


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кирбинская СОШ»

Согласовано


Зам. директора по ВР

 Э.М.Галиева

«02» 09 2022г.

Утверждаю

Директор школы

 Р.З.Хаматгалиева

«02» 09 2022г.



Целевая комплексная программа
«Здоровье в наших руках!»

Паспорт программы

Наименование программы	«Целевая комплексная программа формирования здорового образа жизни учащихся МБОУ «Кирбинская СОШ»
Нормативно-правовая база программы	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Конституция Российской Федерации ✓ Закон об образовании Российской Федерации, ✓ Концепция модернизации Российского образования, ✓ Конвенция ООН о правах ребенка; ✓ Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования; ✓ СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.; ✓ Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.2004 № 124-ФЗ; ✓ Приказ № 1418 от 15.05.2001 г. Министерства образования РФ "Об утверждении примерного положения о центре содействия укреплению, здоровья обучающихся, воспитанников образовательного учреждения". ✓ Устав школы
Заказчик программы	МБОУ «Кирбинская СОШ»
Разработчики программы	Галиева Э.М., заместитель директора по воспитательной работе
Сроки реализации программы	2022 – 2027 гг. <i>(пять учебных лет)</i>
Контроль за исполнением программы	Хаматгалиева Р.З. – директор МБОУ «Кирбинская СОШ»

Оглавление

<i>1.</i>	<i>Аналитическое обоснование программы</i>	<i>3 стр.</i>
<i>2.</i>	<i>Характеристика основных проблем, на решение которых направлена программа</i>	<i>6 стр.</i>
<i>2.1</i>	<i>Цель программы</i>	<i>8 стр.</i>
<i>2.2</i>	<i>Задачи программы</i>	<i>9 стр.</i>
<i>3.</i>	<i>Структура программы</i>	<i>11 стр.</i>
<i>4.</i>	<i>Приоритетные направления реализации программа</i>	<i>12 стр.</i>
<i>5.</i>	<i>Ожидаемые конечные результаты реализации программы</i>	<i>17 стр.</i>
<i>6.</i>	<i>Список литературы</i>	<i>22 стр.</i>
<i>7.</i>	<i>Приложение</i>	<i>26 стр.</i>

Аналитическое обоснование программы.

Актуальность данной программы обусловлена приоритетным направлением государственной политики в области образования направленной на сохранение здоровья школьников. Стратегической целью развития системы образования является ориентация на воспитание и развитие здоровой, свободной и жизнелюбивой личности, обогащенной научными знаниями, готовой к созидательной творческой деятельности и нравственному поведению, что невозможно успешно реализовать без формирования у обучающихся культуры здорового образа жизни.

За последние два десятилетия произошли значительные сдвиги в состоянии здоровья детей и подростков, характеризующиеся ростом распространенности функциональных расстройств и хронических болезней, изменением структуры выявляемых нарушений, ухудшением показателей физического развития и физической подготовленности, увеличением распространенности поведенческих факторов риска. Неблагоприятные тенденции в состоянии здоровья детей и подростков приводят к таким негативным социальным последствиям как неготовность к школьному обучению, ограничения профессиональной пригодности и к службе в армии, нарушения формирования и реализации репродуктивного потенциала, рождение нездорового потомства и др.

Научными исследованиями НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей Российской академии медицинских наук установлено, что в последние 10 лет произошло ухудшение состояния здоровья школьников (Кучма В.Р., Сухарева Л.М., Степанова М.И., 2006, Звездина И.В., Агапова А.П., Жигарева Н.С., 2008, Сухарева Л.М., Намазова Л.С., Рапопорт И.К. и др., 2009).

К основным школьно-обусловленным факторам риска формирования здоровья школьников относятся неполноценное питание, гипокинезия

школьников, несоблюдение гигиенических нормативов режима учебы и отдыха, сна и пребывания на воздухе.

Наиболее агрессивными факторами, которые на современном этапе значимо влияют на формирование здоровья школьников, являются: высокий объем учебных и внеучебных нагрузок, интенсификация процесса обучения, а также дефицит времени для усвоения информации. Эти психотравмирующие факторы в сочетании с уменьшением продолжительности сна и прогулок, снижением физической активности оказывают выраженное стрессорное воздействие на развивающийся организм.

Значимой причиной ухудшения состояния здоровья школьников является недостаточная эффективность современной системы гигиенического обучения и воспитания по формированию у детей и подростков умений и навыков здорового образа жизни, сознательного и ответственного отношения к своему здоровью.

Среди детей и, особенно, подростков в современных условиях нашли широкое распространение рискованные (протестные) формы поведения: курение, алкоголь, наркотики, ранняя сексуальная активность, т.е. те факторы, которые ВОЗ рассматривает как ключевые индикаторы здоровья.

В настоящее время всё настойчивее ведётся поиск и предпринимаются попытки создания такой системы образования, которая, наряду с обеспечением необходимых условий для полноценного естественного развития ребёнка, способствовала бы формированию у него потребности в здоровье, пониманию основ здорового образа жизни, обеспечивала бы практическое освоение навыков сохранения и укрепления физического и психического здоровья.

