

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 266
с углубленным изучением французского языка
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

Принято
Педагогическим советом

Протокол № 1
от «30» августа 2018 г.



Программа
«Здоровье в школе»
с 1.09.2018 по 31.08.2023

Составитель:
Социальный педагог Байдонова В.О

2018 год

Содержание

1. Нормативно-правовая и документальная основа программы
2. Аналитическое обоснование программы
3. Основные идеи программы
4. Определение стратегии программы
5. Анализ проблем и ресурсов образовательного учреждения
6. Основные направления деятельности и предполагаемые формы работы
7. План мероприятий по реализации программы «Здоровье в школе»
8. Ожидаемые результаты реализации программы

НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ И ДОКУМЕНТАЛЬНАЯ ОСНОВА ПРОГРАММЫ

- 1) О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях (Приказ Минздрава от 30 июня 1992 г. № 186/272)
- 2) О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения Федеральный закон от 30.03.1999 № 52-ФЗ
- 3) Примерное положение о центре содействия укреплению здоровья обучающихся, воспитанников образовательного учреждения Приказ № 1418 от 15 мая 2000г. МО РФ
- 4) О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию Федеральный закон РФ от 29 декабря 2010 года № 436-ФЗ
- 5) Основы государственной политики РФ в области здорового питания населения на период до 2020 года Распоряжение Правительства РФ от 25 октября 2010 г. № 1873-р
- 6) Стратегия государственной антинаркотической политики РФ до 2020 года Указ Президента РФ № 690 от 9 июня 2010 года
- 7) Об утверждении Федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников Приказ Минобрнауки от 28.12.2010 №2106
- 8) О психологическом тестировании обучающихся образовательных учреждений, реализующих общеобразовательные программы основного общего, среднего (полного) общего образования и профессиональные образовательные программы начального профессионального, среднего профессионального и высшего профессионального образования, на предмет потребления наркотических средств, психотропных и других токсических веществ Приказ Минобрнауки от 12 апреля 2011 г. № 1474
- 9) Об основах охраны здоровья граждан в РФ Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ 20. О совершенствовании государственной политики в сфере здравоохранения Указ Президента РФ от 07.05.2012 № 598
- 10) О формировании культуры здорового питания обучающихся, воспитанников Письмо Минобрнауки от 12.04.2012 № 06-731
- 11) ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ

- 12) О порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период обучения в них Приказ Минздрава от 21 декабря 2012 г. № 1346
- 13) Об охране здоровья населения от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака Федеральный закон 23 февраля 2013 года №15-ФЗ
- 14) Об охране здоровья граждан в Санкт-Петербурге Закон СПб от 10.10.2001 № 691-84 (с изменениями на 26.12.07)
- 15) Об усилении взаимодействия детских амбулаторно-поликлинических и образовательных учреждений по укреплению здоровья детей Распоряжение Комитета по здравоохранению Правительства СПб от 21.09.2006 №387-р
- 16) О Концепции социально-экономического развития Санкт-Петербурга до 2025 года Постановление Правительства СПб от 20.07.2007 №884
- 17) Об общем образовании в Санкт-Петербурге Закон СПб от 4.07.2007г. № 381-66
- 18) О социальном питании в Санкт-Петербурге Закон СПб от 24.09.2008 № 569-95
- 19) Об утверждении Концепции создания службы здоровья в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга Распоряжение Комитета по образованию СПб от 31.01.2008 № 124-р
- 20) О социальном питании в Санкт-Петербурге Закон СПб от 24.09.2008
- 21) Об утверждении Концепции создания Службы здоровья в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга Распоряжение Комитета по образованию СПб от 31.01.2008 № 124-р
- 22) Об основах политики Санкт-Петербурга в области физической культуры и спорта Закон СПб от 11.11.2009 №532-105 (с изменениями на 19.03.2010)

