**Подпрограмма «Будь здоров. Поколение 2020»**

**Паспорт подпрограммы**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование | «Будь здоров. Поколение 2020» |
| Разработчики | Болотина Н.А., Жирухина Н.В. |
| Участники | Педагогические работники, учащиеся, родители, социум, школьная медицинская служба. |
| Цели | Цель - создание организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья обучающихся; формирование у школьников знаний о здоровом образе жизни и привитие навыков ответственного отношения к нему, профилактика вредных привычек; разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы. |
| Задачи | * Освоить и эффективно использовать здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. * Использовать системный подход во внеурочной, внеклассной и внешкольной деятельности по формированию здорового образа жизни. * Использовать ресурс психолого-логопедо-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся. * Объединить усилия взаимодействия школы, родителей и общества в контексте укрепления здоровья. * Расширить просветительскую работу с педагогами школы по вопросам здоровьесбережения. |
| Целевые показатели (индикаторы) | * Сохранение соотношения доли детей, имеющих отклонение в здоровье, до поступления в школу к доле детей с отклонениями в здоровье в возрасте 15 лет до 11%. * Увеличение доли уроков с использованием здоровьесберегающих технологий. * Увеличение количества участников акций, конкурсов, конференций по тематике здоровьясбережения. * Увеличение количества участников спортивных мероприятий различного уровня. |
| Сроки и этапы реализации | 2015-2020 гг |
| Ожидаемые результаты | * Сохранение и укрепление здоровья обучающихся. * Повышение функциональных возможностей организма учащихся. Развитие физического потенциала школьников. Снижения уровня заболеваемости детей. * Повышение приоритета здорового образа жизни. Формирование культуры здоровья, моды на здоровье. * Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников * Подготовка учащихся к сдаче норм ГТО |

***Здоровье – это состояние полного физического,***

***психического и социального благополучия, а не только***

***отсутствие болезней или физических дефектов***

*Доктор медицинских наук И.И. БРЕХМАН*

**Пояснительная записка**

Проблемы сохранения здоровья учащихся и привития навыков здорового образа жизни очень актуальны сегодня. Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья школьников и учителей. Необходимо создание условий, направленных на укрепление здоровья и привитие навыков здорового образа жизни, сохранение здоровья физического, психического и духовного. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

**Цели программы:**

*создание организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья обучающихся; формирование у школьников знаний о здоровом образе жизни и привитие навыков ответственного отношения к нему, профилактика вредных привычек; разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.*

**Задачи программы:**

* Освоить и эффективно использовать здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе.
* Использовать системный подход во внеурочной, внеклассной и внешкольной деятельности по формированию здорового образа жизни.
* Использовать ресурс психолого-логопедо-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся.
* Объединить усилия взаимодействия школы, родителей и общества в контексте укрепления здоровья.
* Расширить просветительскую работу с педагогами школы по вопросам здоровьесбережения.

**ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

1. Поддержание интереса к ЗОЖ
2. Единство физического, нравственного и психического развития.
3. Наглядность.
4. Принцип непрерывности формирования ЗОЖ, физического воспитания и образования личности на всех этапах жизнедеятельности.
5. Принцип дифференцированного подхода к организации мероприятий по формированию ЗОЖ.
6. Учёт возрастно-половых особенностей учащихся в содержании учебного материала.

**ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

1. Сохранение и укрепление здоровья обучающихся.
2. Повышение функциональных возможностей организма учащихся. Развитие физического потенциала школьников. Снижения уровня заболеваемости детей (нервно-психических и сердечно-сосудистых расстройств, патологий желудочно-кишечного тракта, простудных заболеваний, заболеваний органов чувств, зрения,  опорно-двигательного аппарата) в процессе обучения.
3. Интеллектуальное, физическое, социально-психологическое и духовно-нравственное оздоровление обучающихся.
4. Повышение приоритета здорового образа жизни. Формирование культуры здоровья, моды на здоровье.
5. Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников.
6. Подготовка учащихся к успешной сдаче норм ГТО.
7. Сохранение репродуктивного здоровья учащихся.
8. Социальная адаптация детей с проблемами в развитии и ограниченными возможностями здоровья; детей оказавшихся в трудной жизненной ситуации.
9. Профессиональный рост педагогического коллектива по вопросам возрастных особенностей ребенка, психологии и физиологии детского и подросткового организма, закономерностям развития ребенка. Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении, как здоровья школьников, так и своего здоровья.

Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

* культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
* культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
* культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);
* культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их).

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

* формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
* формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
* формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
* формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

**Участники программы:**

* учащиеся
* педагогический коллектив
* родители
* школьная медицинская служба
* социум

**Модель сохранения здоровья школьников**

Работа медицинской службы школы

Взаимодействие с социумом

Здорвьесберегающие технологии на уроках и внеурочное время

Работа

психолога

Спортивно- оздоровительная деятельность

Сотрудничество школы и родителей

**Основные направления работы** по программе **«Будь здоров!»** в школе:

Медицинское направлениепредполагает:

* четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
* рекомендации и контроль качества питания учащихся;
* профилактическая работа с участниками образовательных отношений;
* медицинское обследование.

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 образа жизни;
* организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

**Спортивно-оздоровительное** направление предполагает:

* организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
* подготовка учащихся к успешной сдаче норм ГТО;
* системный подход к кружковой, внеклассной и внешкольной работе по формированию здорового образа жизни учащихся;
* широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Диагностическое направление.

* мониторинг физического состояния школьников;
* диагностика готовности ребенка к поступлению в школу с выявлением степени морфофункциональной зрелости ребенка;
* диагностика состояния адаптационных механизмов, предупреждение психосоматической дезадаптации;
* мониторинг причин, влияющих на ухудшение состояния здоровья и нарушение гармоничности физического развития.

Просветительское  направление предполагает:

* организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
* организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
* пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции и др.)
* 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, экологии, ОБЖ, физической культуры.

