

ПРИНЯТА  
Педагогический совет  
Протокол № 11 от  
«26» июня 2019 г.



УТВЕРЖДЕНА  
Директор БМАОУ «Лицей № 7»  
Архипова Л.И.  
Приказ № 198 от 27 июня 2019 г.

**ПРОГРАММА**  
**проведения санитарно-гигиенических,**  
**профилактических и оздоровительных**  
**мероприятий, обучения и воспитания в сфере**  
**охраны здоровья граждан Российской Федерации**

г. Березовский, 2019 г.

## Концептуальная часть

### **1. Выбор, основание, актуальность проблемы**

Важным предназначением лица как социального института является передача не только знаний, жизненного опыта, но также создание здоровьесберегающей среды, как основного компонента качества образования, в которой в полной мере раскрывается личность ребенка, воспитывается культура здорового образа жизни. Быть здоровым – естественное желание человека. Здоровый человек добр, с оптимизмом смотрит на жизнь, он приятен окружающим, дарит радость близким. Он с удовольствием, а значит хорошо работает. При хорошем здоровье легче переносить любые тяготы жизни, при плохом – не радуется даже самая благоприятная обстановка.

#### **Портрет здорового ребенка – школьника.**

Это жизнерадостный, активный, доброжелательно относящийся к окружающим, любознательный ребенок. Развитие его физических (двигательных) качеств проходит гармонично. Он вынослив, достаточно быстр, ловок и силен. Режим его жизнедеятельности осуществляется в соответствии с индивидуальным биоритмологическим портретом с оптимальным соотношением периодов и спадов активности, бодрствования и сна. Неблагоприятные погодные факторы, резкая их смена ему не страшна, так как он закалён, его система терморегуляции хорошо натренирована к разнонаправленным температурным воздействиям, поэтому он не знает, что такое простуда. Благодаря рациональному питанию этот ребёнок не имеет лишней массы тела, у него есть все возможности для нормального гармоничного роста и развития. Благоприятные психологические условия в семье и в гимназии способствуют укреплению его психического здоровья. Поэтому комплексно-целевая программа "Здоровье" призвана создавать условия для целостного развития личности сохранения и укрепления ее физического и психологического здоровья как одного из важнейших факторов, определяющих успех самореализации выпускников гимназии в их самостоятельную жизнь.

**Актуальность разработки программы** подтверждается рядом проблем, которые необходимо решать или регулировать:

1. насыщенность учебных программ;
2. интенсификация труда обучающихся;
3. недостаточно сбалансированное питание учащихся на фоне 100% охвата питания;
4. необходимость систематического контроля соответствия системы обучения детей гигиеническим нормам;
5. возможность психологических стрессовых ситуаций по причине снижения экономического благополучия отдельных семей;
6. отставание материальной базы спортивных залов от современных требований.

Программа адресована заместителю директора по воспитательной работе, педагогам, педагогу-организатору, медицинскому персоналу, родителям, учащимся лица.

## ***2. Основные цели, задачи, основополагающие принципы построения программы***

### **Цель программы:**

Обеспечение комплекса условий для удовлетворения потребностей участников образовательного процесса в создании укрепляющей среды для работы и учёбы в стенах лицея, обеспечить равновесие между адаптивными возможностями организма и постоянно меняющейся средой, сформировать разумную систему потребностей, и в первую очередь, потребность в здоровом образе жизни, здоровье рассматривать как основу физического, психологического и социального благополучия.

### **Задачи программы:**

1. чёткое отслеживание санитарно-гигиенического состояния лицея;
2. внедрение современных методов мониторинга здоровья;
3. гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объёма домашних заданий и режима дня;
4. освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
5. планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся с учётом особенностей состояния их здоровья;
6. привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
7. участие в обобщении опыта, посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме;
8. формирование у школьников устойчивого интереса к потребности в регулярных занятиях физической культуры и спортом;
9. реализация системы просветительской работы с учениками по формированию у учащихся культуры отношения к своему здоровью;
10. укрепление материально-технической базы гимназии.

### **Основополагающие принципы построения программы**

1. Развитие интереса и потребностей к двигательной и познавательной активности учащихся.
2. Единство физического и психического развития.
3. Принцип наглядности.
4. Принцип целостности человека, его психосоматического, социокультурного единства. При этом приоритетными компонентами деятельности должны выступать самореализация, саморазвитие и творчество, находящиеся в гармонии с двигательной активностью человека.
5. Принцип непрерывности физического воспитания и образования личности на всех этапах жизнедеятельности.
6. Принцип дифференцированного подхода к организации мероприятий по развитию физической культуры.
7. Учёт возрастно-половых особенностей учащихся в содержании учебного материала.

