

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 11»**

Согласовано:

Утверждаю: Председатель профсоюзного комитета

СОШ № 11

Непомнящих И.В. Понушкова И.М.

Директор МБОУ

Корпоративная программа по здоровьесбережению

г.Северобайкальск

2020г

Актуальность программы

В последние годы отмечается значительное ухудшение всех показателей состояния здоровья детей и молодежи. Причинами заболеваний является ухудшение социально-экономической обстановки, обострение проблем рационального питания, снижение уровня здоровья родителей, наследственностью. У учащихся и их родителей не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни.

В Законе РФ «Об образовании» четко обозначена ответственность образовательного учреждения за жизнь и сохранность детей, укрепление здоровья детей и забота о нем - одна из главных задач образования.

Предметом исследования, а также целью данной программы является поиск наиболее оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, создание благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Основные цели и задачи программы

Цель программы:

Создание для всех участников образовательного процесса условий, позволяющих сохранить и укрепить их здоровье и формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Задачи:

1. Создать условия для обеспечения охраны здоровья, полноценного физического развития и формирования потребностей здорового образа жизни, всех участников образовательного процесса.
2. Создать систему учета и контроля состояния здоровья детей.
3. Формировать у детей, учителей и родителей осознанную необходимость заботиться о здоровье, заинтересованное отношение к укреплению своего здоровья; овладеть теоретическими знаниями и практическими навыками по развитию физических качеств, поддержанию нормативного здоровья средствами физической культуры.
4. Улучшать социально – психологический климат в коллективах.
5. Улучшать материально – техническую базу учреждения в соответствии с санитарно – гигиеническими требованиями.

6. Повышать взаимодействия школы с представителями здравоохранения, спорта, культуры, с общественными организациями, с представителями средств массовой информации.

Научно-методические основы разработки программы - это современные технологии образования и воспитания обучающихся, направленные на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, расширение возможностей на сохранение и укрепление их здоровья.

Программа «Сохранение и укрепление здоровья» включает:

1. Здоровье детей и основные виды деятельности .
2. Здоровье работников и условия их плодотворного труда.
3. Работа с родителями.
4. Создание здоровьесберегающей среды.
5. Сотрудничество с другими учреждениями.

Мероприятия:

1. Здоровье детей и основные виды деятельности школьников

а) Диагностика

№	Содержание	Классы	Периодичность выполнения	Сроки	Ответственные
1.	Медицинские осмотры учащихся врачами и определение групп здоровья учащихся.	1 – 9	1 раз в год	I четверть	Медицинский работник
2	Мониторинг физического развития учащихся	1 – 9	1 раз в год	I четверть	Учителя физкультуры
3.	Медицинские осмотры	1 – 9	По мере	По графику	Медицинский работник

	учащихся, стоящих на учёте		необходимости		
4	ПМПК	1 – 5	1 раз в год		Администрация
5	Анкетирование учащихся	1 - 9	1 -2 раза в год	В течение года	Социальный педагог
б) Оздоровление					
1.	Оптимизация режима учебного процесса (соответствие расписания уроков требованиям СанПиНа, построение и ведение уроков, с учётом динамики работоспособности учащихся)	1 - 9	Ежедневно	В течение учебного года	Зам.директора по УВР, учителя
2	Профилактика заболеваемости: -самомассаж; -дыхательная гимнастика; -динамические паузы; -гимнастика для глаз; -упражнения для коррекции осанки; - прививки		Ежедневно	В течение учебного года Вспышки заболеваний	Учителя, медицинский работник
3	Организация сквозного проветривания классных комнат до уроков и на переменах	1-11	Ежедневно	В течение года	Учителя
4	Оздоровительно – досуговый лагерь с дневным пребыванием	1 - 5	По возможности	Летние каникулы	Администрация, начальник ДОЛ, воспитатели
5	Контроль за организацией летнего отдыха, труда и занятости школьников	1-10	Ежегодно	Летние каникулы	Классные руководители, социальный педагог

в) Двигательная активность

1	Физкультурные минутки и динамические паузы на уроках	1 -8	На каждом уроке	В течение года	Учителя
2.	Прогулки на свежем воздухе	1 -4	Ежедневно	В течение года	Учителя начальных классов
3	Артикуляционная гимнастика	1-5	Ежедневно	В течение года	Логопед, учителя начальных классов
4	Физическая зарядка	1 -4	До уроков, ежедневно	В течение года	Учителя
5	Гимнастика для глаз	1 -11	Ежедневно	В течение года	Учителя
6	Пальчиковая гимнастика	1 -4	Ежедневно	В течение года	Учитель начальных классов
7	Спортивный досуг: план внеурочной деятельности по сохранению и укреплению здоровья.	1 – 11	Еженедельно	В течение года	Учителя физкультуры, классные руководители
8	Уроки физкультуры	1-11	2 раза в неделю	В течение года	Учителя физкультуры
9	Работа спортивных секций в школе	5 - 11	По отдельному расписанию	В течение года	Учителя физкультуры
10	Запись учащихся в спортивные секции учреждений дополнительного образования	5-11	Начало года		Классные руководители
11	Дежурство по школе и по классу	2-11	По графику	В течение года	Классные руководители

