

Министерство образования и науки Российской Федерации
Главное управление образования
Администрации города Красноярск
МАОУ Гимназия №2
660049 г. Красноярск
ул. Марковского, 36
т. 227-68-49, 227-04-84
gym2@inbox.ru

Здоровье

Комплексная программа

МАОУ Гимназия № 2

Обоснование создания данной программы.

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

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 объявляется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни.

В словаре русского языка С. И. Ожегова понятие «здоровье» рассматривается как правильная, нормальная деятельность организма. Только здоровый человек может в полной мере стать творцом своей судьбы, добиться определённых успехов в карьере и личной жизни, продуктивно проводить свой досуг, быть создателем в окружающем его мире.

Однако в результате порождённых социальной ситуацией противоречий, сложившихся сегодня в нашем обществе, здоровье человека уделяется всё меньше и меньше внимания.

Качественные медицинские услуги, как правило, становятся платными, отдых и лечение в санатории может позволить себе далеко не каждый, систематические занятия физкультурой на базе спортивных комплексов под руководством грамотных специалистов также доступно лишь не многим.

В такой ситуации как никогда актуальной для любого человека становится задача сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Очевидно, что значительную помощь в решении этой задачи должна оказывать школа.

1. Цели и задачи КП

Основная цель – сохранение и укрепление здоровья учащихся.

Основные задачи:

- Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры, спорта;
- Увеличение количества взросло-детских объединений спортивной направленности и привлечение учащихся к занятиям в них;
- Разработка и внедрение в школьную жизнь системы «выращивания» учащихся, показывающих высокие спортивные результаты;
- Воспитание у школьников патриотического отношения к школе, к своему краю, к своей Родине;
- Дальнейшая отработка механизмов создания и подготовки сборных команд школы по различным видам спорта;
- Соблюдение валеологических требований на занятиях;
- Формирование системы спортивно-оздоровительной работы;
- Формирование и сохранение русских истоков;

- Отработка механизмов совместной работы всех заинтересованных в сохранении и укреплении здоровья учащихся учреждений.
2. Перечень направлений работы:
- Материально – техническое обеспечение образовательного учреждения;
 - Диагностика, коррекция и развитие учащихся;
 - Организация рационального питания;
 - Формирование валеологических знаний у учащихся и их родителей (беседы врачей – специалистов);
 - Соблюдение валеологических требований на занятиях (физкультминутки, подвижные перемены);
 - Формирование системы спортивно оздоровительной работы;
 - Отработка механизмов совместной работы всех заинтересованных служб, контроль над выполнением мероприятий по укреплению и сохранению здоровья учащихся;
 - Проведение игр, способствующих реализации целей данного проекта школы народной культуры.
3. Направления деятельности и предлагаемые формы работы.
1. Урочная, неурочная и внеурочная спортивно – оздоровительная деятельность:
- Работа взросло – детских объединений;
 - Открытые уроки учителей физического воспитания;
 - Разработка и соблюдение валеологических требований на всех учебных занятиях.
2. Соревнования и спортивные праздники:
- Спортивные турниры;
 - Спортивные праздники, творческие вечера, приуроченные к тем или иным датам и событиям;
 - Товарищеские встречи по различным видам спорта;
 - Подготовка сборных команд школы для участия в муниципальных, районных и областных соревнованиях;
3. Туризм, краеведение.
- Туристические слёты;
 - Общешкольные дни здоровья;
 - Походы выходного дня;
 - Прогулки в лес;
 - Поисковая работа, разработка целевых программ классов по этому направлению.
4. Профилактика заболеваний у учащихся и сотрудников школы:
- Беседы и лекции;
 - Встречи с медработниками;
 - Смотры – конкурсы стенгазет и рисунков по борьбе с распространением ВИЧ – инфекции, наркомании, алкоголизма и табакокурения;

- Консультирование по вопросам здоровья;
 - Написание рефератов на тему «Я и жизнь»
5. Исследовательская работа. Мониторинг.
- Анкетирование.
 - Диагностика;
 - Подведение итогов внутришкольных соревнований.

Ожидаемые результаты:

- Снижение уровня заболеваемости детей школьного возраста.
- Налаживание работы с районными службами по формированию здорового образа жизни в семье.

КП «Здоровье» предполагает постоянную работу по её дополнению и совершенствованию

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включённости педагогического коллектива в процесс реализации данного проекта, осознанного понимания каждым учителем значимости перед ним.