**План мероприятий**

**по реализации направлений школьной программы «Будь здоров!»:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Ответственные** | **Сроки** | **Результаты** |
| **I. Медицинское направление** | | | | |
| 1. | Анализ состояния здоровья учащихся школы; выявление учащихся специальных медицинских групп. | Медицинская служба школы | Ежегодно | Индивидуальный и дифференцированный подход в образовании школьников с целью сохранения здоровья |
| 2. | Знакомство педагогического коллектива с результатами анализа | Медицинская служба школы | Ежегодно | Разработка и использование рекомендаций в образовательном процессе |
| 3. | Проверка мест посадки учащихся в соответствии с рекомендациями врача | Классный руководитель | Раз в четверть | Совершенствование условий образовательного процесса для сохранения здоровья школьников |
| 4. | Профилактические осмотры учащихся школы | Медицинская служба школы | Ежегодно | Состояние здоровья школьников |
| 5. | Обеспечение и организация профилактических прививок | Медицинская служба школы | Ежегодно | Профилактика заболеваемости школьников |
| 6. | Анализ случаев травматизма в школе и выработка рекомендаций по ОБЖ | Заместитель директора, врач | По мере необходимости | Профилактика травматизма |
| 7. | Анализ пропусков занятий по болезни | Медицинская служба школы | Ежегодно | Состояние здоровья школьников |
| 8. | Анализ посещаемости уроков физической культуры | Классный руководитель, зам. директора | Ежемесячно | Совершенствование условий здорового образа жизни школьников |
| 9. | Контроль качества питания и питьевого режима (в зимний период – температурного режима) | Медицинская служба школы | Ежедневно | Совершенствование условий здорового образа жизни школьников |
| 10. | Рациональное расписание уроков в соответствии с требованиями СанПиНа | Заместитель директора | Ежегодно | Совершенствование условий здорового образа жизни школьников |
| 11. | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям. | Зав. кабинетами | Ежедневно | Совершенствование условий здорового образа жизни школьников |
| 12. | Соответствие с требованиями СанПиНа состояние школьной столовой | Директор школы, врач | Ежедневно | Совершенствование условий здорового образа жизни школьников |
| 13. | Оказание неотложной, первой медицинской помощи | Медицинская служба школы | Ежедневно | Сохранение здоровья школьников |
| **II.Психолого-педагогическое направление** | | | | |
| 14. | Организация работы кабинета психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса | Администрация школы | Ежегодно | Индивидуальное сопровождение школьников в сложных, конфликтных ситуациях |
| 15. | Организация психолого-педагогической и коррекционной помощи учащимся | Психолог школы | Ежегодно | Создание комфортных психологических условия в школе |
| 16. | Отслеживание тревожности, работоспособности и других психических показателей учащихся; например,  -определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей;  -выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения и т.д. | Психолог школы, классные руководители | Ежегодно | Сохранение здоровья школьников и их дальнейшая успешная социализация |
| 17. | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности | Учителя-предметники, зам. директора по УВР | Согласно плану внутришкольного контроля | Сохранение здоровья школьников, создание комфортной образовательной среды |
| **III. Спортивно-оздоровительное направление** | | | | |
| 18. | Организация и проведение «Дня Здоровья» | Учителя физической культуры | Один раз в четверть | Формирование здорового образа жизни школьников |
| 19. | Организация спортивных массовых мероприятий в школе | Учителя физической культуры | Согласно плану работы школы | Формирование здорового образа жизни школьников |
| 20. | Участие в военно-патриотической игре «Зарница», «Зарничка» | Учителя физической культуры и ОБЖ | Согласно плану городских мероприятий | Формирование здорового образа жизни школьников |
| 21. | Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию ЗОЖ учащихся | Заместитель директора, учителя-предметники | Ежегодно | Формирование потребности в здоровом образе жизни |
| 22. | Привлечение учащихся, родителей, социальных партнеров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы. | Заместитель директора | По плану работы школы | Формирование потребности в здоровом образе жизни |
| 23. | Проведение динамической перемены для учащихся начальной школы | Учителя начальной школы, зам. директора | Ежедневно | Сохранение здоровья школьников |
| 24. | Проведение динамических пауз на уроках(1-6 классы) | Учителя-предметники | Ежедневно | Сохранение здоровья школьников |
| **IV. Диагностическое направление** | | | | |
| 25. | Мониторинг состояния здоровья учащихся и педагогического коллектива | Школьный совет содействия укреплению здоровью | Раз в полгода | Сохранение здоровья школьников |
| **V. Просветительское направление** | | | | |
| 26. | Обучение учащихся навыкам ЗОЖ на уроках биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры и др. | Учителя-предметники | Согласно тематическому планированию | Формирование потребности в здоровом образе жизни |
| 27. | Совместная работа с органами внутренних дел и учреждениями здравоохранения по профилактике наркомании, токсикомании, алкоголизма и курения. | Заместитель директора по ВР, классные руководители | Раз в полугодие | Формирование потребности в здоровом образе жизни |
| 28. | Организация просветительской работы с родителями. | Заместитель директора по ВР, классные руководители | По плану работы школы | Формирование потребности в здоровом образе жизни в семье |
| 29. | Организация просветительской работы с учащимися (тематические классные часы, лекции и др.) | Классные руководители | Согласно плану работы классного руководителя | Формирование потребности в здоровом образе жизни |
| 30. | Разработка системы обучения педагогов и родителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья. | Заместитель директора, медицинская служба | По плану работы школы | Профилактика и популяризация здорового образа жизни |
| 31. | Разработка элективных курсов по сохранению здоровья и пропаганде ЗОЖ на всех ступенях обучения | Учителя-предметники, зам. директора | Учебный план, дополнительное образование | Профилактика и популяризация здорового образа жизни |
| 32. | Пропаганда физической культуры и ЗОЖ на уроках литературы, истории, биологии, химии и др. | Учителя-предметники | Согласно тематическому планированию | Профилактика и популяризация здорового образа жизни |
| 33. | Проведение инструктажа с учащимися и педагогами о соблюдении правил поведения на воде, правил пожарной безопасности, правил пользования газом и электроприборами, правил дорожного движения. | Учитель ОБЖ, классные руководители | Раз в четверть | Формирование компетентностного подхода безопасного и здорового образа жизни |
| 34. | Правила поведения в ЧС. Эвакуация учащихся. | Классные руководители, учитель ОБЖ | Раз в четверть | Формирование компетентностного подхода безопасного и здорового образа жизни |