Здоровье является естественным состоянием и неотъемлемым правом человека. Быть здоровым – природное стремление каждого, а формирование, сохранение и укрепление здоровья детей было и остается актуальной проблемой и предметом первоочередной важности.

Школа – это учреждение, в котором деятельность по охране здоровья учащихся и формированию у них мотивации к ведению здорового образа жизни дополняет образовательные задачи и становится не менее приоритетной чем, например, обучение русскому языку и математике.

Школа – идеальное место для формирования здорового образа жизни и реализации оздоровительных программ, так как большую часть времени дети проводят в школе.

По материалам Федеральных государственных образовательных стандартов нового поколения 95% опрошенных среди всех заинтересованных групп (семей, школьных специалистов, педагогической общественности, медицинских ассоциаций и т.п.) включают сохранение здоровья школьников в первую пятерку своих потребностных запросов.

Результаты медицинского осмотра учащихся МБОУ «Кирбинская СОШ» свидетельствуют о том, что наиболее распространены у детей такие заболевания, как:

1. патология костно-мышечной системы;
2. болезни органов зрения;
3. болезни органов дыхания;
4. заболевания пищеварительного тракта;
5. заболевания нервной системы.

1. Характеристика основных проблем, на решение которых направлена программа

Проведя анализ физически-психологического самочувствия школьников с точки зрения здоровьесберегающей среды, мы выделили ряд проблем по сохранению и укреплению здоровья обучающихся:

- сохранение и укрепление физического здоровья детей;
- проблема создания положительного психологического климата и активной жизненной позиции, субъектных отношений;
- организацию социально-профилактической работы с учащимися, формирование культуры здоровья субъектов образовательного процесса (обучающихся, педагогов, родителей).
- проблемы улучшения материально-технической базы

Решение данных проблем в МБОУ «Кирбинская СОШ» возможно, благодаря разработанной в школе целевой программе «Здоровье» (в рамках «Программы развития МБОУ «Кирбинская СОШ» на 2022 – 2027 гг.), направленной на создание здоровьесозидающей среды и на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса. Эта программа опирается на существующие научно обоснованные подходы к организации здоровьесозидающей образовательной среды. Кроме того, существенным условием для решения вышеперечисленных проблем является наличие в ОУ хорошо подготовленных специалистов к реализации здоровьесозидающей деятельности, использованию в образовательном процессе современных здоровьесозидающих технологий. Для достижения эффективных результатов необходима в школе согласованная работа всех специалистов, обеспечивающая единое организационно-методическое сопровождение школы.

1.1. Цель программы:

Основной целью программы «Здоровье» на 2022 – 2027 гг. является поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья обучающихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как одному из главных путей в достижении успеха. К таким средствам относятся:

1. Создание банка системной организации о состоянии психического, физического, нравственного здоровья детей в школе, системный анализ здоровья детей с целью последующей адекватной медико-психолого-педагогической коррекции.
2. Профилактика раннего выявления патологии детей.
3. Реабилитация психофизической работоспособности детей и организация здорового образа жизни.
4. Профилактическая работа по предупреждению инфекционных заболеваний.
5. Разработка и внедрение оптимальной системы медицинского обеспечения.
6. Решение оздоровительных задач средствами физической культуры.
7. Изучения и внедрение передового социального, педагогического, медицинского опыта по оздоровлению детей и юношества с его последующей апробацией и широким внедрением.
8. Повышение квалификации педагогических кадров.
9. Оздоровительная работа, предполагающая систему эффективных психологических и коррекционных мероприятий, организацию двигательной активности.

1.2. Задачи программы

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
3. Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
4. Формирование валеологического мышления всех участников педагогического процесса (ученик – учитель – родители).
5. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья.
6. Пропаганда здорового образа жизни.
7. Внедрение современных методов мониторинга здоровья.
8. Активное использование ресурсов дополнительного образования как способ привития обучающимся знаний, умений и навыков, необходимых для принятия разумных решений по сохранению личного здоровья, а также сохранению и улучшению безопасной и здоровой среды обитания.
9. Создание школьной службы мониторинга (единой системы внутришкольного контроля и анкетирования всех участников образовательного процесса) и психологической поддержки всех инновационных процессов.
10. Развитие системы защиты физического и психического здоровья учащихся школы
11. Развитие материально-технической и информационно-технологической базы в соответствии с современными нормами организации труда и обучения.

2. Структура программы.

Данная программа по формированию здорового образа жизни направлена на сохранение, укрепление всех видов здоровья:

2.1. Телесное или физическое здоровье - это состояние организма, при котором наблюдается совершенство саморегуляции функций организма, гармония физиологических процессов и максимальная адаптация к различным факторам среды. Оно измеряется степенью физической подготовленности, физическим развитием, физической формой, тренированностью, физической активностью в их соответствии способности организма выполнять свою функцию и главным образом обеспечивать свое сохранение и развитие. Важными компонентами физического здоровья являются вегетативный и иммунный статусы организма и сенсорное здоровье.