Методология

Проект комплексной программы «Здоровье» базируется на следующих методологических принципах:

- учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» будет использоваться для обучения здоровью в школе в сочетании с межпредметным обучением по отдельным разделам ЗОЖ. Педагоги-предметники станут использовать информационное поле своей учебной дисциплины для «встраивания» в него вопросов здорового образа жизни и гигиенического воспитания, раскрытие и освещение которых достигается на материале данного предмета;
- учебный процесс по ЗОЖ будет осуществляться силами педагогов школы с подкреплением преподавания ряда приоритетных тем учеными и специалистами различных отраслей знаний;
- к формированию идеологии здоровья привлекутся все члены школьного сообщества: педагоги, воспитатели, медицинские работники, родители;
- медицинский персонал школы примет участие во всех направлениях учебно-воспитательной, профилактической и оздоровительной деятельности;
- на базе кабинета здорового образа жизни будет создан учебно-методологический комплекс, обеспеченный образовательными программами и технологиями для всех участников школьного сообщества;
- будет работать университет здоровья, где будет идти обучение здоровью вне рамок учебного процесса;
- будет разработан единый понятийный аппарат для формирования адекватного представления о здоровье и идеологии здоровья;
- получит ход обучение педагогов методологии преподавания ЗОЖ;
- постоянно будет проводиться мониторинг здоровья, психологическое

сопровождение учащихся, охрана здоровья учителей;
– наладится работа с родителями;
– регулярными станут социологические опросы школьников, педагогов, родителей для выявления потребностей в информации и наиболее приемлемых технологиях обучения.

Комплексная программа «Здоровье» представляет собой методологический модуль, успешное взаимодействие структурных элементов и блоков которого обеспечивает достижение требуемого результата.

Целью программы являются:

- формирование здоровья
- профилактика заболеваний школьного коллектива.

Программа также содержит критерии оценки эффективности и ожидаемые результаты.

Концептуально комплексная программа «Здоровье» – это четко проработанная система основных блоков, которая при условии единства главных составляющих – идеология (научные знания и идеи); технология (новейшие и традиционные методы и методики, формы и способы); управление (волевые и законодательные акты, принятие решений) и практическая деятельность по внедрению идей, технологий и решений (собственно работа всего школьного комплекса) – способна функционировать как хорошо отлаженный механизм. Иными словами, концептуальная модель комплексной программы отвечает на два главных вопроса: *что* и *как* надо делать, чтобы все члены школьного коллектива (педагоги, методисты, администрация и, в первую очередь, учащиеся) могли не только сохранить тот уровень здоровья, с которым пришли в этот коллектив, но и добиться в этом процессе позитивной динамики.

Учебно-методический комплекс представлен содержательным блоком, в котором продуцируется, отрабатывается, обновляется и накапливается весь необходимый для функционирования модели научно-информационный потенциал, и технологическим блоком, включающим в себя все новейшие и традиционные формы и методы образовательной и дидактической деятельности (компьютерные обучающие и тестирующие программы, видео- и аудиоматериалы, учебные модули, психологические методики, наглядные материалы и малые формы, учебные пособия, лекции, беседы, выставки и т.д.). При этом используются все резервы классного, внеклассного и каникулярного времени; активизация физкультурной работы, осуществление разнообразных внеклассных мероприятий: школьного университета здоровья, научных конференций и исследовательской деятельности учащихся, массовых акций, тематических вечеров, соревнований и дней здоровья – и все возможные информационные ниши, например кабинет здорового образа жизни.

Блок носителей знаний и технологий, важнейшее звено любой деятельности, и педагогической в особенности, — это кадровый потенциал школы: учителя, методисты, администрация, медицинский и вспомогательный персонал, а также работающие в тандеме с учителями специалисты и ученые.

Блок охраны и укрепления здоровья учителя включает в себя девять подсистем, или модулей: организационный модуль с функциями планирования и организации работы по охране и укреплению здоровья учителя; социально-психологический — по выявлению основных параметров образа и стиля жизни, отношения педагогов к своему здоровью и здоровью учащихся и осуществлению диагностики психологического климата в школьном коллективе; психодиагностический, осуществляющий комплексную психодиагностику, на основе которой разрабатываются групповые и индивидуальные формы психопрофилактической работы; медико-диагностический — по оценке количества здоровья; информационно-познавательный — для осуществления различных форм активного обучения по медицинским проблемам охраны, укрепления и поддержания здоровья; психопрофилактический — для проведения комплекса мероприятий по снятию эмоционального напряжения и совершенствованию коммуникативной компетенции; рекреационно-оздоровительный, обеспечивающий спортивно-оздоровительные мероприятия; модуль для оказания социальной помощи и поддержки учителям, нуждающимся в них по состоянию здоровья; педагогический модуль по формированию у педагогов готовности быть «учителем здоровья»³.

Блок обеспечения медико-профилактического центра школы и мониторинга здоровья учащихся предусматривает финансирование и создание материально-технической базы с необходимыми помещениями и оборудованием для работы всех структурных элементов этого отделения: кабинета функциональной диагностики, комнаты психологической разгрузки, тренажерного зала, фитобара, ингалятория, врачебных кабинетов.

Всеобъемлющая задача создания «поддерживающей среды», в которой «здоровый выбор станет легким выбором», актуальна также и для таких подсистем общества, как семья и школа. Поэтому необходима постоянная работа с родителями, от которых во многом зависит создание среды, обеспечивающей возможности и потребности в здоровом выборе. Опосредованно родители учащихся, так же как и их дети-школьники, становятся членами школьного сообщества, поэтому выработка единого представления о здоровье и путях его сохранения и укрепления становится важной методологической задачей Комплексной программы, которая предусматривает самые разные формы работы с родителями, такие как индивидуальное консультирование, лекции, беседы, привлечение родителей к различным оздоровительным мероприятиям, которые проводятся в школе, и многое другое.

