разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- ✓ организация работы классных руководителей по программе «Здоровье» и ее контроль;
- ✓ организация создания банка данных о социально-неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- ✓ организация работы психологической и социальной службы в школе.

## 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 по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, медработниками;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы, походы и др.);
-

### *7. Сотрудничество школы с другими учреждениями*

Учреждения	Задачи и направления	Формы взаимодействия
ЦРБ	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Профосмотры, диспансеризации, медицинская помощь
ГИБДД	Предупреждение детского травматизма	Лекции, беседы, ролевые игры для учащихся

### *8. План реализации программы «Здоровье» на 2016-2021 годы*

1. Исследование и комплексная оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья учащихся. Медицинская диагностика.

	Мероприятия	Срок	Класс	Ответственный
	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах. Комплектации на их основе физкультурных групп	Сентябрь	1-11	Медицинская сестра, классные руководители, учитель физкультуры
	Диспансеризация	март	1-11	Медицинская сестра, классные руководители, специалисты поликлиники
3	Анализ случаев	В течение	1-11	Медицинская



	травматизма в школе	года		сестра, директор
4	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	В течение года	1-11	ЗД по УВР, медицинская сестра, классные руководители

## 2. Мониторинг психофизиологического здоровья учащихся

	Тестирование в рамках Комплексной программы оценки психофизического состояния и функционирования возможностей организма человека	В течение года	1-11	Учитель физкультуры, психолог
	Психологический мониторинг здоровья учащихся:  -тест на адаптацию в начальной школе, средней школе;  -тест на тревожность	Сентябрь-январь	1,5,10-й	Психолог

## 3. Контроль соблюдения санитарно-гигиенического режима в школе

1	Эстетическое оформление класса и школы	В течение года	1-11	ЗД по ВР
2	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	В течение года	1-11	ЗД по УВР

	(соблюдение требований СанПиНа)			
3	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:  -проветривание;  -освещение;  -отопление;  -вентиляция;  -уборка	Ежедневно  1 раз в неделю  2 раза в год  ежедневно	Все помещения	медицинская сестра, завхоз
4	Контроль качества питания и питьевого режима	ежедневно		Зав.производством, медицинская сестра
5	Диагностика загруженности учащихся домашними заданиями	В течение года		ЗД по УВР
6	Организация активного отдыха на переменах	постоянно	1-4	Классные руководители

#### 4. Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний

1	Прививки детей согласно приказам Минздрава	В течение года	1-11	Медицинская сестра
---	--	----------------	------	--------------------

2	Профилактическая работа во время эпидемий	В течение года	1-11	Медицинская сестра
3	Профилактическая работа через беседы, уголки здоровья, санбюллетени, полезные советы	В течение года	1-11	Медицинская сестра

#### 5. Физическое воспитание, организация активно-двигательного досуга

1	Профилактика нарушения осанки на уроках физкультуры	В течение года	1-11	Учитель физкультуры
2	Подвижные перемены с использованием возможностей спортивного зала, коридоров	В течение года	1-11	Учитель физкультуры, учителя начальной школы
3	Организация школьных соревнований и участие школьников в окружных соревнованиях	В течение года	1-11	Учитель физкультуры, ст.вожатая, классные руководители

#### 6. Профилактика травматизма

1	Занятия по правилам дорожного движения	В течение года	1-11	ЗД по ВР, классные руководители
---	--	----------------	------	---------------------------------

	профилактике травматизма в рамках курсов ОБЖ, биологии	программе		ОБЖ, биологии, учителя начальных классов
3	Инструктажи сотрудников и учащихся школы по правилам техники безопасности	Сентябрь-июнь	1-11	Инженер по технике безопасности, педагог-организатор ОБЖ, классные руководители
4	Статистика и анализ случаев травматизма в школе	В течение года	1-11	Медицинская сестра

7. Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек

1	Тематические уроки в рамках курсов ОБЖ	В течение года	1-11	Преподаватели ОБЖ, биологии
2	Тематические классные часы	В течение года	1-11	Классные руководители
3	Тематические родительские собрания	В течение года	1-11	Классные руководители, ЗД по ВР
4	Встречи с сотрудниками ЦРБ	По плану	7-11	ЗД по ВР

5	Конкурсы, викторины	По плану	1-11	ЗД по ВР, ст.вожатая, классные руководители
6	Лекции специалистов	По плану	6-11	ЗД по ВР, классные руководители

### ***7. Основные принципы Программы***

Программа основывается на следующих принципах:

1. Принцип гарантий: реализация конституционных прав детей и подростков на получение образования и медицинского обслуживания.
2. Принцип участия: привлечение детей и подростков к здоровому образу жизни.
3. Принцип педагогической поддержки: вовлечение учителей и воспитателей в широкое движение по созданию здоровой педагогической среды.

### ***8. Прогнозируемый результат***

Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

Реализация мероприятий Программы позволит:

- Сохранить репродуктивное здоровье учащихся;
- Создать условия для снижения уровня нервно-психических и сердечно-сосудистых расстройств, патологий желудочно-кишечного тракта, простудных заболеваний, заболеваний органов чувств, зрения, опорно-двигательного аппарата в процессе обучения;
- Внедрить оптимальный режим учебного труда и активного отдыха детей в

урочное и внеурочное время;

- Постоянно корректировать учебные нагрузки в соответствии с состоянием здоровья детей;
- Помочь социально адаптироваться (средствами образования) детям с проблемами в развитии и ограниченными возможностями здоровья, детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;
- Сформировать осознанное отношение детей и их родителей, членов педагогического коллектива к состоянию здоровья через пропаганду здорового образа жизни.