Аналитическое обоснование программы

Одна из самых болезненных проблем современного российского общества выявляется в противоречии между потребностью государства в физически, психически и нравственно здоровом населении и драматической статистикой, сигнализирующей, что фактические показатели здоровья россиян находятся на угрожающе низком уровне. Поскольку будущее страны зависит от здоровья подрастающего поколения, то его формирование и профилактику необходимо воспринимать как социальный заказ общества институтам воспитания (семье, дошкольным учреждениям, школам). Приходится констатировать, что они не справляются с этим заказом. Только 10% юношей и девушек, получающих аттестат о среднем образовании, здоровы. Растёт число детей, употребляющих алкоголь, наркотики, токсические и психотропные вещества, а также число детей-инвалидов. Высокая интенсивность учебного процесса часто не соответствует возможностям детского организма, а формы его организации способствуют развитию гиподинамии, что приводит к росту нервно-психических и сердечно-сосудистых заболеваний и их следствию — различным формам девиантного поведения.

«Здоровье — это не отсутствие болезни как таковой или физических недостатков, а состояние полного физического, душевного и социального благополучия» (устав ВОЗ от 7 апреля 1948 года). Медицинская статистика свидетельствует о том, что за последние годы здоровье школьников резко ухудшилось. Увеличилась частота хронических заболеваний органов пищеварения, нервной и иммунной системы. Проблема здоровья детей школьного возраста, как и других групп населения - одна из актуальных на сегодняшний день. По данным отдела здравоохранения администрации Адмиралтейского района лидером среди детских патологий являются заболевания глаз, болезни органов пищеварения, органов дыхания и

заболевания костно-мышечной системы. За последние годы в районе наметилась следующая тенденция:

- увеличение числа учащихся II и IV группы здоровья.
- снижение числа учащихся I группы здоровья.
- увеличилось число учащихся состоящих на диспансерном учете.

Проблемы сохранения здоровья детей обусловлены:

- ухудшением экологической обстановки, общего ритма жизни, техногенными факторами и рисками;
- проблемами физической, эмоциональной, психологической, информационной безопасности,
- недостаточной сформированностью ценностей здорового образа жизни в семьях,
- отсутствием достаточных психолого-педагогических условий для индивидуальной поддержки детей с ОВЗ.

Так же отмечается увеличение детей с заболеваниями опорно-двигательного аппарата.

Предлагаемая программа направлена на создание комплексных условий, обеспечивающих сохранение и развитие здоровья современных обучающихся.

Здоровье детей - это здоровье нации и будущего поколения. В связи с этим необходимо организовать образовательный процесс в школе с учетом психологического комфорта и ценности каждой индивидуальной личности, индивидуальных психофизических особенностей учащихся, предоставить возможность для творческой деятельности и самореализации. Необходимо включить наряду с педагогической, медико-профилактическую деятельность, сформировать гармоничную, стремящуюся к сохранению физического, психического и нравственного здоровья личность учащегося. Именно

поэтому разработанная нами программа «Здоровье в школе» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и формирование у учащихся представлений ценности здоровья и безопасного образа жизни. Программа служит основой сотрудничества образования, здравоохранения и родителей. В реализации программы «Здоровье в школе» задействованы все службы школы: администрация, педагоги, служба сопровождения, воспитательная служба, медицинские работники и технический персонал.

Основные идеи программы

В начале XXI века в России остро встал вопрос сохранения и укрепления здоровья детей в единстве его физического, физиологического, психоэмоционального и духовного компонентов.

В литературе сущность понятия здоровья представляется по-разному и в зависимости от критериев, составляющих основу для его выражения (Р. И. Айзман, Ю.П.Лисицын, Н. М. Амосов, И. И. Брехман, А. Г.Хрипкова и др.). С позиции комплексного подхода В.П. Казначеев (1983) определяет понятие здоровья следующим образом: «Здоровье человека - это динамическое состояние (процесс) сохранения и развития биологических, физиологических и психических функций, оптимальной трудоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни».

Здоровье молодого поколения - это показатель физического и нравственного состояния общества. Сохранение и улучшение здоровья обучающихся (воспитанников) является одной из основных задач модернизации российского образования.

Здоровье – это важнейший ресурс личности, условие качества жизни человека.

Здоровье человека, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живёт. Для ребенка от 3 до 17 лет этой средой является система образования, так как пребывание в учреждениях образования занимает более 70% времени его бодрствования.