Достоинством нашей программы является наличие в ней блока охраны здоровья учителя. Этот блок представляет собой научно обоснованную и успешно проверенную в ряде школ систему комплексных мероприятий, состоящую из девяти модулей.

Методически различные формы деятельности по охране здоровья учителя включены во все структурные элементы программы. В учебно-методическом комплексе они представлены специальными образовательными программами университета здоровья для учителей, заседаниями круглого стола с участием ведущих специалистов по актуальным для педагогов проблемам, индивидуальным консультированием.

Условия реализации

Недостаточно просто декларировать в школе приоритетной ту или иную тематику, ее необходимо, во-первых, внедрить в уроки здоровья как в рамках ОБЖ, так и междисциплинарно и, во-вторых, дополнить эту тематику всем комплексом методических средств (книги, памятки, компьютерные обучающие программы с тестированием знаний по профилактике наркомании и ВИЧ-инфекции, видеоматериалы, серии плакатов по профилактике курения, наркомании, разработки уроков по профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата и памятки для учащихся и родителей).

Успешная реализация программы возможна только в том случае, если работают все ее направления и структурные элементы.

Прежде всего это касается организационного обеспечения программы с четкой системой взаимосвязей ее отдельных блоков. В структуре самой модели организационное обеспечение программы представлено блоком управления, частью которого является координационный совет – руководящий орган школьного комплекса. Координационный совет утверждает годовой план работы школы в рамках Комплексной программы.

Невозможно реализовать комплексную программу «Здоровье» без материально-финансового обеспечения. Поэтому в представленной нами модели есть блок материально-технического оснащения школы с медицинским центром.

Но лишь взаимодействие всех блоков может обеспечить интегрирование здоровья в учебный процесс, что возможно только при едином отношении всего школьного коллектива к здоровью. Мы рассматриваем это как своего рода идеологическое обеспечение комплексной программы.

Эти структуры позволяют осуществлять динамическое наблюдение за состоянием здоровья учащихся, проводить лечебно-профилактические и оздоровительные мероприятия непосредственно в стенах школы. Благодаря созданию медицинского центра в экспериментальной школе медицинская служба максимально приближена к школьному коллективу.

Новизна и эффективность

Комплексность и новизну данной программы необходимо рассматривать в трех важнейших плоскостях:

1. Объектом исследования является все школьное сообщество: учащиеся, педагогический состав, методические, административные звенья, медицинский и вспомогательный персонал школы, родители учащихся.
2. Работа охватывает и учебный процесс, и свободное время учеников, все имеющиеся в школе информационные ниши, используется широкий круг медицинских, психологических и образовательных методов, методик, технологий с привлечением специалистов и ученых разного профиля.
3. Важнейшим результатом работы должно явиться достижение ценностного и смыслового единства в идеологии здоровья, которое охватывает все уровни школьной иерархии – администрацию, педагогический коллектив, медицинскую службу, родителей, учащихся.

Ожидаемые результаты станут реальностью, если все члены школьного коллектива будут одинаково относиться к проблеме «человек–образ жизни–образование–здоровье». Когда в данной социальной группе произойдет осознание важности собственных усилий для сохранения здоровья, продвижение в этом направлении можно будет признать успешным.

На общем фоне формирования единства взглядов, отношений и действий выстраивается целый ряд более конкретных результатов, которые подлежат измерению и являются одновременно **критериями оценки успешности работы**. В качестве важнейших критериев мы рассматриваем **повышение уровня гигиенических знаний; формирование мотивации, практических навыков и умений; формирование сознательного гигиенического поведения; улучшение показателей здоровья.**

Приоритет профилактики

Структура заболеваемости определяет приоритетность мероприятий при проведении профилактической и оздоровительной работы. Среди патологических нарушений опорно-двигательного аппарата (ОДА), т.е. непосредственно заболеваний, выделяют артропатии, остеопатии, хондропатии, ревматизм, а также такие наиболее распространенные среди детей и подростков деформации костно-мышечной системы (КМС), как сколиоз, кифоз, плоскостопие. Среди функциональных нарушений ОДА выделяют нарушения осанки (сутулую, круглую, кругло-вогнутую, плоскую, сколиотическую). В структуре функциональных отклонений, выявляемых у учащихся младших и средних классов, нарушениям осанки принадлежит первое место. Поэтому одним из приоритетных направлений сегодня является профилактика и коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата у школьников. К сожалению, до сих пор немало врачей считают нарушения осанки у детей явлением, не заслуживающим серьезного внимания, поскольку они якобы и без каких-либо лечебно-профилактических мероприятий с возрастом бесследно исчезнут.

Между тем все более подтверждается мнение, что различные нарушения осанки в детском возрасте представляют большую опасность, если своевременно не приняты меры для их устранения. В таких случаях они становятся той почвой, на которой формируются более стойкие и серьезные нарушения и заболевания. Правильная осанка в детском возрасте является одним из необходимых условий нормального формирования КМС, так как неправильное положение тела при повышенной эластичности детского скелета приводит к различного вида деформациям и нарушениям его развития. Нарушения осанки создают условия для развития заболеваний ОДА и многих внутренних органов и систем.

