**7. Листок здоровья. Приложение к ООП НОО № 7.**

**Автор- составитель Золотухина Э.Н., зам директора по УВР**

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, созда­ние условий, направленных на укрепление здоровья, cохранение здоровья физиче­ского, психического и духовного, очень актуальны сегодня. 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.

**Задачи по сохранению здорового образа жизни обучаемых в начальной школе.**

-- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;--- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домаш­них заданий и режима дня;

**--** освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегаю­щих здоровье учащихся;

-- планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся;

-- развитие психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физического состояния учащихся;

-- привлечение системы внеурочной, кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;

-- посещение научно-практических конференций, семина­ров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

**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 профилактических работы с родителями; -- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами; -- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) -- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся; -- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

**Модель личности выпускника первой ступени обучения**

1. Знание основ личной гигиены
2. Выполнение правил гигиены
3. Владение основами личной гигиены и здорового образа жизни

**Ожидаемые результаты к концу обучения на 1-й ступени:**

- повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников; - рост   уровня   физического   развития   и   физической   подготовленности школьников; - повышение приоритета здорового образа жизни; - повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни; - повышение уровня самостоятельности и активности школьников - повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья.

**Применение разнообразных форм работы:**

1. **Учет состояния детей:**

* анализ медицинских карт;
* определение группы здоровья;
* учет посещаемости занятий;
* контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

1. **Физическая и психологическая разгрузка учащихся:**

* организация работы спортивных секций, кружков, клубов, проведение дополнительных уроков физической культуры;
* динамические паузы;
* индивидуальные занятия;
* организация спортивных перемен;
* дни здоровья;
* физкультминутка для учащихся;

1. **Урочная и внеурочная работа:**

* открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ;
* открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
* спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол футбол легкая атлетика, шашки и шахматы, настольный теннис.

**План – проект деятельности по реализации сохранения здоровья обучаемых на первой ступени.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Ответственные исполнители** | **Сроки** | **Планируемый результат и выполнение** |
| **1.** | **Медицинское направление.** |  |  |  |
| 1.1. | Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик  состояния здоровья детей в школе; -выявление учащихся специальной медицинской группы; -ведение строгого учета детей по группам здоровья. -Формирование групп здоровья по показателям. | врач школы | ежегодно | Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах |
| 1.2. | Проведение диспансеризации учащимся школы. | врач школы | ежегодно |  |
| 1.3. | Медосмотр учащихся школы,  определение уровня физического здоровья. | врач школы | ежегодно | план  медосмотров |
| 1.4. | Обеспечение и организация профилактических прививок  учащихся. | врач школы | ежегодно | план прививок |
| 1.5. | Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах. | врач школы | ежегодно | Классные журналы |
| 1.6. | Анализ случаев травматизма в школе. | врач школы,  заместитель директора | ежегодно | материалы  отчетов |
| 1.7. | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни. | врач школы | ежегодно | материалы  отчетов |
| 1.8. | Контроль за качеством питания и питьевым режимом. | мед.сестра | ежедневно в течение года |  |
| 1.9. | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:   * проветривание; * освещение; * отопление * вентиляция * уборка | мед.сестра, учителя | ежедневно в течение года |  |
| 1.10. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа) | заместитель директора | ежегодно | справка по оценке расписания |
| 1.11. | Постоянный контроль за школьной столовой. | врач школы директор школы | ежедневно в течение года |  |
| **2.** | **Просветительское направление** |  |  |  |
| 2.1. | Организация просветительской работы с родителями (лекторий). | заместитель директора по ВР | ежегодно | график проведения лектория |
| 2.2. | Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни. | заместитель директора по ВР |  | тематика лектория |
| 2.3. | Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей. | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 2.4. | Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей. | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 2.5. | Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни» | заместители директора | 2011-2012 у.г. | протокол педсовета |
| 2.6. | Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др.виды работ). | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы |
| 2.7. | Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма. | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы |
| 2.8. | Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры. | учителя-предметники | в течение года | планы  уроков |
| **3.** | **Психолого-педагогическое направление.** |  |  |  |
| 3.1. | Организация работы кабинета психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса. | педагог – психолог администрация школы | ежегодно | план работы |
| 3.2. | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся по экспериментальным программам; - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье  детей; - изучение умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах; -  изучение психологически возможностей и готовности детей   к школе; -  выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессиональ -ного самоопределения; -  разработка и внедрение системы медико-физиоло гического   контроля за адаптацией учащихся  к различным формам   обучения. | психолог школы,  врач школы,  классные руководители | ежегодно | диагностические исследования |
| 3.3. | Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся. | психолог школы | ежегодно | план работы психолога |
| 3.4. | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности. | учителя-предметники | ежегодно | планы  уроков |
| **4.** | **Спортивно-оздоровительное направление.** |  |  |  |
| 4.1. | Организация спортивных мероприятий. | учителя физической культуры | ежегодно | план работы |
| 4.2. | Разработка   системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся. | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы кружков и секций |
| 4.3. | Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы  к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы. | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы |
| **5.** | **Диагностическое направление** |  |  |  |
| 5.1. | Мониторинг состояния здоровья детей. | председатель МС | ежегодно | результаты мониторинга |
| 5.2. | Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития». | председатель МС, педагог-психолог | 2011-2012 у.г. | материалы семинара |