По данным Института возрастной физиологии РАО, образовательная среда порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 20-40% негативных влияний, ухудшающих здоровье детей. Исследования ПНФ РАО позволяют проранжировать факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье детей:

- стрессовая педагогическая тактика;
- несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям детей;
- несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации образовательного процесса;

- недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- провалы в существующей системе физического воспитания;
- интенсификация образовательного процесса;
- функциональная неграмотность педагогов в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;
- ограниченность ресурсов;
- раздробленность усилий;
- отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни (М.М. Безруких и др., 2002).

Предлагаемая нами программа направлена на решение этих проблем.

На уровне государственной образовательной политики перед системой образования поставлена задача формирования ценностного отношения к здоровью.

Программа опирается на законы гуманистической педагогики и может быть реализована на основании следующих *принципов*:

1. *принцип научности и преемственности*, предполагающий опору деятельности ОУ на имеющийся опыт и научно-методическое обеспечение;
2. *принцип инновационности*, предполагающий отдаленное прогнозирование изменений и раннее вмешательство для изменения образовательной среды ОУ, формирование инновационной культуры руководителей, педагогов и учащихся;
3. *принцип ориентации на конечный качественный продукт* здоровьесозидающей деятельности;
4. *принцип целостности и непрерывности* использования здоровьесберегающих технологий в образовательной практике, предполагающий систематическую и постоянную заботу о здоровом развитии учащихся;

5. принцип социального партнерства, который выражается в координации разнонаправленной взаимовыгодной деятельности ОУ с родителями обучающихся и воспитанников, общественностью, органами и организациями, деятельность которых непосредственно связана с решением проблем здоровья участников образовательного процесса; усилении общественно-государственного управления ОУ и открытого информирования.

Обеспечение здоровья человека не исчерпывается его сохранением (или сбережением). С развитием человечества уменьшается роль физической составляющей здоровья и увеличивается влияние его социальных и нравственных составляющих. В силу этого эффективность механизмов обеспечения здоровья современного человека зависит от многих факторов, но доминирующую роль среди них играет отношение к своему здоровью и здоровью других людей. Поэтому определяющей в становлении здоровья современного человека является культура здоровья - сознательная система действий и отношений, определяющих качество индивидуального здоровья человека, слагающаяся из ценностного отношения к своему здоровью и здоровью других людей и являющаяся основой здорового образа жизни.

Определение стратегии программы

Цель программы

Создание условий для повышения качества общего образования, которые предполагают проведение оптимизации учебной психологической и физической нагрузки и создание в школе условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся, воспитание личной ответственности за собственное здоровье и благополучие, приобретение навыков здорового образа жизни, профилактика вредных привычек, обретение способности к здоровому творчеству, формирование полноценной, всесторонне - развитой личности.

Большую часть времени дети пребывают в образовательном учреждении, возникает необходимость превращения образовательной среды в реабилитационно-оздоровительную и просветительскую среду, с целью создания единого адаптационного пространства, неразрывно соединяющего педагогику, психологию, медицину, школу и семью и социум.

Основные задачи работы по реализации программы «Здоровье в школе»

1. Мотивировать потребность учащихся в здоровом образе жизни.
2. Разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствование здоровьесохраняющих технологий обучения и воспитания, адекватных возможностей детей
3. Содействие гармоничному развитию детей путем профилактики и коррекции возможных отклонений физического состояния и здоровья на каждом возрастном этапе;
4. Совершенствовать физкультурно-оздоровительные и медико-гигиенические технологии.
5. Создать комфортные условия для психического развития учащихся.
6. Совершенствовать психолого-педагогические технологии.

7. Поиск здоровьесберегающих оптимальных режимов учебно-воспитательной работы
8. Улучшение организации питания учащихся.
9. Рационализация досуговой деятельности, каникулярного и летнего отдыха детей.
10. Повышение заинтересованности работников школы в укреплении здоровья учащихся. Вооружение педагогов необходимыми знаниями в области здоровья
11. Организовывать работу и места занятий в соответствии с требованиями СанПиНа.
12. Укрепить материально-техническую базу школы;
 13. Продолжать работу по санитарно-гигиеническому просвещению школьников и пропаганде здорового образа жизни;
 14. Продолжать работу по профилактике вредных привычек среди учащихся
 15. Соорганизация деятельности школы, родителей учащихся и социума.