г) ЗОЖ

1	Уроки здоровья	1 - 5	1 раз в месяц	В течение года	Классные руководители
2	Соблюдение гигиенических правил и норм при работе с компьютером	5 - 11	По мере необходимости	В течение года	Учителя информатики
3	Профилактика наркомании, курения, алкоголизма - индивидуальные беседы	5 - 11	По планам воспитательной работы	В течение года	Социальный педагог, медицинский работник классные руководители
4	Проведение бесед по формированию гигиенических знаний, норм и правил здорового образа жизни среди учащихся	1-11	По планам воспитательной работы	В течение года	Медицинский работник, классные руководители
5	Экскурсии, походы	1 - 11	По планам воспитательной работы	В течение года	Классные руководители
6	Декада биологии, химии: просмотр фильма «Правда о табаке», выпуск плакатов	5 - 11	По плану работы		ШМО учителей ЕГЦ
7	Экологические десанты	2–11+4	2 раза в год	Осень, весна	Учителя
8	Трудовые бригады	9 - 11	По мере возможности	Каникулы	Социальный педагог
9	Городские выставки, конкурсы	2 - 11	По мере организации	В течение года	Учителя

10	Серия мероприятий ко Дню борьбы со СПИДом (по отдельному плану)	9 - 11	По плану	Декабрь	Социальный педагог, ШМО учителей ЕГЦ
д) Психическое здоровье					
1	Щадящий режим при обучении			1-11	Учителя
2	На всех уроках применение специальных коррекционных упражнений для развития психических процессов			1-11	Учителя
3	Разноуровневое обучение			1-11	Учителя
4	Индивидуальный подход в обучении и воспитании			1-11	Учителя
5	Осмотры учащихся психиатром			1-9	Медицинский работник
6	Создание ситуации успеха для каждого ученика			1-11	Учителя
7	Проведение профилактической работы со старшеклассниками			9 - 11	Классный руководитель, социальный педагог
8	Охрана психического здоровья: использование приёмов релаксации (музыкальные паузы)			1-11	Учителя
е) Нравственное здоровье					
1	На всех уроках создавать обстановку коллективного творчества, психологического комфорта, воспитывая у учащихся чувства сопричастности, милосердия, сострадания, глубины уважения к старшим, сверстникам и младшим, прошлому, настоящему и будущему своего народа.			В течение года	Учителя
2	Включать больных детей и инвалидов к посильной для них работе в рамках классных коллективов.			В течение года	Классный руководитель

3	Общественные работы по благоустройству территории школы и города	Осень, весна	Классные руководители
---	------------------------------------------------------------------	--------------	-----------------------

2. Здоровье работников и условия их плодотворного труда

№	Содержание	Сроки	Ответственные
1.	Создание безопасных условий для педагогов и работников.		Администрация
2.	Своевременно заявлять в УО документы на приобретение путевок в санатории, дома отдыха.		Администрация, профком
3.	Обеспечивать необходимый уровень работоспособности членов коллектива через факторы: - создание здорового морально-психологического климата; - обстановки товарищеской требовательности, доверия, взаимопомощи, ответственности за дела коллектива и отдельных его членов.		Администрация, коллектив
4	Ежегодно всем работникам учреждения проходить медицинский осмотр и иметь допуск к работе.	1 раз в год	Администрация
5	Организация дней здоровья в школе и вовлечение в его участие педагогов ОУ.	В течение года	Учителя физкультуры, профком
6	Переподготовка и повышение квалификации педагогов по вопросам культуры сбережения здоровья.	По мере необходимости	Администрация
7	Спартакиада педагогов образовательных учреждений г. Северобайкальск		Учителя физкультуры, профком

3. Работа с родителями

№	Содержание	Периодичность выполнения	Сроки	Ответственные
1	Проведение родительских собраний посвященных возрастным особенностям	1 раз в год	В течение года	Администрация, классные руководители