2.2. Душевное или психическое здоровье - это способность человека адекватно реагировать на внешние и внутренние раздражители, умение уравновесить себя с окружающей средой. Отражением психического здоровья является психологическое благополучие человека.

2.3. Социальное здоровье заключается в способности адаптироваться к социальной среде, полноценному выполнению социальных функций. Социальное здоровье отражает социальные связи, ресурсы, способность к общению и его качество. Уровень социального здоровья — это мера социальной активности и деятельного отношения человека к окружающему миру.

3. Приоритетные направления реализации программы.

4.1. Диагностика заболеваний и факторов риска, мониторинг состояния здоровья учащихся и сотрудников школы

Ежегодный профилактический медицинский осмотр всех учащихся (охват 100%), с распределением их по группам здоровья и разработкой индивидуальных программ оздоровления обеспечивается на базе ФАП.

Диспансеризация преподавателей и сотрудников школы (охват 100%) с разработкой индивидуальных программ оздоровления обеспечивается Лаишевским ЦРБ.

Систематическое анкетирование учащихся и сотрудников школы с целью выявления и оценки распространённости факторов риска различных заболеваний и вредных привычек, анализ полученных данных, с последующей коррекцией профилактических мероприятий.

4.2. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения.

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

В школе работает **столовая**, позволяющая организовывать горячие завтраки, обеды.

В МБОУ «Кирбинская СОШ» функционируют спортивный зал, оборудованный необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём. На территории школы имеется открытый стадион, на котором проводятся занятия по физической культуре, а также школьные соревнования по футболу, легкой атлетике и другим видам спорта.

Работают спортивные секции: спортивные игры, легкой атлетики, лыжная. 2 раза в неделю проводятся уроки здоровья (общефизической подготовки), спортивные часы.

Для создания комфортных условий, сохранения и укрепления здоровья воспитанников МБОУ «Кирбинская СОШ» и выполнения учебной программы по физической культуре планируется построить на территории школы хоккейную площадку, которая даст возможность использовать разнообразные формы и методы учебных спортивно-тренировочных и игровых занятий, проводить соревнования между обучающимися образовательных учреждений.

4.3. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.

Сохранение и укрепление здоровья учащихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работы педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Организация образовательного процесса строится с учетом гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях).

В учебном процессе педагоги применяют методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся.

В школе строго соблюдаются все требования к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности индивидуальные особенности развития учащихся: темпа развития и темпа деятельности.

4.4. Инновационная деятельность по укреплению и сохранению здоровья детей в школе.

Отработка моделей: формирования валеологической культуры и валеосферы, взаимодействия медработника и педагогов по вопросу охраны и укрепления здоровья детей.

Исследование влияния различных технологий на здоровье детей.

Мониторинг влияния внутришкольных факторов на здоровье детей.

Мониторинг адаптации детей, имеющих трудности при обучении, к учебному процессу.

Подготовка рекомендаций по выявлению таких детей, системы учёта, профилактической работе.

4.5. Организация физкультурно-оздоровительной работы

Система физкультурно-оздоровительной работы в школе направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья. Сложившаяся система включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
- организацию занятий по лечебной физкультуре;

- организацию часа активных движений (динамической паузы) после 4-го урока;
- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

4.6. Реализация дополнительных образовательных программ

В школе созданы и реализуются дополнительные образовательные программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, такие как:

1. Авторская программа по коррекции осанки у школьников Попоудина А.А.
2. Программа по баскетболу.
3. Система классных часов по формированию здорового образа жизни по пособию М.И Бакунина «Основы здорового образа жизни» 1-4 классы.

Учителя начальных классов ориентируются в своей работе на программу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

4.7. Взаимодействие с семьями школьников по вопросам воспитания культуры здоровья

Сложившаяся (или складывающаяся) система работы с родителями (законными представителями) по вопросам охраны и укрепления здоровья детей направлена на повышение их уровня знаний и включает:

1. Индивидуальную работу с родителями; консультации психолога; беседы с медицинскими работниками.
2. Способствование формированию у родителей предвидения опасностей окружающей детей жизни; профилактика девиантного поведения школьников.
3. Пропаганда здорового образа жизни в семьях; формирование культуры здоровья родителей; выявление отношения родителей к культуре здоровья и объективных данных о физическом воспитании детей дома.
4. Создание условий для эффективного взаимодействия родителей и их детей.
5. Обмен духовными и эмоциональными ценностями, выработка единой линии воспитания культуры здоровья.
6. Сплочение семьи, обучение бесконфликтному общению.
7. Организация совместного культурного отдыха с детьми; совместные творческие дела.
8. Привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;
9. Создание библиотечки детского здоровья, доступной для родителей и т.п.
10. Проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т.

4.8. Работа по сохранению психологического здоровья всех участников образовательного процесса.

