МОУ основная общеобразовательная школа с. Мильгидун

***программа формирования культуры***

***здорового и безопасного образа жизни***

с. Мильгидун

Всё имеет смысл, пока мы здоровы…

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

1. пояснительная записка
2. основные концептуальные положения программы.
3. актуальность программы
4. цели программы.
5. основные задачи и содержание работы в школе по реализации программы.
6. этапы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.
7. мероприятия:
8. организационно-педагогические
9. санитарно-гигиенические
10. общеоздоровительные
11. внутришкольный контроль
12. работа с родителями.
13. деятельность ФАП
14. профилактика заболеваний через здоровое питание.
15. прогнозируемые результаты.
16. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА:

Предметом острой общественной тревоги стало отмечающееся в последнее время резкое ухудшение физического здоровья детей.

Здоровье детей школьного возраста, как и других групп населения, зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, образовательном учреждении. значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание.

В школе разработана программа «Здоровье», которая основывается на:

1. Конвенцию ООН о Правах Ребенка;
2. Конституцию РФ;
3. Закон РФ «Об образовании»;
4. Национальную Доктрину образования РФ;
5. Закон РМ «Об образовании».

Культура здорового и безопасного образа жизни младших школьников (как элемент общей культуры человека)- это осознанное, ежедневное выполнение учащимися здоровьесберегающих норм и правил, умение предвидеть влияние результатов своих действий на собственное здоровье и здоровье окружающих людей. От уровня сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни в детстве зависит последующий образ жизни человека, степень реализации его личностного потенциала. Состояние здоровья ребенка, его физическое развитие и даже внешний вид- это факторы, тесно связанные с поведением ребенка, его поступками, с формированием индивидуальных черт личности.

Программа сформирована с учетом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

* неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
* активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
* особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью,.

Здоровый и безопасный образ жизни детей имеет прямую зависимость от той социальной среды, в которой находится ребенок, а это, как правило, семья и школа. В семье дети самостоятельны, проявляют большую инициативу к осуществлению здоровьесберегающих действий, но взрослые не всегда обладают достаточным опытом и знаниями для решения проблем, связанных со здоровьем. Именно поэтому в основу программы мы положили принцип взаимодействия, который предполагает построение воспитательного процесса таким образом, что обе его стороны- школа и семья- активны, деятельны; в их отношениях проявляются уважение и гуманизм.

1. ОСНОВНЫЕ КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»:

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

3. АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ:

Необходимость поддержания здоровья учащихся является актуальной проблемой современности. В начальных классах дети проводят 4 года, это период жизни человека, когда закладываются основные физические и психологические характеристики личности. Если говорить о нашей школе, то по данным ежегодных медицинских осмотров учащихся среди детей, обучающихся в школе наблюдается стойкая тенденция роста таких заболеваний как сколиоз, понижение зрения, заболевания ЖКТ. Особого внимания заслуживает тот факт, что многие из названных заболеваний приобретаются детьми в школе. Все это свидетельствует о необходимости принятия срочных мер, направленных на изменение сложившейся ситуации.

Педагогический коллектив школы считает, что укрепление здоровья учащихся  будет способствовать более успешному решению основной задачи школы - качественному обучению детей. Поскольку материальный уровень семей наших учащихся невысок, то средства для создания материальной базы для проведения систематической работы, охватывающей весь ученический коллектив по профилактике и предупреждению заболеваемости необходимо изыскать, не привлекая денежных средств родителей.

1. ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»:
2. Формирование у школьников знаний о здоровом образе жизни и привитие навыков ответственного отношения к нему, профилактика вредных привычек.
3. Продемонстрировать многогранную природу здоровья.
4. Содействовать сохранению здоровья каждого школьника.
5. Сформировать основания для критического мышления по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленным на сохранения здоровья.
6. Обеспечить учащихся необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.
7. Создать методические и технологические основания для моделирования различных видов деятельности, направленных на укрепление здоровья в школе, а также на изменение всего уклада школы с пользой для здоровья каждого школьника и работника школы.
8. Расширить и разнообразить взаимодействия школы, родителей и общества в контексте укрепления здоровья.
9. ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ И СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ В ШКОЛЕ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»:
10. задачи:

* поиск здоровьесберегающих оптимальных режимов учебно- воспитательной работы;
* валеологический анализ уроков;
* разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствование здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания, адекватных возможностей детей;
* содействие гармоничному развитию детей путем профилактики и коррекции возможных отклонений физического состояния и здоровья на каждом возрастном этапе;
* вооружение педагогов необходимыми знаниями в области здоровья;
* оказание педагогам конкретной помощи в изучении физиологических возможностей организма детей, определении уровня физического развития, соответствия биологического возраста паспортному, ведение наблюдений за ростом и развитием ребенка;
* пропаганда среди родителей, педагогов и детей основ здорового образа жизни.