	обучающихся, проблемам наркозависимости и табакозависимости, профилактике правонарушений несовершеннолетними.			
2	Анкетирование родителей «Ваши предложения по улучшению школьного питания».	1 раз в год	В течение года	Социальный педагог
3	Школьные праздники, спортивные соревнования.	По мере организации	В течение года	Классные руководители
4	Информация о диагностике состояния здоровья учащихся.	1 раз в год	1 четверть	Медицинский работник
5	Проведение родительских собраний по темам: «Здоровая пища для всей семьи!» «Формирование здорового образа жизни младших школьников».	По планам классных руководителей		Классные руководители

4. Создание здоровьесберегающей среды

№	Содержание	Сроки	Ответственные
1.	Произвести замену устаревшей мебели в кабинетах.		Администрация
2	Издание локальных актов по сохранению и развитию здоровья обучающихся	Ежегодно	Администрация
3	Приобретение аптечки согласно нормам.	Ежегодно	Медицинский работник
4	Организация качественного питания: - разработка примерного 10 –дневного меню в соответствии с принципами здорового питания; - витаминизация пищи (витамин «С» в третье блюдо)	В течение года 1 раз в год	Медицинский работник, Заведующий производством, Администрация

	<ul style="list-style-type: none"> - использование йодированной соли при изготовлении обедов; - обучение учащихся культуре питания (сервировка стола); - привлечение Управляющего совета к контролю за организацией питания. 		
5	Организация питьевого режима.	В течение года	Медицинский работник
6.	Принять меры по улучшению состояния спортивной базы (нестандартное оборудование).		Администрация, учитель физкультуры
7	<p>В случае возникновения инфекционного заболевания в школе проведение пртивоэпидемиологических мероприятий:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ежедневный контроль за контактными детьми с учетом инкубационного периода заболеваний; - дополнительные инструктажи сотрудников школы по санитарной обработке помещений и столовой; - ведение учетной документации. 	Во время возникновения инфекции	Медицинский работник
8	Обеспечение учебно-методической литературой	В течение года	Администрация
9	Информирование классных руководителей и родителей по итогам медосмотров учащихся («Лист здоровья»)	После медосмотра	Медицинский работник
10	Профилактика спортивного травматизма	В течение года	Учителя физкультуры
11	Проверка санитарного состояния школы	В течение года	Зам.директора по АХЧ, медицинский работник
12	Инструктажи по ПДД, правилам пожарной безопасности, правилам поведения на улице и в общественных местах, правилам поведения в общественном транспорте, у водоёмов во время ледостава и ледохода, в лесу.	В течение года 1- 11классы	Классные руководители
13	Знакомство с экстренными службами:	1- 4	Классные руководители

	Пожарная -01 Скорая помощь – 03	Полиция -02	
14	Проведение общешкольных тренировок по пожарной эвакуации		1-11
			Отв. за пожарную безопасность, зам.директора по АХЧ, классные руководители, учителя

5. Сотрудничество с другими учреждениями

№	Мероприятия по укреплению здоровья	Сроки	Ответственный
1.	Сотрудничество с медико–педагогической комиссией.	1 раз в год	Администрация
2.	Работа с администрацией города: - озеленение; - организация вывоза мусора с территории школы	В течение года	Администрация
3.	Сотрудничество с комитетом по молодёжной политике и спорту ГУО по организации поездок на региональные соревнования, участие в городских соревнованиях.	В течение года	Учитель физкультуры
4	Популяризация форм здоровьесберегающей деятельности через средства массовой информации.	В течение года	
5	Работники ЧУЗ «Отделенческая больница» проводят медосмотры, вакцинацию, беседы по профилактике наркозависимости, табакокурения.	В течение года	Медицинский работник, социальный педагог
6.	ГОВД: - мероприятия по профилактике правонарушений учащихся; - беседы с родителями.	В течение года	Социальный педагог
7	консультации педагогов по возникающим вопросам сохранения психического здоровья учащихся.	В течение года	Администрация
8	Сотрудничество с городской библиотекой: экскурсии.	В течение	Классные руководители

		года	
9	Сотрудничество с центром занятости заключается в обеспечении трудовой занятостью подростков и её финансировании	В течение года	Директор
10	Взаимодействие с Музеем истории БАМ помогает организации патриотического воспитания, что является неотъемлемой частью нравственного здоровья: материалы экскурсий знакомят ребят с прошлым нашей страны, героями, патриотами нашего Отечества	В течение года	Классные руководители
11	Работа с учреждениями дополнительного образования ШТЭО, ДЮСШ и др. Спортивные тренинг-походы на лыжах, пешие походы, соревнования по альпинизму, сноуборду и горным лыжам. Проведение соревнований по спортивному ориентированию, походов выходного дня, лекций «школы выживания».	В течение года	Классные руководители