### ***3. Механизм реализации программы.***

I этап. Подготовительный.

Разработка программы во всех ее элементах.

II этап. Внедренческий.

1. Обсуждение на педагогическом совете.
2. Создание и совершенствование нормативно-правовой базы по вопросу.

III этап. Апробационный.

Предполагается реализация основных мероприятий;

1. создание системы работы по ЗОЖ;
2. внедрение передовых здоровьесберегающих технологий;
3. обобщение опыта.

IV этап. Оценочный.

Педагогический мониторинг эффективности программы;

1. анализ выполнения программы;
2. определение перспектив дальнейшей деятельности, постановка новых задач.

### ***4. Прогнозируемая модель личности ученика***

1. Физически, нравственно, духовно здоровая личность.
2. Образованная, адаптированная к условиям социума.
3. Осознание необходимости здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности благополучного существования человека.
4. Правильная организация своей жизнедеятельности.
5. Стойкий интерес к познавательной и двигательной деятельности.
6. Устойчивый интерес к регулярным занятиям физическими упражнениями, спортом.
7. Потребность в самостоятельной двигательной активности.
8. Самоконтроль, личностное саморазвитие.
9. Творческая продуктивность.

### ***5. Ожидаемые конечные результаты программы***

1. Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья учащихся, снижение количества наиболее часто встречающихся в школе заболеваний.
2. Повышение функциональных возможностей организма учащихся.
3. Рост уровня физического развития школьников.
4. Повышение приоритета здорового образа жизни.
5. Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.
6. Повышение уровня самостоятельности и активности школьников в двигательной деятельности.
7. Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья школьников.
8. Поддержка родителями деятельности гимназии по воспитанию здоровых детей.

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

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



Схема работы:



### **I. Санитарно-гигиенические мероприятия**

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1	Поддержание санитарно-гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели)	В течение года	Администрация, школьный врач,  учителя-предметники
2	Рациональное расписание уроков, не допускающих перегрузок. Утверждение расписания учебных,	Сентябрь,	Зам.директора по УВР

	факультативных, индивидуальных, дополнительных занятий, кружков и секций	январь	
4	Смотр кабинетов; их соответствие требованиям (санитарно-гигиеническим, эстетическим)	В течение года	Администрация, зав.кабинетами
5	Работа школьной психологической службы по профилактике неэффективных методов обучения и воспитания обучающихся	В течение года	Психолог
6	Организация группы продленного дня в 1 классах	В течение года	Воспитатели ГПД
7	Педконсилиум о преемственности между начальным и средним звеном	Август	Зам. директора по УВР, кл. руководители 5 классов
8	Педсовет «Преемственность между начальными классами и средним звеном. Адаптация пятиклассников: подведение итогов»	Январь	Зам. директора по УВР
9	Малый педсовет « Адаптация десятиклассников»	Январь	Зам. директра по УВР, кл.рук.10 классов
10	Психологический практикум «Школа эффективного учителя»	В течение года	Психолог
11	Оформление документов на предоставление щадящего режима обучающимся с ослабленным здоровьем на итоговой аттестации	Март	Зам. директора по УВР
12	Социальное исследование поведенческих рисков, несущих угрозу жизни и здоровью среди старшеклассников (9-11 кл)	январь	Зам.директора по ВР
13	Реализация программы здоровья в курсе ОБЖ, биологии, химии, физики, физкультуры	В течение года	Учителя-предметники
14	Организация оздоровительной кампании Организация детского оздоровительного лагеря в школе	Май Август	Зам.директра по ВР, нач.лагеря
15	Организация обучения детей на дому по заключению	В течение	Зам.директора по

	КЭК	года	УВР
16	Педсовет по преемственности между ДДОУ и ОУ (начальные классы)	1 этап- февраль  2 этап- апрель	Зам.директора по УВР  учителя начальных классов,  психолог,  логопед

## II. Профилактические мероприятия

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1	Медосмотр учащихся 1, 4, 9, 11 классов	По графику	Школьный врач
2	Медосмотр юношей призывного возраста	Февраль	Школьный врач
3	Состояние здоровья обучающихся. Заполнение листа здоровья в классном журнале.	Сентябрь	Школьный врач
4	Проведение профилактических прививок	В течение года	Школьный врач
5	Профилактическая работа во время эпидемий	В течение года	Школьный врач
6	Организация горячего питания	В течение года	Администрация лицея, зав. производством
7	Оздоровительная работа с детьми в летний период	Май - август	Зам.директора по ВР
8	Организация мероприятий в рамках Всероссийского дня здоровья детей	7 апреля	Зам.директора по ВР,  школьный врач
9	Организация работы по ПДД:  -тематическое планирование занятий по ПДД в 1-11 классах;	В течение года	Зам.директора по ВР, организатор ОБЖ