Процесс развития ОДА регулируется как биологическими факторами (прежде всего, наследственными), так и факторами внешней среды. Из факторов внешней среды следует выделить негативные психоэмоциональные ситуации, длительные статические нагрузки, нерациональное питание, неудовлетворительную организацию физического воспитания, отсутствие мотивации к здоровому образу жизни. Среди факторов внутришкольной среды, оказывающих неблагоприятное влияние на состояние ОДА, до сих пор значимыми остаются нарушения условий освещения и подбора мебели в классах.

В современных условиях все эти вышеперечисленные факторы дополнились **новыми**. Это:

- интенсификация обучения и использование технических средств;
- переход на новые формы и методы обучения;
- снижение двигательной активности и как результат – выраженная гипокинезия школьников.

Существует прямая зависимость между правильным физическим воспитанием, двигательным режимом и формированием хорошей осанки. Однако коммерциализация спортивных организаций и сооружений привела к тому, что занятия спортом перестали быть массовыми. Кроме того, сейчас, когда помимо телевизоров появились столь притягательные для детей компьютеры, опасность гипокинезии возрастает еще больше. Малоподвижное времяпрепровождение становится у детей привычным.

Школа в данной ситуации остается основным звеном в системе физического воспитания.

Принятая в школах организация учебного процесса, когда доминирует сидячая рабочая поза, требует специальных профилактических мер, направленных на сохранение осанки учащихся. Одна из таких мер – физкультурные минутки на занятиях в классе, а дома – возможность для более существенной разминки. Но, к сожалению, в обследованных нами школах физкультминутки не проводятся ни на уроках, ни дома.

Необходимы инновационные технологии, направленные на профилактику нарушений ОДА у учащихся. В рамках комплексной программы «Здоровье» мы проводим исследования по этой тематике.

Чтобы предотвратить нарушения ОДА, необходимы определенные профилактические мероприятия:

- ранняя диагностика нарушений ОДА и их своевременная коррекция;
- оптимизация суточной двигательной активности и рациональное физическое воспитание с использованием корригирующей гимнастики;
- обучение учителей, родителей и детей основам ЗОЖ.

Модульный принцип

В последние годы наиболее эффективным методом повышения мотивации для укрепления здоровья стали профилактические обучающие программы, построенные по модульному принципу.

Мы впервые разработали такой обучающий модуль для учащихся среднего школьного возраста «Профилактика и коррекция нарушений и заболеваний ОДА учащихся общеобразовательных учреждений».

Модуль представляет собой структурированный набор информационно-методических материалов.

Гигиеническая обучающая программа для школьников средних и старших классов по профилактике заболеваний ОДА адресована специалистам и методистам, занимающимся этой проблемой, а также преподавателям основ безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) в школе. Программа содержит информационно-методические материалы и рекомендации для проведения занятий со школьниками,

а также дидактические материалы для учащихся в виде типичных жизненных ситуаций, отражающих варианты поведения, вредного и опасного для КМС. Детям предлагается оценить описанные ситуации и выбрать правильные ответы. Учащиеся старшего школьного возраста могут заниматься по этой программе самостоятельно. Обучение с использованием ситуационных проблемных задач является достаточно эффективной формой работы, так как активизирует интерес учащихся к поставленной проблеме, способствует выработке навыков самостоятельного получения знаний, обеспечивает формирование более стойких привычек безопасного поведения, а также готовности и умения ученика самостоятельно применять их на практике.

На уроках ОБЖ учащиеся знакомятся со строением скелета человека, возрастными особенностями КМС ребенка и подростка, экзо- и эндогенными факторами, на нее влияющими: обучаются тому, как следует правильно стоять, ходить, сидеть, лежать. Кроме того, уроки здоровья способствуют исправлению неправильно сформированных навыков непосредственно в процессе занятий.

В формировании стереотипа правильной осанки первичным оказывается овладение мышечно-суставным чувством, характерным для такой осанки. Это чувство становится эталоном нормы, на который можно равняться в процессе самоконтроля за своей осанкой. Однако правильная осанка относится к двигательным навыкам, которые трудно формируются и могут быть утрачены при отсутствии самоконтроля.

Занятия по содержательной части модуля на уроках ОБЖ логично встраиваются в сетку учебного процесса, не требуя при этом дополнительного времени и не увеличивая нагрузки ни на педагогический коллектив, ни на учащихся. Школьные занятия сочетают в себе психическую, статическую и динамическую нагрузки на отдельные органы и системы, а также на весь организм в целом. Эти нагрузки (особенно статическая) отрицательно сказываются на состоянии КМС школьников. Профилактика этих негативных последствий – физкультминутки.

Предлагаем упражнения для физкультминуток, которые разделены на 8 групп в зависимости от назначения:

- 1-я – упражнения для улучшения мозгового кровообращения;
- 2-я – для снятия зрительного утомления;
- 3-я – для снятия утомления с мелких мышц кисти;
- 4-я – для снятия утомления с плечевого пояса и рук;
- 5-я – для снятия утомления с туловища;
- 6-я – для снятия утомления с ног;
- 7-я – для мобилизации внимания;
- 8-я – дыхательные упражнения.

