

Рассмотрено  
на заседании педагогического совета  
МАОУ СОШ № 11  
Протокол от 28.08.2015г. №1

Утверждаю  
Директор МАОУ СОШ №11  
*Мещеряков* Л.В.Пешкова  
Приказ от 01.09.2015г. №339



## Программа «ЗДОРОВЬЕ»

---

## **1. Цели и задачи программы:**

Основная цель - сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

### **Основные задачи:**

- снижение уровня заболеваемости обучающихся;
- соблюдение санитарно – гигиенических и валеологических требований на занятиях;
- формирование у педагогов, обучающихся и родителей здорового образа жизни;
- формирование системы спортивно-оздоровительной работы;
- отработка механизмов совместной работы всех заинтересованных служб, направленных на сохранение и укрепление здоровья обучающихся; активное участие во всех оздоровительных акциях и проектах.

## **2. Краткое обоснование создания программы.**

Здоровье в нашем понимании этого слова лежит в основе благополучия любого человека. Только здоровый человек может в полной мере стать творцом своей судьбы, добиться определенных успехов в карьере и личной жизни, продуктивно проводить свой досуг, быть созидателем в окружающем мире.

Статистические данные за последние 3 года показывают высокую заболеваемость детского населения. Анализ показал, что это обусловлено ухудшением социально-экономической обстановки, обострением проблем рационального питания, снижением уровня здоровья родителей и детей, наследственностью. У обучающихся и их родителей не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни.

## **3. Прогноз результатов работы по реализации программы.**

В работе по сохранению и укреплению здоровья обучающихся примут участие педагогический коллектив школы, заместители директора по учебно-воспитательной работе, медицинский работник, педагог-психолог, социальные педагоги, учителя биологии, химии, физической культуры и родители.

В результате совместной работы названных служб ожидается:

- постепенное снижение уровня заболеваемости детей школьного возраста;
- дальнейшая разработка и соблюдение санитарно – гигиенических и валеологических требований на занятиях;
- улучшение организации питания обучающихся и более широкий охват горячим 2-х и 3-х разовым питанием в школе.

#### 4. Перечень направлений работы:

- организация 2-х и 3-х разового рационального питания;
- участие детей 1 - 4 классов в проекте «Школьное молоко»;
- работа с педагогическими кадрами по изучению и применению на уроках здоровьесберегающих технологий;
- методическое обеспечение образовательного процесса по здоровьесбережению;
- работа с семьей по здоровьесбережению;
- работа с детскими организациями по здоровьесбережению;
- проведение тематического досуга;
- проведение массовых мероприятий;
- подготовка физоргов для проведения различных комплексов физических упражнений во время утренней гимнастики и на уроках во время физминуток;
- пропаганда здорового образа жизни;
- взаимодействие с другими спортивными организациями по сохранению и укреплению здоровья учащихся и работников с ФОК «Дельфин», «Альбатрос»
- формирование системы спортивно-оздоровительной работы;
- контроль над выполнением мероприятий по укреплению и сохранению здоровья обучающихся;
- проведение игр, способствующих реализации целей данной программы;
- проект «Школьное молоко»;
- проект «Дышим чистым воздухом»;
- проект «Чистая вода - здоровые дети»;
- проект «Километры здоровья»;
- проект по выращиванию полезных растений «Обыкновенное чудо-герань»;
- проект «Правильная мебель - гордая осанка»;
- проект «В здоровом теле – здоровый дух» (занятия в кружке аэробики, танцевальной студии и спортивных секциях);
- проект «Наш микрорайон - сиреневый сад» (высадка кустов сирени);
- акция «Витамины пить – здоровье крепить»;
- акция «Мазь в нос – ОРЗ прочь»;
- участие в акции «Всем лапкам по тапкам».