1. направления:

* научные, изучающие закономерности роста и развития, формирования личности ребенка с целью разработки способов, средств и методов применения валеологических знаний в условиях учреждений системы образования;
* прикладные, осуществляющие научно-методическое обеспечение всего процесса обучения и воспитания. Направление предполагает подготовку кадров педагогических, ориентированных на ЗОЖ, создание учебных пособий, методических рекомендаций;
* практические (работа с детьми, родителями, педагогами ОУ в рамках программы).

1. виды деятельности: диагностика, развитие, профилактика и коррекция, консультирование.
   1. диагностическая деятельность.

* диагностический мониторинг физического состояния, гармоничности развития, физической подготовленности и работоспособности детей, контроль за состоянием функций опорно-двигательного аппарата и органа зрения;
* диагностика готовности ребенка к поступлению в школу с выявлением степени зрелости ребенка;
* диагностика состояния адаптационных механизмов, предупреждение психосоматической дезадаптации;
* контроль за сбалансированностью питания;
* мониторинг причин, влияющих на ухудшение состояние здоровья и нарушение гармоничности физического развития.
  1. Развивающая деятельность ориентирована на оказание помощи педагогическому коллективу в осуществлении индивидуального подхода в обучении и воспитании детей, развитии их способностей и склонностей.
  2. Профилактическая и коррекционная деятельность определяется необходимостью формирования у педагогов и детей потребности в знаниях о здоровом образе жизни, желания использовать их в работе с ребенком, а также своевременным предупреждением и устранением возможных отклонений в состоянии здоровья и физического развития, обусловленных неумелым обучением и воспитанием. Профилактическая и коррекционная работа проводится как с отдельными детьми, педагогами, так и с их группами. В процессе профилактической и коррекционной работы осуществляются следующие мероприятия:
* прием детей в первые классы, диагностика физиолого-гигиенической готовности степень биологической зрелости с целью раннего выявления возможных отклонений в состоянии здоровья;
* разработка комплекса развивающих, профилактических и коррекционных упражнений для занятий с детьми. Индивидуальная работа с родителями и детьми с целью их улучшения адаптации, высокой работоспособности и обеспечения нормального развития с учетом индивидуальной готовности ребенка к обучению на каждом переходном этапе.
  1. Консультационная деятельность ориентирована на повышение валеологической культуры педагогов и родителей; расширение кругозора по вопросам ЗОЖ.

В основу процесса формирования культуры здорового и безопасного образа жизни мы положили правило: лучше знать и уметь меньше, чем иметь поверхностные сведения по многим вопросам, связанным с совершенствованием здоровья. В данной программе мы выделили 3 направления: «Я и моё здоровье», «Пути- дороги в мир здоровья», «Опасно- безопасно».

*Цель направления «Я и моё здоровье»-* формирование представлений у детей о нравственном аспекте здоровья, приобщение к валеологической культуре, культуре здорового образа жизни; совершенствовать навыки гигиенического поведения на базе усвоения элементарных анатомо - физиологических сведений.

Задачи- сформировать представление о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье; формировать отрицательное отношение к употреблению алкоголя, к курению; знакомить с профилактикой некоторых заболеваний.

*Цель направления « Опасно-безопасно»-*профилактика детского травматизма на улице, в быту, в природе;.

задачи- сформировать умения дисциплинированного поведения на улицах и дорогах; воспитывать ответственность за свою жизнь; предупреждать детский дорожно- транспортный травматизм; углублять знания о ТБ; закреплять навыки безопасного поведения в природе, в быту.

*Цель направления «Пути- дороги в мир здоровья»-* становление здорового стиля жизни детей, формирование у них валеологической культуры, развитие здравотворчества.

Задачи- расширять знания о способах сохранения здоровья; способствовать приобретению навыков закаливания; воспитывать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями; обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки; сформировать представление о правильном питании, режиме дня; научить выполнять правила личной гигиены.

1. ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗОЖ:

*1 этап*- анализ состояния и планирование работы ОУ:

* организация режима дня, нагрузки детей, физкультурно-оздоровительная работа, рациональное питание, профилактика вредных привычек;
* организация просветительской работы ОУ с учащимися и родителями;

*2 этап-* организация работы ОУ:

* внедрение в систему работы дополнительных образовательных программ;
* лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактике вредных привычек;
* проведение дней здоровья, конкурсов, праздников, направленных на пропаганду ЗОЖ;
* привлечение педагогов, мед. работников, психологов и родителей к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

формирование культуры здорового и безопасного образа жизни

просветительская работа с родителями

реализация дополнительных образовательных программ

эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы

рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся

здоровьесберегающая инфракструктура

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Направления реализации программы | | | |
| Оптимизация  учебно-воспитательного  процесса |  | | Оздоровительные  мероприятия |
| Повышение  двигательной  активности  учащихся | | Валеологическое  просвещение  участников  образовательного  процесса | |

1. МЕРОПРИЯТИЯ:

I. Организационно-педагогические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Мероприятия | Сроки | Ответст­венные |
| 1. | Создание условий для успешной адаптации учащихся первых классов ( 5-дневная учебная неделя, организация облегчённого учебного дня, использование ступенчатого режима обучения (сентябрь, октябрь -3 урока по 35 минут, со 2 четверти 4 по 35 минут, обучение бального оценивания, динамические паузы). | В течение учебного года | Заместитель директора по УВР |
| 2. | Реализация программы психолого-педагогического сопровождения «Преемственность в обучении между начальной и основной школой» (5 классы) | В течение учебного года | Заместитель директора по УВР |
| 3. | Работа школьного ПМПК по разработке совместных психолого – педагогических мероприятий по сопровождению учащихся. | В течение учебного года (по графику) | Зам.директора по УВР |
| 4. | Создание специальных условий для детей – инвалидов, учащихся, нуждающихся в индивидуальном обучении на дому | В течение учебного года | Зам.директора по УВР |
| 5. | Разработка цикла лекций и методических рекомендаций по про­блемам здоровья школьников и профилактике детского травма­тизма; систематизация материалов по здоровьесбережению, пропаганде ЗОЖ | Ноябрь 2010 г. | Руководитель МО учителей начальных классов |
| 6. | Обучение работников и учащихся школы правилам пожарной безопасности, безопасного поведения; проведение соответствующих тренировок. | 1 раз в месяц | Инженер по ОТ и ТБ |
| 7. | Изучение вопросов здоровьесбережения на совещании при зам. директоре УВР:  «Гигиенические условия обеспечения учебного процесса»  «Об организации адаптационного периода учащихся 1,5 классов» | ежегодно  сентябрь-октябрь | Зам. директора по УВР |
| 8. | Анализ результатов медицинского осмотра и их учёт в организации образовательного процесса. | Ежегодно январь | Зам.директора по УВР |
| 9. | Проведение бесед медицинскими работниками для пропаганды здорового образа жизни с учащимися, учителями, техническими работниками, работниками столовой; выпуск санитарных бюллетеней | 1 раз в месяц | Медицинские работники |
| 10. | Создание банка данных детей  с пониженной остротой зрения;  освобожденных от занятий физической культурой;  специальной медицинской группы;  подготовительной группы | 1 раз в четверть | Зам.директора по ВР |

II. Санитарно-гигиенические мероприятия.

Основные задачи:

1. Укрепление материально-технической базы образовательного учреждения с целью профи­лактики и укрепления здоровья детей.

2. Создание оптимального режима функционирования образовательного учреждения.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки | Ответствен  ные |
| 1 | Пополнение образовательного учреждения необходимым ме­дицинским и спортивным оборудованием, ростовой учени­ческой мебелью | 2011-2012 | Администра­ция |
| 2 | Осуществление ремонта спортивных залов, площадок, тренажерного зала | Постоянно к началу учебного года | Администра­ция |
| 3 | Осуществление контроля за составлением расписания уроков в целях упо­рядочения учебной нагрузки школьников | Постоянно | Администра­ция |
| 4 | Осуществление своевременной замены перегоревших ламп | Постоянно | завхоз |
| 5 | Смотр - конкурс учебных кабинетов | 1 раз в год | Аттестацион­ная комиссия |
| 6 | Организация контроля за температурным режимом, освещенностью, эргономичностью оборудования, за санитарным состоянием и содержанием школы | Постоянно | завхоз, комиссия по охране труда |
| 7 | Организация контроля за медицинским обслуживанием учащихся | Постоянно | Администра  ция |