Эти упражнения рекомендуется выполнять в определенном порядке и установленное количество раз как на уроках, так и на переменах. Учитель физкультуры организует подготовку учащихся (волонтеров), которые в дальнейшем проводят ФМ в своих классах. Целесообразно в каждом классе подготовить трех-четырех волонтеров для их чередования при проведении занятий.

Детям с изменениями осанки и стопы показаны регулярные спортивно-коррекционные занятия. Для их оздоровления предлагается создать в школе

специальные физкультурные группы, которые занимались бы корригирующей гимнастикой.

Поддержка родителей

Кроме занятий ЛФК в школе необходимо разучить упражнения для домашних занятий и в последующем проверять их выполнение. Домашние занятия позволят эффективнее работать над нарушениями со стороны ОДА, а также воспитать здоровые привычки, создать правильную осанку и красивую походку.

Введение в школьную образовательную программу основ ЗОЖ позволит каждому ребенку получить необходимые знания и навыки в этой области. Однако реальность такова, что знания, которые дети получают в школе, могут вступать в противоречие с тем образом жизни, который ведут их семьи. Для детей из семей, где бытует нездоровый образ жизни, полученные знания становятся абстрактными, оторванными от действительности. Ребенку приходится отстаивать собственную позицию, что ему не по возрасту, это может привести к невротизации и нарушить здоровье. Кроме того, исследования показывают, что уже до поступления в школу у подавляющего большинства сформировались поведенческие, часто неправильные стереотипы в отношении осанки. Поэтому наши обучающие программы направлены не только на привитие правильного здорового поведения, но и на коррекцию уже сложившихся вредных привычек.

Важным аспектом восприятия получаемой информации, предложенной в модуле, является выработка у школьников позитивной мотивации к овладению и закреплению предлагаемых знаний и навыков. Партнером в этой работе должна стать семья. Родителям необходимо осознать необходимость совместной и согласованной работы школы и семьи, чтобы обеспечить единые взгляды на значение гигиенических требований и норм поведения в жизни человека, в семейных условиях продолжить закрепление полученных в школе знаний и умений, трансформировать их в навыки и привычки. Только единство гигиенических требований к ребенку в школе и семье может дать положительные результаты.

Эффективное осуществление этих принципов в значительной мере зависит от медико-гигиенических знаний и навыков родителей. Чтобы повысить грамотность родителей, надо их обучить, а также сформировать мотивацию к получению медико-гигиенических знаний. Мы разработали семинары и лекции для проведения их на классных родительских собраниях. Кроме того, на этих собраниях мы информируем родителей о результатах нашей научно-исследовательской работы, где в качестве испытуемых участвовали их дети. С родителями детей, у которых мы выявили те или иные отклонения ОДА, проводятся индивидуальные беседы и медицинские консультации.

Для родителей мы подготавливаем брошюру «Выпрямись!» о воспитании правильной осанки у школьников и две памятки: «Профилактика и коррекция нарушений осанки и искривлений позвоночника у школьников» и «Плоскостопие у школьников: профилактика и лечение».

На первом этапе занятия с коллективом школьного комплекса (учащиеся, педагоги, родители) ведут авторы методик обучающего модуля: ученые, разработчики, которые впоследствии становятся аналитиками и экспертами в этой

работе. Затем обучение проводят преподаватель ОБЖ и учителя-предметники (биологии, физики, физкультуры) после соответствующей подготовки.

Наиболее приемлемой формой общения в социуме, особенно среди школьников, являются отношения «ученик в роли учителя». Для обучения учащихся в рамках предлагаемого модуля мы рекомендуем привлекать наиболее активных школьников, у которых есть положительная установка на сохранение и улучшение собственного здоровья, высокий уровень знаний по вопросам ОБЖ, а также желающих поделиться своими знаниями со сверстниками. После соответствующей подготовки ученики-волонтеры выступают в роли инструкторов при проведении физкультминуток и уроков здоровья.