**Комплексная программа по сохранению психологического здоровья
всех участников образовательного процесса**

Аналитическое обоснование программы

Термин «психологическое здоровье» был введен в научный лексикон не так давно автором Дубровиной, которая считает, что психологическое здоровье является необходимым условием полноценного функционирования и развития человека в процессе его жизнедеятельности. Неоспорима и связь психологического здоровья с физическим.

Многие авторы описывают качества, присущие взрослым психологически здоровым зрелым людям. А.Маслоу выделил следующие характеристики, свойственные людям, которым удалось самоактуализироваться в жизни:

- наличие ориентации на реальность;
- принятие себя и окружающих такими, какие они есть;
- спонтанность;
- центрированность на проблеме, а не на себе;
- наличие потребности в одиночестве;
- автономность и независимость;
- отсутствие склонности к стереотипам в восприятии людей и явлений;
- духовность;
- идентификация с человечеством;
- способность к близким отношениям с людьми;
- наличие чувства юмора;
- высокая креативность и др.

По мнению К. Роджерса, «полноценное функционирование» человека, то есть психологическое здоровье, определяют следующие личностные характеристики (не упомянутые А. Маслоу), это: открытость переживаниям, которая предполагает глубокое и адекватное осознание своих мыслей и чувств, отсутствие тенденции к выработке неадекватных психологических

защит от неприятных чувств и способность принимать свои чувства и мысли как основу для выбора поведения.

Таким образом, психологически здоровый человек подвижен и восприимчив к внешним изменениям, но обладает неким внутренним стержнем, запасом прочности, которые можно охарактеризовать как душевное здоровье, владеет эффективными способами психологической защиты, что позволяет ему противостоять разрушительным факторам реальности и оптимизировать свою жизнедеятельность.

Если составить обобщенный портрет психологически здорового человека, то мы увидим спонтанного, творческого, жизнерадостного, веселого, открытого, познающего себя и окружающий мир человека не только разумом, но и чувствами, интуицией. Он полностью принимает самого себя и при этом признает ценность и уникальность окружающих его людей. Он находится в постоянном развитии и способствует развитию других людей. Такой человек берет ответственность за свою жизнь прежде всего на себя и извлекает уроки из неблагоприятных ситуаций. Его жизнь наполнена смыслом. Это человек, находящийся в гармонии с самим собой и окружающим его миром. Личностное душевное здоровье детерминирует становление и развитие душевного здоровья нации. Духовное единение, душевное здоровье народа - необычайный фермент его полнокровной жизнедеятельности и, что особенно важно - мощный источник его социального оптимизма, при наличии которого общество способно решать масштабные проблемы (В.М. Шепель).

Школа не может остаться в стороне в решении проблемы формирования психологического здоровья учащихся и сотрудников. Результатом совместных усилий в этом направлении и стала разработка комплексной программы "Психологическое здоровье", актуальность которой заключается прежде всего в том, что она ориентирована на решение таких значимых проблем, устранение которых в сумме может дать максимально возможный полезный эффект оздоровления учащихся и учителей, сохранения их психологического

здоровья и обеспечения социальной адаптированности каждого из субъектов образовательного процесса.

Цель программы: обеспечение оптимальных психопрофилактических, развивающих, безопасных условий образовательной среды, способствующих минимизации стрессовых факторов в образовательном процессе, сохранению и укреплению психологического, психического здоровья всех участников образовательного процесса, успешной социализации, самореализации и достижению высокого качества образования учащихся.

К приоритетным для данной программы областям исследования относятся:

- исследование состояние психологического здоровья учащихся, их личностных особенностей;
- исследование уровня познавательного развития учащихся; выявление детей с отклонениями в учебной сфере (педагогически запущенные дети, интеллектуально пассивные, учащиеся с пониженной обучаемостью);
- исследование межличностной сферы участников образовательного процесса;
- исследование профессиональных намерений учащихся;
- исследование мотивации к учебной деятельности;
- исследование личностных особенностей педагогического персонала, администрации; профессиональных затруднений; уровня профессиональной тревожности; уровня стрессоустойчивости, степени удовлетворения различными аспектами жизнедеятельности школы и своими результатами в частности;

- исследование уровня социальной фрустрированности родителей, установок воспитания, родительской тревожности.

Задачи:

1. Соорганизация, гармонизация процесса сопровождения всех субъектов образовательной среды в целях создания полноценных условий для их психологически комфортного, безопасного сотрудничества.

- оптимизация форм общения в педагогическом коллективе (формы работы: тренинги, круглые столы, организация совместного досуга (музыкальные, поэтические гостиные, творческие мастерские);

- способствование улучшению форм толерантного, ненасильственного общения педагогов с учащимися и родителями, родителей с детьми и, наконец, учащихся между собой (формы работы: проведение совместных творческих мероприятий, соревнований, ролевых игр, конкурсов);

- апробация форм эффективного взаимодействия классных руководителей, классных воспитателей и учителей-предметников, социальных педагогов и педагога-психолога, педагогов дополнительного образования (формы работы: круглые столы, дискуссионный клуб, проблемные семинары, психолого-педагогические консилиумы).