#### 5. План мероприятий по реализации направлений программы «Здоровье» .

##### 1. Диагностика, коррекция и развитие обучающихся.

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Диспансеризация учащихся врачами районной поликлиники.	по плану	медицинские работники
2.	Анализ заболеваемости учащихся, учет учащихся по группам здоровья.	октябрь-ноябрь	зам. директора, фельдшер
3.	Мониторинг состояния здоровья обучающихся.	в течение года	зам директора, кл.руководители

4.	Организация специальной группы для занятий физической культурой.	сентябрь	администрация, учитель физкультуры, фельдшер, кл.руководители
5.	Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья.	октябрь	врачи ЦМП, учитель физкультуры
6.	Проведение утренней зарядки.	ежедневно	учителя-предметники
7.	Проведение подвижных перемен на свежем воздухе.	ежедневно	кл. руководители
8.	Проведение на уроках специальной гимнастики на исправление осанки, гимнастики для снятия утомления глаз учащихся	постоянно	учителя-предметники

## 2. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса.

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Поддержание в классе надлежащих санитарно-гигиенических условий.	постоянно	кл. руководители, совет по здоровью, учителя-предметники
2.	Соблюдение воздушного и светового режима в школе.	постоянно	кл. руководители, учителя – предметники, зам. дир. по АХР
3.	Регулярное проведение объектовых тренировок.	по графику	директор, начальник штаба ГО школы
4.	Оформление листков здоровья в классных журналах, оформление паспортов здоровья.	сентябрь	кл руководители, фельдшер
5.	Организация горячего 2-х и 3-х разового питания в школьной столовой.	в течение учебного года	директор, зам. директора по УВР

6.	Обеспечение бесплатным горячим питанием нуждающихся обучающихся.	в течение учебного года	директор школы
7.	Проведение динамических пауз в 1-х классах.	постоянно	учителя начальных классов
8.	Проведение подвижных игр на свежем воздухе.	постоянно	учителя начальных классов
9.	Участие в проекте «Правильная мебель - гордая осанка».	постоянно	кл. руководители, совет по здоровью
10.	Составление графика работы спортивных секций и спортивного зала.	сентябрь	зам. директора по УВР
11.	Выпуск плакатов «За здоровый образ жизни».	декабрь	кл. руководители
12.	Участие в проекте «Обыкновенное чудо-герань».	февраль-август	совет по здоровью, кл. руководители
13.	Обеспечение требований ТБ во время ремонта школы и трудовой практики учащихся.	в летний период	начальник лагеря, кл. руководители
14.	Участие в проекте «Школьное молоко».	весь учебный год	кл. руководители
15.	Участие в проекте «Километры здоровья».	постоянно	совет по здоровью
16.	Участие в акции «Витамины пить – здоровье крепить».	постоянно	классный родительский комитет
17.	Участие в акции «Мазь в нос ОРЗ прочь!».	постоянно	классные руководители
18.	Участие в акции «Чистая вода – здоровые дети».	постоянно	родительский комитет
19.	Участие в акции «Всем лапкам по тапкам».	постоянно	родительский комитет

### 3. Инструктивно-методическая и учебно-воспитательная работа

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Организация рациональной работы с обучающимися, мотивированными на успешное обучение, путем участия в олимпиадах, предметных неделях, различных конкурсах с целью профилактики учебных перегрузок.	в течение года	зам. директора по УВР, руководители ШМО, совет по здоровью
2.	Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий.	в течение года	зам. директора по УВР, руководители ШМО, совет по здоровью
3.	Проведение классных часов и бесед ,включающих инструктажи по правилам дорожного движения.	по плану воспитательной работы	классные руководители
4.	Проведение тематических классных часов по здоровому образу жизни: «Личная гигиена»(1-4 классы) «Жить, побеждая зло»(5-8 классы). «Здоровье-богатство во все времена»(9-11 классы).	ноябрь январь февраль	классные руководители, совет по здоровью
5.	Проведение месячника: «За здоровый образ жизни».	апрель	заместитель директора по УВР, совет по здоровью
6.	Создание в библиотеке раздела методической литературы по проблеме здорового образа жизни.	сентябрь	библиотекарь
7.	Участие в проекте «В здоровом теле - здоровый дух».	весь уч. год	кл. руководители 1-5 классов, хореограф

8.	Организация круглых столов по обмену опытом в разработке эффективных форм и методов работы, направленных на оздоровление обучающихся.	март	зам.директора по УВР, кл. руководители
----	---	------	---

#### 4. Оздоровительно-профилактическая работа

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований на уроках, профилактики близорукости и сколиоза, режима проветривания кабинетов на переменах.	постоянно	учителя-предметники, администрация
2.	Контроль соблюдения режима дня учащимися.	постоянно	классные руководители
3.	Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок обучающимся.	по графику	школьный фельдшер
4.	Организация работы по пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся (лекции, беседы, вечера).	по отдельному плану	классные руководители, зам.директора по воспитательной работе
5.	Обучение школьников эффективным поведенческим стратегиям: умению решать жизненные проблемы, эффективно общаться, владеть своими эмоциями и т.д.	по плану	кл. руководители, социальные педагоги
6.	Оказание социальной поддержки подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	постоянно	кл. руководители, социальные педагоги