ПЛАН ВНЕДРЕНИЯ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

ЗАДАЧИ	ИНДИКАТОР	МАКСИМАЛЬНЫЕ КРИТЕРИИ УСПЕХА	РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ ИДЕАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ
Включить вопросы укрепления и сохранения здоровья с современных позиций в учебный план (комплексный, целостный характер здоровья).	Включение вопросов укрепления здоровья в учебные планы по всем предметам и разработка соответствующих программ по укреплению и сохранению здоровья.	<ul style="list-style-type: none"> - Учащиеся получают установленный объем знаний, умений и навыков по вопросам укрепления здоровья с современных позиций. - Разработка и внедрение учебных пособий и методических рекомендаций. 	<ul style="list-style-type: none"> - В школьном компоненте 1 час в неделю определен на реализацию программ по укреплению здоровья. - В 1-5 классах включен в учебный план дополнительный час двигательной активности. - Утверждение учебно-методических пособий по укреплению здоровья.
Включить вопросы укрепления здоровья в план внеурочной учебно-воспитательной деятельности.	Наличие плана учебно-воспитательной деятельности школы и планов классных руководителей.	Утвержденный план внеурочной учебно-воспитательной деятельности школы включает достаточно мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья.	Учащиеся, педагоги, родители принимают участие в реализации мероприятий.
Предоставить возможность работникам школы повышать знания и навыки по вопросам охраны и укрепления здоровья.	Наличие возможности педагогам школы систематически повышать уровень знаний и навыков по вопросам охраны и укрепления здоровья. Наличие плана повышения квалификации по вопросам охраны и укрепления здоровья.	Все педагоги школы систематически проходят обучение по вопросам укрепления здоровья, осваивают и внедряют навыки здоровьесберегающей деятельности в учебное и во внеурочное время через самообразование, Семинары, практикумы, тренинги. План повышения квалификации выполняется и корректируется в зависимости от изменяющихся условий.	Предоставлена техническая, методическая возможность повысить уровень знаний в области здоровья (договора с медицинскими учреждениями и организациями, занимающиеся профилитической деятельностью, Интернет, консультации и тренинги)
Учитывать интересы и запросы учащихся при подготовке тематических программ, формировать их в соответствии с	Оценка учениками актуальности технических программ (соответствие запросам) в виде опросов и анкетирования.	Все учащиеся одобряют освещаемые темы по укреплению и сохранению здоровья и формированию ценностей здорового образа жизни.	Содержание предлагаемых тематических программ совпадает с интересами обучающихся, есть возможность обсуждать волнующие вопросы и нести ответственность за

меняющимися условиями.			свое здоровье.
Создать здоровые и безопасные условия в школе для учащихся, педагогов и работников.	Соответствие школьных условий санитарно-гигиеническим требованиям.	Школьные условия отвечают санитарно-гигиеническим требованиям (чистые туалеты, соблюдение питьевого режима, качество питания в школьной столовой, режим уборки, проветривания).	Значительно улучшилось питание в столовой, расширился ассортимент продуктов питания, увеличилось содержание овощей. Количество питающихся учеников увеличилось до 100%.
Содействовать созданию в школе дружеской атмосферы, стимулировать взаимоуважение и поддержку.	Оценка учениками важности дружеской атмосферы в школе и ее влияние на качество учебного процесса. Оценка учащимися и педагогами атмосферы взаимной поддержки и уважения в школе. Динамика конфликтных ситуаций в школе. Несчастные случаи во время учебного дня.	Большинство учеников считают, что дружеская атмосфера в школе способствует повышению качества учебного процесса. Увеличение числа учеников и работников школы, считающих, что в школе формируется атмосфера взаимоуважения и поддержки. Сокращение до минимума количества конфликтных ситуаций. Сокращение несчастных случаев по причине драк, конфликтов, издевательств.	Школьники считают, что дружеская атмосфера благоприятствует развитию взаимной поддержке и уважения. в школе формируется атмосфера взаимоуважения и поддержки. Количество конфликтов снизилось.
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ			
Заинтересовать педагогов и работников школы в реализации программы и поддержать инициативу.	Наличие организационной поддержки внедрения программы	Внедрение в штатное расписание должностей психолога, социального педагога, педагогов дополнительного образования, доплаты классным руководителям.	Введены ставки психолога, социального педагога, педагогов дополнительного образования. Разработаны и утверждены нормативные акты по системе надбавок и доплат.
Повысить у учителей степень удовлетворенности своей работой.	Степень удовлетворенности своей работой у работников школы.	Рост числа работников школы, удовлетворенных своей работой. Уменьшение количества пропусков по уважительной причине работниками школы.	Исследования не проводились.
Укрепить у учащихся чувство удовлетворенности	Количество учащихся, склонных считать школу благоприятным местом	Увеличение числа учащихся, считающих школу благоприятным местом пребывания.	Ученики считают школу благоприятным местом пребывания. Количество прогулов снизилось

школой.	пребывания.	Сокращение числа прогулов.	
Повысить у уч-ся знания, умения, навыки, позволяющие уменьшить влияние факторов, приводящих к риску своему здоровью.	Число учащихся и педагогов, которые научились справляться со стрессом и умеют вести себя в конфликтной ситуации.	Увеличение количества уч-ся, овладевших навыками общения, принятие решений и управления стрессом и своим поведением в конфликтных ситуациях.	Навыкам общения, управления стрессом обучаются учащиеся школы.
Укрепить у уч-ся чувство уверенности в себе.	Число уч-ся, которые правильно определяют жизненные ценности, умеют принимать решения, имеют хорошие навыки общения.	Рост числа уч-ся, которые правильно определяют жизненные ценности, умеют принимать решения, имеют хорошие навыки общения. Рост числа уч-ся, довольных собой и удовлетворенных результатами своего труда, согласных с оценками окружающих.	Ученики правильно определяют жизненные ценности, умеют принимать решения, имеют хорошие навыки общения; довольны собой и удовлетворены результатами своего труда, согласных с оценками окружающих.
Наладить сотрудничество школы с семьей.	Взаимодействие представителей школьной медицинской службы с родителями по мед. и профилактическим вопросам, по вопросам укрепления здоровья. Проведение совместных мероприятий (школы и родительских комитетов с общественными организациями, театральными коллективами, профилактическими учреждениями) по вопросам укрепления здоровья.	Рост числа обращений учащихся и родителей к представителям школьной медицинской службы по вопросам укрепления здоровья. Увеличение числа мероприятий с общественными организациями профилактическими учреждениями по вопросам укрепления здоровья в целях повышения уровня участия родителей в учебном процессе и жизни школы.	выросло число обращений к представителям школьной медицинской службы, к учителям физкультуры, кл. руководителям по вопросам укрепления здоровья. Проведено большее количество совместных целевых мероприятий по вопросам укрепления здоровья.
Наладить сотрудничество школы с различными ведомствами и организациями, занимающимися	Сотрудничество школы и организаций по вопросам укрепления и сохранения здоровья (консультативная помощь семье)	Рост числа сотрудничающих организаций, увеличение числа (в процентах) участия родителей, обращающихся за консультациями.	