Развитие содружества всех участников образовательного процесса предполагает проведение совместных игровых мероприятий, направленных на повышение культуры общения, снижение коммуникативных барьеров общения, соучастие в радостном диалоге.

2. Реализация многоуровневого мониторинга исследования состояния психологического здоровья учащихся в целях вероятностного

прогнозирования, своевременного предупреждения возникновения личностных проблем учащихся, а также исследования стрессогенных факторов, нарушающих психологическое здоровье учащихся.

Следует отметить, что подзадачей этого аспекта деятельности является обеспечение профессионального доступа к полученным с помощью мониторинга данным и использования их специалистами всех звеньев системы сопровождения, контроль за соблюдением мер безопасности и ответственности при выполнении данной работы.

3. Обеспечение оптимального формирования непрерывного взаимодействия между дошкольной и начальной ступени образования.

Данная задача реализуется за счет предшкольной адаптации детей к новым условиям, которая включает в себя диагностику функциональной готовности к школе, развитие творческих, познавательных способностей на базе образовательного учреждения - это способствует снижению страхов, риска возникновения адаптационного синдрома у будущих первоклассников.

4. Обеспечение поддержки детей с трудностями в обучении.

- Участие специалистов системы сопровождения в специализированном сопровождении учебных программ, адекватных возможностям и особенностям учащихся классов коррекционно-развивающего обучения.

- Внедрение развивающе-коррекционных программ для детей с отставанием в обучении (педагогически запущенные дети, интеллектуально пассивные, учащиеся с пониженной обучаемостью).

- Организация консультативно-рекомендательной работы с родителями, воспитателями, учителями.

5. Создание условий для формирования, сохранения, укрепления психологического здоровья учащихся.

В рамках реализации этой задачи разрабатываются, подбираются профилактические, развивающие программы, ориентированные на:

- профилактику возрастных трудностей (программа социальной адаптации первоклассников, программа адаптации учащихся при переходе на среднюю ступень образования, программы профилактики личностных трудностей младших и старших подростков и др.);

- формирование установок на здоровый образ жизни, способности противостояния негативным социальным влияниям, профилактику табакокурения, алкоголизма, развитие навыков саморегуляции и управления стрессом;

- активное использование в воспитательном процессе тренингов личностного роста, уверенности в себе, межличностного общения, бесконфликтного взаимодействия, самостоятельности, развития критического мышления.

6. Создание психолого-педагогических условий для оздоровления межличностной сферы (развитие атмосферы терпимости, взаимоуважения в классных коллективах, снижение факторов стресса в межкультурном общении) и профилактика жестокого обращения с детьми.

Специалист сопровождения призван решить особый тип проблемных ситуаций, связанных с отвержением ребёнка сообществом, например из-за этнических различий, особенностей внешности; низкого статуса в группе и др. Основными факторами, провоцирующими жестокость в ученическом сообществе, являются:

- внутриличностная агрессивность учащихся, зависящая от индивидуальных особенностей (она обостряется в период подросткового кризиса);
- недостаточный уровень развития коммуникативных навыков; общий психоэмоциональный фон учреждения, характеризующийся высоким уровнем тревожности и психической напряжённости; система взаимоотношений внутри классного коллектива; особенности взаимоотношений педагогов со школьниками.

Исходя из этого, реализация данной задачи предполагает:

- внедрение развивающих программ, тренингов, ролевых игр, направленных на развитие толерантности учащихся, эмпатии, сотрудничества, критического мышления, навыков бесконфликтного общения, культуры диалога; преодоление стереотипов восприятия, и др.;
- использование индивидуальной, групповой форм работы с агрессивными учащимися (снятие психологических установок агрессивного поведения, выработка навыков саморегуляции, формирование опыта сотрудничества);
- организация совместной деятельности школьников и педагогов (ролевые игры).

7. Реализация программы психологической поддержки педагогов включает в себя:

- внедрение психологических методов работы с педагогическим персоналом в целях укрепления психологического здоровья персонала;

Критерии психологического здоровья педагогов: эффективное восприятие и комфортные взаимоотношения с реальностью, понимание и принятие себя, свежий взгляд на вещи, креативность, творческая адаптивность, искреннее

служению делу, которым они занимаются; воля и активность, социализированность, целостность, динамичность и др.:

- внедрение психолого-педагогических методов повышения психологической компетентности педагогов (организационно-деловая игра, профессиональные студии с элементами тренингов, тренинги, научно-практический семинар, дискуссия, открытый психологический анализ урока);
- совершенствования толерантных технологий педагогического общения;
- овладение здоровьесберегающими и психосберегающими педагогическими технологиями; выработка умения выявлять и изучать особенности ученика, его учебных затруднений, строить учебно-воспитательный процесс с их учётом;
- профилактика педагогического “сгорания” педагогов;
- организация психологического консультирования педагогов, администрации;

8. Создание полноценных условий для профессионального самоопределения учащихся.