7.	Конкурс рисунков «Солнце, воздух и вода- наши лучшие друзья»(1-6 классы) Конкурс плакатов «О вреде табака, алкоголя и наркотиков»(7-8 классы) Конкурс газет о здоровом образе жизни(9-11 классы)	ноябрь-декабрь	классные руководители, зам. дир по воспитат. работе
8.	Проведение утренней зарядки, подвижных школьных перемен.	постоянно	дежурный учитель, кл. руководители
9.	Проведение физкультминуток на уроках.	ежедневно	учителя-предметники
10.	Проведение дней здоровья.	в четверть 1 раз	учителя ФЗК и ОБЖ
11.	Работа спортивных секций.	систематически	учителя ФЗК
12.	Проведение месячника по уборке школьной территории.	сентябрь май	кл.руководители
13.	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	май-сентябрь	кл.руководители, учителя-предметники, учитель биологии
14.	Организация летнего оздоровительного лагеря при школе	июнь	начальник ЛОЛ

### 5.Физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Мероприятия по внедрению Всероссийского Физкультурно-спортивного комплекса	в течение учебного года	зам.директора, кл.руководители, учителя ФЗК
2.	Подвижные игры на свежем воздухе.	ежедневно	кл.руководители
3.	Проведение дня здоровья.	в месяц 1 раз	учителя ФЗК
4.	Легкоатлетический кросс «Золотая осень».	сентябрь	учителя ФЗК

5.	Легкоатлетическая эстафета.	сентябрь	учителя ФЗК
6.	Соревнования по волейболу между классами.	декабрь	учителя ФЗК
7.	Эстафета «быстрее, сильнее, выше». Эстафета с участием учителей и учащихся 9-11 классов.	декабрь-январь	кл.руководители, учитель физкультуры
8.	Эстафета «Веселые старты».	февраль	учителя ФЗК
9.	Соревнование по баскетболу между классами	март	учителя ФЗК
10.	Соревнования по настольному теннису.	апрель	учителя ФЗК
11.	Соревнования между классами по футболу.	май	учителя ФЗК
12.	Соревнования между классами в проекте «Километры здоровья».	февраль-май	совет по здоровью
13.	Соревнования между классами по выращиванию полезных растений для кабинета.	февраль-май	кл.руководители, совет по здоровью
14.	Проведение мероприятий в рамках недели ФЗК и ОБЖ	октябрь	учителя ФЗК и ОБЖ
15.	Участие сборной команды в муниципальной спартакиаде школьников	в течение учебного года	учителя ФЗК

## 6. Работа по преодолению у обучающихся вредных привычек

№ п/п	Мероприятия	Дата	Ответственные
1.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска».	систематически	зам.директора, кл.руководители
2.	Тематические классные часы о вреде алкоголя, курения и употребления наркотиков.	по плану кл.руководителей	кл.руководители, учителя- предметники
3.	Оформление стендов «Хочу быть здоровым!», « Скажи наркотикам нет», «Береги здоровье смолоду».	декабрь	кл.руководители
4.	Встречи учащихся с работниками милиции, медицинскими работниками.	декабрь, апрель	администрация, кл.руководители
5.	Анкетирование учащихся по проблемам наркомании, алкоголизма, курения.	в течение года	педагог- психолог, кл.руководители

## 7. Работа с родителями

№ п/п	Содержание работы	Дата	Ответственные
1.	Включение в повестку родительских собраний выступлений по темам оздоровления учащихся.	январь апрель	кл.руководители, администрация
2.	Приглашения на родительские собрания медицинских работников ЦМП.	по плану	кл.руководители, медработники
3.	Организация индивидуальных консультаций для родителей по вопросам состояния здоровья детей.	в течение года	кл.руководители, педагог-психолог, социальный педагог
4.	Участие родителей в обеспечении акций «Витамины пить – здоровье крепить», «Всем лапкам по тапкам».	в течение года	родительский комитет
5.	Участие родителей в спортивно-оздоровительных мероприятиях	по плану	кл.руководители