Кадровое обеспечение

- директор школы
- заместители ;
- классные руководители;
- социальный педагог;
- учителя-предметники (биология, ОБЖ, физическая культура);
- медицинские работники;
- специалисты по вопросам правонарушений, безнадзорности, ранней алкоголизации и наркотизации детей и подростков;
- члены школьного родительского комитета;

Режим дня, учебное расписание соответствуют нормам (требования СанПиНа от 29.12.2010 г. № 189).

Питание учащихся организовано в столовой, разнообразное и витаминизированное, что подтверждено актами регулярных проверок. Вопросы организации питания находятся под постоянным контролем администрации, медицинского персонала, родителей.

Учебные кабинеты оборудованы соответствующей мебелью, удобными фрамугами для проветривания, современным осветительным оборудованием. Питьевой, осветительный режим, режим проветривания строго соблюдаются.

Туалетные, гигиенические комнаты, игровые залы и рекреации содержатся в надлежащей чистоте и порядке. Младший обслуживающий персонал полностью укомплектован.

ОУ обслуживается государственным учреждением здравоохранения «Городская поликлиника № 24», которое осуществляет систематическую диспансеризацию детей, обучающихся в ОУ, прививочные работы, вакцинопрофилактику, флюорографические осмотры ОУ обслуживается государственным учреждением здравоохранения «Городская поликлиника № 24», которое осуществляет систематическую диспансеризацию детей, обучающихся в ОУ, прививочные работы, вакцинопрофилактику, флюорографические осмотры.

Профилактические медицинские осмотры юношей и девушек 9-ых, 10-ых, 11-ых классов осуществляются на базе молодёжной консультации Адмиралтейского района (наб. реки Фонтанки, дом № 154).

Анализ проблем и ресурсов образовательного учреждения

В школе есть *внутренние ресурсы* для деятельности Службы здоровья:

- педагогический коллектив подготовлен к работе в области здоровья;
- школа пользуется авторитетом в районе;
- в штате есть специалисты для организации Службы здоровья;

Внешними ресурсами школы можно считать следующие:

- наличие в районе медицинских учреждений, Центров досуга, ППМС-центра, спортивных клубов, ДДТЮ, с которыми можно выстроить социальное партнерство;
- взаимодействие школы с Муниципальным Образованием Муниципальный Округ Измайловское ;
- удобное территориальное расположение школы в центра микрорайона;

Внутренние проблемы школы по построению здоровьесозидающей образовательной среды:

- не решена проблема учебного режима;
- отмечается снижение школьной мотивации и повышение напряженности старшеклассников;
- недостаточна оздоровительная работа;
- проблема питания школьников.

Наряду с ней выявлен ещё ряд *внешних рисков*:

- низкий уровень состояния здоровья школьников;
- проблемы образа жизни детей (нарушение режима дня, неучастие родителей в досуге детей, высокий уровень наркогенного заражения).

Основные направления деятельности и предполагаемые формы работы

I. Учет состояния здоровья детей:

1. Анализ медицинских карт обучающихся, воспитанников детсада.
2. Определение групп здоровья.
3. Учет посещаемости занятий.
4. Контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов и групп.

II. Физическая и психологическая разгрузка обучающихся:

1. Организация работы спортивных секций, кружков.
2. Проведение дополнительных уроков физкультуры, прогулок на свежем воздухе.
3. Индивидуальные занятия
4. Общая утренняя гигиеническая гимнастика до занятий.
5. Организация спортивных (подвижных) перемен.
7. Физкультминутки (динамические паузы).

III. Урочная и внеурочная работа:

1. Открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ.
2. Открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности.
3. Спортивные кружки и секции: - волейбол, - баскетбол, - футбол, , - легкая атлетика, - шашки и шахматы.

5. Туристические слеты. (осенний и весенний)

IV. Соревнования и спортивные праздники:

- "Веселые старты"
- "Папа, мама, я - спортивная семья"
- Школа безопасности

-Нормы ГТО

- общешкольные соревнования по волейболу, баскетболу, пионерболу, минифутболу и др.

- русские народные игры и забавы.