III. Общеоздоровительные мероприятия.

Основные задачи:

* сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
* научить обучающихся делать осознанный выбор поступ­ков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
* научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно под­держивать своё здоровье;
* сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
* сформировать представление о рациональной организа­ции режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
* дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболе­вания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
* дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных иг­рах;
* обучить элементарным навыкам эмоциональной разгруз­ки (релаксации);
* сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
* сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
* сформировать потребность ребёнка безбоязненно обра­щаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и
* развития.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Мероприятия | Сроки | Ответст­венные |
|  | Деятельность педагогов по профилактике заболеваний и по привитию навыков личной гигиены, формированию ценностей здоровья и здорового образа жизни (Изучение соответствующих разделов курсов «Окружающий мир», «Технология», «Физическая культура», «Изобразительное искусство». | В соответствии с календарно-тематическим планированием | Учителя начальных классов,  Руководители кружков, педагоги дополнительного образования |
|  | Физкультурные минутки, гимнастика для глаз (1-4 классы) | Каждый урок | Учителя начальных классов |
|  | Анализ изменений в состоянии здоровья, сравнительная оценка интегративных показателей здоровья учащихся | Постоянно  в конце года | Медицинская служба |
|  | Диспансерное обследование детей школы | По графику  постоянно | Медицинская служба |
|  | Организация рационального сбалансированного питания, обогащенного витаминами | В течение учебного года | Медицинская служба, работники столовой |
|  | Организация мероприятий (родительских собраний, классных часов) с участием узких специалистов: врачей-наркологов, специалистов центра «Доверие» и др. | 1 раз в четверть | Социальные  педагоги |
|  | Организация подвижных игр на переменах | Ежедневно | Дежурный учитель  (по графику) |
|  | Деятельность педагогов по профилактике заболеваний и по привитию навыков личной гигиены, формированию ценностей здоровья и здорового образа жизни (классные часы, внеклассные мероприятия) | Постоянно | Классные руководители, педагоги – организаторы. |
|  | Организация физкультурного досуга детей и родителей:  «Традиции моей семьи»  «Мама, папа, я – спортивная семья»  «Весёлые старты» | Ежегодно  ноябрь,  январь | Учитель физической культуры |
|  | Проведение «Дней здоровья» | Ежегодно один раз в четверть | Заместитель директора по ВР |
|  | Организация консультативной помощи родителям по во­просам физического воспитания и оздоровления детей | Постоянно | Медицинские работники |
|  | Оформление тематических стендов | В течение года | Медицинские работники, учителя физической культуры |
|  | Проведение классных часов:  «Здоровье-главное богатство»,  «В гостях у Мойдодыра»,  «Полезные привычки-наши друзья»,  «Приятного аппетита» | В соответствии с планом воспитательной работы | Классные руководители |
|  | Школа здоровья  (система бесед просмотр учебных фильмов, тренинговые занятия во время группы продленного дня)  Основы личной безопасности и профилактика травматизма.  Правильное обращение с лекарственными препаратами.  Предупреждение злоупотребление ПАВ | В соответствии с планом воспитательной работы группы продленного дня | Воспитатели в группе продленного дня |
|  | Динамические паузы в середине учебного дня  (1 классы), прогулки на свежем воздухе (в рамках группы продленного дня, 1-4 классы) | Ежедневно | Учителя начальных классов, воспитатели в группе продленного дня |

IV. Внутришкольный контроль

Цель: проверка обеспечения здоровых и безопасных условий образовательного процесса