	- проведение занятий по ПДД в 1-11 классах; - Путешествие в страну дорожных знаков (1-4 кл)		
10	Психологический тренинг «Как успешно сдать экзамен»	Апрель	Психолог
11	Дополнительные каникулы в 1-х классах	Февраль	Зам.директора по УВР
12	Организация физкультминуток на уроках	В течение года	учителя-предметники
13	Организация динамической паузы на переменах для учащихся 1-4 классов	В течение года	Уч.нач классов

### III. Физкультурно - массовая оздоровительная работа

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1	Анализ занятости обучающихся физкультурой и спортом: - определение группы здоровья; - занятость в спортивных секциях	Сентябрь Январь Май	Школьный врач, учителя физкультуры
2	Работа спортивных секций	В течение года	Учителя физкультуры
3	Спортивные игры по графику	В течение года	Учителя физкультуры
4	День здоровья	Сентябрь	учителя физкультуры
5	Неделя физкультуры	Ноябрь	учителя физкультуры
6	Спортивный праздник «Школьная спартакиада»: - комбинированная эстафета (8-9 классы); - «Веселые старты» (10, 11 классы, учителя, родители)	Сентябрь	Зам.директора по ВР, учителя физкультуры
7	Организация физкультминуток на уроках, динамических пауз В 1-4 классах, подвижных прогулок ГПД	В течение года	Учителя-предметники Воспитатели ГПД Учителя физкультуры
8	Организация походов и экскурсий	В течение года	Классные руководители



#### IV. Гигиеническое, санитарно-просветительное воспитание обучающихся, родителей

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1	Организация лектория для обучающихся, учителей, родителей по пропаганде ЗОЖ	В течение года	Кл. рук. 1-11 классов, школьный врач
2	Работа выставки книг, периодической печати по ЗОЖ, профилактике ПАВ	В течение года	Зав.библиотечным центром
3	Психолого-педагогическое консультирование учителей и родителей первоклассников по адаптации в учебной среде	Сентябрь	Психолог
4	Оформление информационных стендов: - расписание уроков, индивидуальных, факультативных занятий, кружков; - Уголка здоровья; - Уголка ТБ, ПДД, ППБ; - «Школы безопасности»	Сентябрь	Зам.директора по УВР, школьный врач, руководитель ОБЖ
5	Размещение информации по ЗОЖ для обучающихся и родителей на сайте лицея	1 раз в четверть	Администрация лицея
6	Родительские собрания: 1. «Новый предмет, требования учителей, особенности домашнего задания, помощь ребенку» 2. Возрастные особенности учащихся. 3. Адаптация первоклассников, пятиклассников. 4. Методы психического и физического давления на детей: мера ответственности взрослых. 5. Ознакомление родителей с приказом по школе «Об организации летней оздоровительной кампании». Опасности лета: как предотвратить летние травмы 6 Пропаганда здорового образа жизни	1 раз в четверть	Зам. директора по ВР, кл. руководители, психолог
7	Анкетирование обучающихся и родителей 1, 5, 10 классов	Сентябрь	Психолог
8	Рейд по проверке режима дня обучающихся 5-8, 9-11 классов  Рейд по проверке режима дня обучающихся «группы риска»	1 раз в четверть	Кл. руководители  инспектор ПДН, Зам.директора по ВР
9	Психологический лекторий для родителей «Психологическое здоровье обучающихся»	В течение года	Психолог

10	Психологическое консультирование родителей по адаптации детей в начальном и среднем звене	В течение года	Психолог
11	Психологический лекторий «Акцентуация характера подростков»	В течение года	Психолог
12	Социально-психологическое тестирование, направленное на раннее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ.	Февраль-апрель	Зам.директора по ВР
13	Инструктаж кл. руководителей, учащихся по ТБ, ПДД, ППБ, о мерах безопасности обучающихся на улицах, дома, водоемах.	В течение года	Зам.директора по ВР кл.руководители
14	Социологическое исследование поведенческих рисков, несущих угрозу жизни и здоровью подростков 8-9, 10-11 кл	Ноябрь Декабрь	Зам.директора по ВР
15	Оказание помощи по защите прав обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации	В течение года	Зам.директора по ВР
16	Санитарно-просветительская работа	В течение года	Школьный врач