Подготовка сборных команд школы для участия в муниципальных, районных и областных соревнованиях

V. Основные направления пропаганды здорового образа жизни:

1. Тематические беседы, утренники, классные часы, лекции, познавательные игры, агитбригады, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции.
2. Совместная работа с органами здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и употребления алкоголя.
3. Обучение обучающихся оказанию первой медицинской помощи.
4. Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через беседы, уроки литературы, окружающего мира, биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры.

VI. Профилактика заболеваний

- организация медицинского всеобуча,
- организация медицинского обследования,
- соблюдение гигиенических норм и правил обучающимися,
- соблюдение гигиенических условий и факторов (шум, освещенность, воздушная среда, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи и др.),
- соблюдение санитарно-гигиенических требований к уроку: рассаживание обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями (рациональное расписание занятий), дозирование домашних заданий,
- осуществление мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди обучающихся,
- обеспечение надлежащих психолого-педагогических факторов (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.),
- беседы, лекции, просмотры научно-популярных телепрограмм, видеофильмов.

План мероприятий по реализации программы

« Здоровье в школе»

Исследование и комплексная оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья учащихся. Медицинская диагностика.

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах. Комплектации на их основе физкультурных групп	Ежегодно, в начале уч.года	Медицинская персонал, классные руководители, учитель физкультуры
2	Диспансеризация	Ежегодно	Медицинский персонал, классные руководители, специалисты поликлиники
3	Анализ случаев травматизма в школе	В течение года	Директор, администрация, соц. педагог
4	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	В течение года	Зам. директора по УВР, медицинский персонал, классные руководители

Мониторинг психофизиологического здоровья учащихся

5	Систематическая диагностика состояния здоровья учащихся	В течение года	Учитель физкультуры, медицинский персонал
6	Психологический мониторинг здоровья учащихся:	В течение года	Специалисты ГБУ ДО ЦППС Адмиралтейского района (по договору)

Контроль соблюдения санитарно-гигиенического режима в школе

7	Контроль за выполнением норм СанПиН и охраны труда	В течение года	Заместитель директора по АХР
8	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	В течение года	Заместитель директора по УВР
9	Поддержание здания ОУ в хорошем состоянии (ежегодные косметические ремонты, замена элементов систем водоснабжения, теплоснабжения, канализации,	В течение года	Заместитель директора по АХР

	электрооснащения и др.)		
10	Обновление ученической мебели в кабинетах и классах ОУ	По необходимости	Заместитель директора по АХР
11	Организация активного отдыха на переменах	Постоянно	Классные руководители

Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний

12	Прививки детей согласно приказам Минздрава	В течение года	Медицинский персонал
13	Содействие в проведении медикопрофилактических мероприятий медицинскими работниками закрепленных за школой поликлиник	В течение года	Администрация школы
14	Профилактическая работа через беседы, уголки здоровья, полезные советы	В течение года	Медицинский персонал

Физическое воспитание, организация активно-двигательного досуга

15	Профилактика нарушения осанки на уроках физкультуры	В течение года	Учитель физкультуры
16	Подвижные перемены с использованием возможностей спортивного зала, коридоров	В течение года	Учитель физкультуры, учителя начальной школы
17	Организация школьных соревнований и участие школьников в окружных соревнованиях	В течение года	Учитель физкультуры, классные руководители
18	Организация дней здоровья, прогулок, поездок, экскурсий	В течение года	Заместитель директора по ВР, классные руководители
19	Работа спортивных секций	В течение года	Заместитель директора по ВР, учителя физкультуры
20	Организация и проведение выездов за город, туристических слетов	В течение года	Заместитель директора по ВР, классные руководители

Ожидаемые результаты реализации программы

- Создание здоровьесберегающей среды в ОУ;
- Создание системы мониторинга состояния здоровья детей, их социального благополучия;
- Обеспечение систематического учета, контроля и анализа ситуации;
- Повышение заинтересованности работников школы в укреплении здоровья учащихся;
- Стимулирование повышения внимания школьников и их родителей к вопросам здорового образа жизни;
- Улучшение физического и эмоционально-психологического состояния всех участников образовательных отношений;
- Рост спортивных достижений учащихся