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема контроля | Сроки контроля | Цель проверки | Ответственные |
| 1. | Рейд по профилактике травматизма учащихся на перемене | Ежегодно | Обеспечение безопасности жизнедеятельности учащихся. |  |
| 2 | Организация питания детей; гигиена питания | Ежегодно  сентябрь | Изучение деятельности школьной столовой по организации необходимых условий организации питания учащихся | Заместитель директора по ВР |
| 3. | Организация адаптационного периода в 1-х классах | Ежегодно  октябрь | Анализ адаптации уч-ся 1-х классов, выявление соблюдения требований СанПин | Заместитель директора по УВР |
| 4. | Экспертиза расписаний учебных занятий | Ежегодно  сентябрь,  январь | Изучение соответствия учебной нагрузки и режима занятий Уставу школы, нормам СанПин | Заместитель директора по УВР |
| 5. | Дежурство педагогических работников и учащихся во время учебно – воспитательного процесса. | Ежегодно  октябрь | Обеспечение безопасности жизнедеятельности учащихся |  |
| 6. | Работа учителя физической культуры | Ежегодно  Октябрь | Профилактика травматизма учащихся на уроке, выполнение правил техники безопасности |  |
| 7. | Работы в группах продленного дня | Ежегодно  февраль | Анализ работы воспитателя ГПД, направленный на сохранение здоровья учащихся | Заместитель директора по УВР |
| 8. | Работа заведующих кабинетами начальной школы | Ежегодно  апрель | Проверка состояния уголков по ТБ и ПБ, наличие инструкций по охране труда в кабинетах |  |
| 9. | Рейд по проверке размещения учащихся с ослабленным зрением в учебных кабинетах | Ежегодно  январь | Выявление соблюдения учителями, учащимися рекомендаций врачей | Заместитель директора по ВР |

1. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ:

Цель: оказание помощи родителям в вопросах воспитания, обучения и развития учащихся.

1.Работа с родителями педагогов – психологов:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Тематика родительских собраний | Форма проведения | Классы | Сроки | Ответственный |
| «Адаптация детей к школе. Социальный статус ребенка в семье, школе, обществе». | Круглый стол | 1 классы | Ежегодно  до 15.09 | Психолог школы |
| Родительское собрание для родителей дезадаптированных детей.  Рекомендации. Психологическое сопровождение | Беседа | 1 классы | Ежегодно  до 15.11 | Психолог школы |

В рамках психодиагностического направления работы психологами планируется увеличить охват родителей, включенных в диагностические исследования. Особое внимание уделить работе с родителями учащихся «группы риска».

В процессе выполнения психологической диагностики акцентировать внимание на:

- определении индивидуальных особенностей личности родителей;

- определении стиля семейного воспитания;

- выявлении потенциальных возможностей в процессе обучения и воспитания детей.

2. Работа социальных педагогов с родителями:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Тематика родительских собраний | Форма проведения | Классы | Сроки | Ответственный |
| Устав школы. Права и обязанности родителей. | Лекция | 1-4 классы | Ежегодно  сентябрь | Социальный педагог |
| Детская агрессивность: причины, профилактика. | Беседа | 1-4 классы | Ежегодно  ноябрь | . Социальный педагог |
| Собрание «Знать, чтобы понять, уберечь и помочь» | Лекция | 1-4 классы | Ежегодно  декабрь | Заместитель директора по ВР. |
| Научно-технический прогресс и его влияние на здоровье детей. | Лекция |  | Ежегодно  февраль | Социальный педагог |
| Сила личного примера. | Семинар |  | Ежегодно  март | Социальный педагог |
| Советы родителям по организации летнего отдыха и досуга детей. | . Беседа |  | Ежегодно  май | Социальный педагог |

1. Работа классных руководителей с родителями:

|  |  |
| --- | --- |
| Мероприятия | Сроки |
| 1.Родительское собрание | 1 раз в четверть |
| Индивидуальные консультации для родителей. | 1 раз в неделю |
| Беседы с родителями по определённой проблеме. | в течение учебного года |
| Посещение учащихся на дому. | в течение учебного года |

4. Работа администрации школы по вопросам просвещения и оказания помощи родителям:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Мероприятия | Месяц | Цель | Ответственный |
| 2. | Совет профилактики | Постоянно | Привлечение родителей к учебно – воспитательному процессу | Зам.директора по ВР |
| 3. | Заседание ПМПК | Заместитель директора по УВР |
| 4. | Работа телефонной линии социально – психологической помощи | Постоянно | Оказание методической и консультационной помощи | Социально – психологическая служба |

1. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ФАП:
2. Оказание своевременной и целенаправленной медицинской помощи;
3. Раннее выявление отклонений в состоянии здоровья;
4. Повышение эффективности психологической поддержки;

В связи с данными задачами, необходимо иметь следующие показатели:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Учебный год | Кол-во уч-ся | число заболеваний | Кол-во дней,  Пропущенных, по болезни | кол-во переболевших уч-ся | Кол-во уч-ся, наблюд. узкими спец-ми | Инфекц. заболевания | травматизм | Нарушение зрения | Физическое развитие | Нарушение осанки | Риск форм. зависимости |
| 2011-2012 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2012-2013 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2013-2014 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2014-2015 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2015-2016 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ ЧЕРЕЗ ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ.