Реализация данной задачи включает в себя следующие направления деятельности:

- разновозрастная диагностика интересов, профессиональных намерений учащихся; раннее выявления интересов и способностей школьников, изучение их психологических особенностей и качеств личности в соотнесении с профессиональными намерениями;

- включение в образовательный процесс профориентационных программ, (формирование профессиональных намерений учащихся, формирование способности к сознательному ответственному выбору) тренингов, обучение учащихся навыкам снятия эмоционального напряжения, управления стрессом во время подготовки и сдачи экзаменов;
- консультационная работа со старшеклассниками по определению дальнейшей программы обучения в связи с его дифференциацией;
- проектирование “индивидуальной траектории профессионализации”;
- осуществление профилизации обучения.

Реализации внутренней дифференциации обучения в старшей школе позволит организовать профильное обучение как вид личностно-ориентированного обучения, позволяющего раскрыться и реализоваться каждому учащемуся.

- просветительская работа с родителями по вопросам профессионального выбора.

9. Организация психолого-педагогического сопровождения одаренных детей.

Данная задача реализуется в рамках следующих направлений:

- разработка индивидуальных образовательных маршрутов;
- охрана и укрепление физического и психологического здоровья;
- профилактика неврозов;
- предупреждение изоляции одарённых детей в группе сверстников.

10. Создание благоприятных условий для успешной адаптации молодых специалистов.

- оценка педагогического статуса молодого учителя;
- осуществление психологического сопровождения молодых учителей
ознакомление их с основами психологической защиты и методами повышения стрессоустойчивости.

11. Организация работы с родителями учащихся.

Организация следующих форм работы:

- семинар-тренинг по особенностям, методам и тактике воспитания в семье, умению разрешать конфликты и кризисы;
- социально-психологический тренинг (тренинг партнёрского общения);
- совместные занятия для детей и их родителей;
- лектории для родителей (развитие психолого-педагогической компетентности родителей);
- психологическое консультирование;
- проведение индивидуальных и групповых флэштренингов.

НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Сопровождение учащихся

Данное направление ставит своей задачей создание позитивных развивающих условий для формирования, сохранения психологического здоровья учащихся, раскрытия их творческого, интеллектуального потенциала, безопасного самовыражения

Реализация данного направления опирается на ряд взаимосвязанных требований

- целостный подход к анализу развития ребёнка в условиях образовательной среды;
- своевременное выявление и предупреждение возможных трудностей в развитии ребёнка, обусловленных его индивидуально-психологическими особенностями
- предупреждение возможных осложнений связанных с переходом ребёнка на следующую возрастную ступень
- создание благоприятного, безопасного психологического климата, обеспечивающего благополучие в развитии ребёнка на каждом возрастном этапе.

Программа формирования психологического здоровья у младших школьников «Тропинка к своему- Я»

Цель - обеспечить формирование психологического здоровья детей, а также выполнение возрастных задач развития. Программа рассчитана на весь период пребывания детей в начальной школе и предполагает включение всех младших школьников в еженедельные занятия психологией.

Программа формирования психологического здоровья учащихся 5-6 классов «Тропинка к своему- Я» (5-6 класс)

Цель занятий – помочь ученикам 5-6 классов разобраться в своих чувствах и желаниях, научиться на новом уровне строить взаимоотношения с окружающими, справляться с конфликтными ситуациями и пр.

Программа формирования психологического здоровья учащихся 7-8 классов «Тропинка к своему- Я» (7-8 класс)

Основная цель занятий — помочь подросткам осознать свои особенности, научиться решать проблемы, обрести уверенность в собственных силах, преодолеть подростковый кризис.

Программа тренинговых занятий «ЗДОРОВЬЕ НАШЕЙ ДУШИ» для учащихся 9 классов.

Цель: создание психолого-педагогических условий, способствующих сохранению психологического здоровья старшеклассников; сформировать представление у старшеклассников о себе как ценности, доверенной самим себе, что означает бережное и ответственное к себе, уважение своих прав и свободы, активная жизненная позиция, помощь в преодолении подросткового кризиса.

Программы сопровождения адаптации учащихся к новым условиям обучения:

Программа Адаптации учащихся 1 класса к школьному обучению "Введение в школьную жизнь" .

Цель: оказание помощи всем субъектам образовательного процесса в адаптационный период, создание наиболее оптимальных условий для безболезненного вхождения учащихся в школьную жизнь.

Задачи: снижение тревожности учащихся, педагогов и родителей; обеспечить каждому ребенку сферу успеха, самореализации, оказание помощи первоклассникам в осознании и принятии новой ситуации развития; оказание помощи педагогам в осознании смысла адаптационного периода и принятия его идеи; консультативно-просветительская работа с педагогами, учащимися и их родителями по профилактике (предупреждению) дезадаптации первоклассников.

Программа по адаптации учащихся при переходе из начальной школы в среднюю «Первый раз в 5 класс».