<p>здоровьем и профилактической работой, связанной с укреплением здоровья.</p>			
--	--	--	--

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ УРОВЕНЬ

<p>Укрепить имеющуюся в школе материальную базу и создать систему медицинской помощи и профилактики в школе для сохранения и укрепления здоровья учеников и работников школы.</p>	<p>Оборудование медицинского, процедурного, спортивных залов современным оборудованием и техническими средствами для работы по профилактике заболеваний и укреплению здоровья учеников и педагогических работников.</p>	<p>Максимальное использование лечебно-профилактических возможностей и спортивно-оздоровительной базы школы с целью сохранения и укрепления здоровья учеников и работников школы.</p>	<p>Медицинские кабинеты прошли процедуру лицензирования.</p>
---	---	--	--

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ

№ П/П	Мероприятия	Сроки
1	2	3
	ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА	
1.	Обеспечить охрану здоровья учащихся и содержание условий для снижения традиции стабильного развития хронических заболеваний (сердечно-сосудистые, ухудшение зрения, ОДА и т.д.) итоги обсудить на совещании при директоре.	Февраль, март
2.	Заслушать информацию учителей начальных классов о проделанной работе по охране жизни и здоровья учащихся.	Февраль, март
3.	Составить расписание уроков и звонков с учетом санитарно-гигиенических требований, объективных условий работы школы и дефицита педагогических кадров.	Сентябрь
4.	Разработать и проводить ежемесячно дни здоровья с учетом оздоровительных мероприятий.	Ежемесячно
5.	Создать медико-педагогический совет и разработать план мероприятий с целью комплексного анализа состояния работы по профилактике детской заболеваемости и разработке мер по созданию здоровых условий для обучения детей.	Каждую четверть
6.	Оказать помощь в проведении углубленного осмотра учащихся врачами детской поликлиники № 1.	По графику
7.	Обеспечить постоянный контроль за работой в специальных группах СМГ	Постоянно
8.	При посещении уроков физкультуры уделять особое внимание соблюдению нормативных требований. Проводить замеры в присутствии фельдшера школы.	Постоянно
9.	Систематически контролировать работу школьной столовой брокеражной комиссией, следить за организацией питания детей с ослабленным здоровьем.	Постоянно
10.	Осуществлять контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм в школьной столовой.	Постоянно
11.	Обеспечить помощь руководителю ОБЖ и фельдшеру школы в организации и проведении медицинского осмотра учащихся допризывного возраста.	По графику
	ВЫПОЛНЕНИЕ САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКОГО РЕЖИМА	
12.	Ежедневно проводить влажную уборку классных комнат после окончания занятий каждой смены, проветривать их.	Постоянно
13.	Проводить влажную уборку фойе и лестничных маршей, туалетов после каждой перемены и регулярно проветривать.	Постоянно
14.	Уборку спортзалов проводить 3 раза в смену.	Постоянно
15.	Обеспечение питьевого режима.	Постоянно
16.	Обеспечить нормальный режим освещения и экономии электроэнергии (своевременная замена ламп,	Постоянно

	мытьё окон).	
17.	Учебный процесс осуществлять в нормальном температурном режиме (уч.кабинеты - +18 ⁰ С, спортзалы - +14 ⁰ С).	Постоянно
18.	В целях предупреждения гиподинамии соблюдать двигательный режим (физкультминутки, часы здоровья, дни здоровья, организация перемен).	Постоянно
19.	Содержать в рабочем состоянии оборудование в туалетах (раковины, унитазы), обрабатывать их обеззараживающими средствами.	постоянно
РАБОТА С КАДРАМИ		
20.	При приеме на работу далее 1 раз в год проходить медицинское обследование.	Постоянно
21.	Проводить инструктаж по технике безопасности для вновь принятых учителей и сотрудников.	Постоянно
22.	Всем сотрудникам школы пройти инструктаж по технике безопасности	По плану
23.	Провести семинар «Работа по профилактике усталости на уроке»	Январь
24.	Кл. руководителям следить за выдерживанием сроков посещения уроков физкультуры после болезни.	Постоянно
25.	Провести анализ состояния «школьных заболеваний»	Май
26.	Проанализировать и разработать рекомендации по соблюдению норм объема домашнего задания учащихся.	Ноябрь
27.	Классным руководителям изучить листки здоровья уч-ся, и с учетом заболеваний организовать и контролировать правильное размещение учащихся на уроке.	Постоянно
РАБОТА С УЧАЩИМИСЯ.		
28.	При приеме документов на вновь прибывших уч-ся требовать справку о состоянии здоровья на данный период. Без справки детей к занятиям не допускать.	Постоянно
29.	При отсутствии в школе ученика по болезни более одного дня, требовать справку от врача и соблюдать рекомендации по щадящему режиму.	Постоянно
30.	Организовать лекторий с учащимися по параллелям о профилактике вредных привычек (табакокурение, алкоголизм, наркомания), о мерах по предупреждению венерических заболеваний, ВИЧ, СПИДа, туберкулеза с учетом возрастных особенностей детей. Привлекать для проведения занятий специалистов из соответствующих Центров по профилактике этих заболеваний.	В течение года
31.	Систематически проводить различные мероприятия по пропаганде здорового образа жизни	
32.	С целью профилактики дорожного травматизма принять участие в акциях различного уровня: «Внимание! Дорога!», «Засветись!», «Внимание! Дети», «Пассажир».	В течение года
33.	Скомплектовать и организовать работу, посещаемость в группах СМГ	Постоянно