Для решения данной проблемы необходимо:

* не нарушая финансовой сметы, оптимизировать рацион питания исходя из возможностей школы (овощи с пришкольного участка);
* витаминизация блюд;
* выдерживать режим питания школьников;
* контролировать процесс приготовления пищи;
* при идеальной чистоте выдерживать эстетику столовой;
* информировать детей о правильном питании в домашних условиях

11.ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ ПРИОБРЕТЕНИЯ:

|  |  |
| --- | --- |
| Прогнозируемые приобретения | |
| знания | Умения |
| Ценностное отношение к здоровью всех участников педагогического процесса;  Факторы риска, правильное дыхание, рациональное питание, функции основных органов;  Культура ЗОЖ, здоровье как ценность, правила ухода за больными, иммунитет, его значение для здоровья;  Алкоголь и табак- разрушители здоровья, влияние алкоголя и табака на различные органы, профилактика заболеваний;  Закаливание и его виды, правила выполнения основных закаливающих процедур;  Физические упражнения и здоровье, физическая нагрузка, виды спорта, спортивные игры, сила духа;  Собственная безопасность, безопасность жизнедеятельности, компьютерная безопасность, гигиенические требования к просмотру телевизора, пожарная безопасность, знания о ТБ; | Рассказать о факторах риска, правильно дышать, выполнять естественные упражнения для дыхания, соблюдать режим дня и культуру питания;  Заботиться о своём здоровье, здоровье окружающих, выполнять правила ухода за больными;  Рассказать о вреде алкоголя и курения для здоровья, противостоять предложениям приобщиться к вредным привычкам, выполнять правила профилактики заболеваний;  Под контролем взрослых выполнять основные закаливающие процедуры;  Организовать подвижную перемену, самостоятельно тренироваться, выполнять простейшие элементы спортивных игр, снимать эмоциональное физическое напряжение;  Предвидеть и предупреждать опасность, действовать в быстро меняющейся обстановке (переходить улицу и др.), соблюдать ТБ при работе с ПК, следовать правилам пожарной безопасности, оказывать первую помощь при травмах. |

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ» НА 2011-2012 УЧ.ГОД

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| дата | мероприятия | ответственные |
| сентябрь | Увеличение охвата горячим питанием до 100% | Директор,  кл. руководители |
| В течении года | Витаминизация блюд | Иванова А.Р.,  администрация |
| август | Медосмотр учащихся 1 класса | Толстокулакова Т.П. |
| В течении года | Медосмотр учащихся 2-9 классов | Грива Н.В.,  Кл.руководители |
| сентябрь | Сбор овощей на пришкольном участке | Кл.руководители  5-9 классов |
| сентябрь | Переработка овощей | Иванова А.Р.,  Шерстянкина И.И. |
| сентябрь | Организация спортивной секции по волейболу | Эпова Е.В. |
| Август-сентябрь | Рациональная организация образовательного процесса (расписание уроков) | Владимирова Е.А. |
| В течении года | Организация уроков физической культуры с учетом мониторинга уровня физического здоровья и индивидуальных особенностей учащихся | Эпова Е.В. |
| В течении года | Ведение курса ОБЖ | Калашникова А.П. |
| В течении года | Организация и проведение соревнований | Эпова Е.В. |
| Сентябрь,  май | День Здоровья | Эпова Е.В.,  Кл. руководители |
| В течении года | Классные часы о здоровом образе жизни | Кл. руководители |
| февраль | Веселые старты | Эпова Е.В. |
| Май | «Безопасное колесо» | Калашникова А.П. |
| Май | Организация летнего отдыха учащихся | Директор,  Павлова Л.А. |
| В течении года | Организация динамических пауз на уроках | Учителя -предметники |
| В течении года | Организация досуга детей на переменах | Дежурный учитель по этажу |
| Октябрь,  апрель | Тренировочные занятия по эвакуации во время пожара | Директор,  Калашникова А.П. |
| В течении года | Организация бесед с фельдшером Грива Н.В. по профилактике зависимостей | Кл. руководители |
| 1 раз в полугодие | Организация родительских собраний о ЗОЖ | Владимирова Е.А. |