Задачи:

- создание условий для успешной адаптации детей в школе (формирование классного коллектива; выработка единой системы обоснованных, последовательных требований; установление норм взаимоотношений детей со сверстниками, преподавателями и другими сотрудниками школы и т.п.).
- повышение уровня психологической готовности детей к обучению, познавательному развитию, общению;
- адаптация учебной программы, нагрузки, образовательных технологий к индивидуальным возможностям и потребностям учеников пятых классов.

Программа по профилактике наркомании, табакокурения, алкоголизма среди детей и подростков

Цель: профилактика наркомании, токсикомании и алкоголизма среди детей и подростков путем системы мер просветительского характера и тренинговых занятий.

Модуль «Цветодиагностика и психотерапия произведениями искусства»

Методика отличается новым взглядом на проблему использования образов цвета, пейзажа, животных и афоризмов в практической работе

психолога и психотерапевта и предназначена для диагностики и коррекции нервно-психического состояния взрослых и детей с 4-х летнего возраста.

Работа с методикой разделена три этапа.

На первом психодиагностическом этапе проводится индивидуальная диагностика по шести субтестам. На основании полученных результатов делается вывод об актуальном нервно-психическом состоянии человека, выявляются психические резервы, основные проблемы и источники напряжения.

На втором психокоррекционном этапе индивидуально по предложенной технологии перед клиентом открываются новые горизонты, обозначаются пути выхода из сложных ситуаций, гармонизируется его состояние.

Третий этап - музыкотерапевтический - можно проводить индивидуально и с группой.

На основании результатов предыдущих этапов специалист предлагает для прослушивания музыкальные произведения из входящих в комплект методики девяти компакт-дисков. Результатом применения методики является нормализация и улучшение эмоционального состояния и психической деятельности клиента.

Модуль «Релаксационные занятия»

Релаксация - специальный метод самостоятельного воздействия на свой организм, создающий снятие стресса, изменения функционального состояния нервной системы. К достоинствам этого метода относятся:

- 1) простота в обучении;
- 2) научная обоснованность;
- 3) глубокий и стойкий эффект при внешней поверхностности уровня психологической проработки;
- 4) возможность самостоятельной домашней работы;

- 5) одновременное достижение обучения и отдыха в процессе занятий;
- 6) возможность работы в группе;
- 7) возможность использования базового навыка релаксации для многих целей: снятие фобических реакций на ситуации экзамена, организация отдыха, лучший контроль импульсивности, психопрофилактика вегето-сосудистой дистонии и психосоматических расстройств.

Использование на релаксационных занятиях целевых формул, программирования детей на успех позволяет ускорить и укрепить процесс самовоспитания полезных привычек и черт.

Цели и задачи занятий

1. Обучение способам эмоциональной саморегуляции.
2. Обучить способам расслабления мышц.
3. Помочь составить и использовать персональные (целевые) формулы самовнушения.
4. Программирование на успех.

Модуль «Песочная терапия»

Задачи песочной терапии согласуются с внутренним стремлением ребенка к самоактуализации. В этом песочная терапия ориентирована на то, чтобы помочь маленькому ребенку:

- развить более позитивную Я-концепцию;
- стать более ответственным в своих действиях и поступках;
- выработать большую способность к самопринятию;
- в большей степени полагаться на самого себя;
- овладеть чувством контроля;
- развить сензитивность к процессу преодоления трудностей;
- развить самооценку и обрести веру в самого себя.

Цель такой терапии - не менять и переделывать ребенка, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать возможность ребенку быть самим собой.

Курс по подготовке учащихся одиннадцатого класса к выпускным экзаменам с элементами психологического тренинга

Цель занятий: отработка с учащимися навыков психологической подготовки к экзаменам, повышение их уверенности в себе, в своих силах при сдаче экзаменов.

Задачи:

- Обучение выпускников способам релаксации и снятия эмоционального и физического напряжения, повышение сопротивляемости стрессу;
- Обучение учащихся способам волевой мобилизации и способам поддержания рабочего самочувствия в ходе подготовки к экзаменам;
- Обучение приемам активного запоминания.
- Используемые методы: дискуссии, минилекции, тренинговые упражнения.

Индивидуальные и групповые психолого-педагогические консультации

Сопровождение педагогов

Курс по профилактике эмоционального выгорания у педагогов

Цели:

- Познакомить присутствующих с понятием профессионального выгорания, симптомами его проявления, этапами формирования, причинами возникновения, способами профилактики;

- С помощью практических упражнения и анализа сведений, полученных в процессе работы с представителями разных профессий образования проиллюстрировать проблему эмоционального выгорания;
- Представить схему тренинговой программы по вопросам эмоционального выгорания в профессиональной сфере.

Индивидуальные и групповые психолого-педагогические консультации

Сопровождение родителей

Работа психолога с родителями в рамках психологического сопровождения обучения.

Задача психолога — научить участников клуба самостоятельно конструировать собственное поведение при взаимодействии с ребенком. Родители должны почувствовать, что единственно верного способа разрешения той или иной проблемы не существует.