РАБОТА МЕДИЦИНСКОГО ПЕРСОНАЛА

№ п/п	Мероприятия	Сроки
<i>ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ</i>		
1.	Проверка санитарного состояния школы перед началом учебного года.	Август
2.	Подготовка мед. кабинета, приобретение лекарств.	В течение года
3.	Получение мед. карты (форма 26) для учащихся 1-х кл. и вновь поступивших.	Август, в течение года
4.	Составление плана работы мед. персонала на год, согласование с директором и утверждение его у главного врача поликлиники.	Август
<i>ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ</i>		
5.	Организация и проведение мед. осмотра всех учащихся по скрининг-программе и диспансеризация в 1-11 классах.	В течение года
6.	Анализ результатов мед. осмотров и доведение полученных данных до сведения родителей и учителей.	В течение года
7.	Профилактика травматизма учащихся.	В течение года
8.	Оказание неотложной доврачебной помощи.	Ежедневно
9.	Контроль за уроками физкультуры и занятиями в спортивных секциях.	1 раз в месяц
<i>САНИТАРНО-ЭПИДЕМОЛОГИЧЕСКИЕ</i>		
10.	Составление плана профилактических прививок.	ежемесячно
11.	Проведение осмотра на педикулез.	ежемесячно
12.	Контроль за санитарно-гигиеническими условиями обучения и воспитания учащихся, соблюдением режима дня у шестилеток и в группах продленного дня.	Ежедневно
13.	Контроль за технологией приготовления пищи, мытьем посуды, сроками реализации скоропортящихся продуктов, бракераж готовой пищи.	Ежедневно
14.	Осмотр сотрудников пищеблока на гнойничковые заболевания, регистрация результатов осмотра в журнале.	Ежедневно
15.	Своевременная изоляция инфекционных больных. Осмотры детей, находившихся в контакте с инфекционными больными. Регистрация инфекционных заболеваний в школе.	По показаниям
<i>САНИТАРНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ РАБОТА</i>		
16.	Составление плана санитарно-просветительной работы на год.	Август
17.	Проведение лекций и бесед для школьников, включающих вопросы полового воспитания, антиалкогольную и антитабачную пропаганду.	В течение года
18.	Участие в оформлении уголка здоровья и в выпуске санбюллетеня.	В течение года
19.	Работа с родителями совместно с администрацией школы: – Беседы, лекции на темы профилактики заболеваний, гигиены школьника и др.;	В течение года

	– Выпуск санбюллетеня по вопросам охраны здоровья школьников.	
20.	Чтение лекций и проведение бесед с техническим персоналом школы: – О санитарном состоянии школьных помещений; – О профилактике инфекционных заболеваний у школьников; – О личной гигиене технического персонала.	Ежедневно
21.	Методические занятия с учителями школы: – Консультации по проведению основ гигиены, включенных в программу соответствующих учебных предметов; – Лекции по вопросам гигиены и охраны здоровья школьников.	В течение года
22.	Выступления на педагогических советах по вопросам охраны здоровья и гигиенического воспитания школьников (результаты диспансеризации детей и практические выводы, гигиеническая организация трудового и производственного обучения и т.д.).	В течение года
23.	Комплектование методических и наглядных пособий по гигиеническому обучению и воспитанию учащихся.	В течение года

КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ РАБОТА

Тема	Цель	Адресат
Управление конфликтами (тренинг)	Приобретение практических навыков	уч-ся 8-9-ых кл.
«Бесконфликтное общение» (тренинг)	Развитие коммуникативных навыков	уч-ся с девиантным поведением
Тренинг по проблеме, связанной с употреблением алкоголя	Профилактика алкоголизма у подростков	уч-ся 9-10-х кл.
«Как сказать НЕТ!» (тренинг)	Профилактика вредных привычек, умение осознанно делать свой выбор	уч-ся 8-9 кл. и дети «группы риска»
Характер, темперамент (факультативное занятие)	Самопознание подростков, как профилактика стрессовой ситуации	7-е классы
«Молодежь против наркотиков!» (тренинг совместно с центром СПИД)	Профилактика наркозависимости среди подростков	волонтерская группа уч-ся 9-ого кл.