Занятия проводятся в течение года один раз в месяц. Программа рассчитана на восемь встреч по два часа. Каждое занятие состоит из двух частей: теоретической и практической.

Тренинги гармоничных детско-родительских взаимоотношений.

Цель психологической коррекции:

- изменение неадекватности родительских позиций,
- гармонизация стиля воспитания,
- расширение осознанности мотивов воспитания в семье,
- оптимизация форм родительского воздействия в процессе воспитания детей.

Задачи:

- *психологическое просвещение* - дать родителям знания о механизмах семейных систем, показать влияние их родительских семей на актуальную ситуацию в их собственной семье;
- *обучение* – дать определенную модель построения взаимоотношений с детьми и обучить родителей различным навыкам межличностного общения, необходимым для реализации этой модели;
- *переориентация* - самоисследование родительских позиций, развитие многомерности психологического видения детско-родительских и иных межличностных отношений, преодоление стереотипов, ригидных паттернов поведения.

Тренинги родительской эффективности.

Целью тренинга является обучение взрослых навыкам эффективного общения с ребенком в современных социально-экономических и культурных условиях на основе установления и развития партнерских отношений с детьми.

После прохождения тренинга каждый участник будет уметь:

- Устанавливать дружеские отношения с ребенком, основанные на взаимном доверии и ответственности;
- Объективно оценивать мотивы “плохого” поведения ребенка;
- Оказывать психологическую поддержку ребенку;
- Осознавать психологические ловушки в общении с ребенком;
- Эффективно решать конфликтные ситуации с ребенком, не ущемляя ни его интересов, ни своих собственных.

Индивидуальные и групповые психолого-педагогические консультации.

4. Ожидаемые конечные результаты реализации Программы:

Направление	Планируемые результаты
<p>Диагностика заболеваний и факторов риска, мониторинг состояния здоровья учащихся и сотрудников школы</p>	<p>1. Анализ и разработка системы профилактических и коррекционных мероприятий по данным медицинских и психологических обследований.</p> <p>2. Снижение заболеваемости и функциональной напряженности учащихся..</p> <p>2. Расширение оснащения медицинского кабинета приборами цветоимпульсной терапии.</p>
<p>Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения</p>	<p>1 Соответствие состояния и содержания зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.</p> <p>2. Функционирование на территории МБОУ «Кирбинская СОШ» новой хоккейной площадки.</p>
<p>Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся</p>	<p>1. Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения.</p> <p>2. Пополнение банка методических разработок педагогов по вопросам повышения эффективности учебного процесса, снижения</p>

	<p>функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.</p>
<p>Инновационная деятельность по укреплению и сохранению здоровья детей в школе.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.Повышение уровней валеологической грамотности и обеспечения безопасной жизнедеятельности обучающихся и их родителей; осознанная потребность в здоровом образе жизни. 2.Рекомендации по выявлению детей с дезадаптацией, разработанная система учёта, разработанная система профилактической работы. 3.Анализ мониторинга влияния различных технологий на здоровье учащихся и влияния внутришкольных факторов на здоровье детей. 4. Повышение профессиональной компетенции педагогов и работников ОУ в сохранении и укреплении физического, нравственного, морального и социального здоровья обучающихся (воспитанников).
<p>Организация физкультурно-оздоровительной работы</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях). 2. Рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера. 3.Повышение уровня физической подготовленности школьников.

	<p>4. Выпускники начальной, средней, старшей школы приобретут индивидуальные навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • сохранения своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности; • спортивных занятий для сохранения и укрепления здоровья; • соблюдения правил гигиены и здорового режима дня. • подвижного образа жизни (прогулки, подвижные игры, соревнования, занятие спортом и т.п.). <p>5. Улучшение физического и эмоционально-психологического состояния всех участников образовательного процесса.</p> <p>6. Расширение сети спортивных секций и видов физкультурно-оздоровительной работы;</p> <p>7. Рост спортивных достижений обучающихся</p>
<p>Реализация дополнительных образовательных программ</p>	<p>1. Эффективное внедрение в систему работы ОУ программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс.</p> <p>2. Сформированность у учащихся ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей.</p> <p>3. Учащиеся:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • имеют элементарные представления о физическом, нравственном, психическом и социальном здоровье человека. • имеют первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности. • имеют первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества. • знают о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека.
<p>Взаимодействие с семьями школьников по вопросам воспитания культуры здоровья</p>	<p>Эффективная совместная работа педагогов и родителей по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек.</p>
<p>Работа по сохранению психологического здоровья всех участников образовательного процесса.</p>	<p>1. Обеспечение оптимальных психопрофилактических, развивающих, безопасных условий образовательной среды, способствующих минимизации стрессовых факторов в образовательном процессе, сохранению и укреплению психологического, психического здоровья всех участников образовательного процесса, успешной социализации, самореализации и достижению высокого качества образования учащихся.</p> <p>2. Повышение уровня познавательного развития мотивации к учебной деятельности учащихся.</p>

	<p>3. Исследование личностных особенностей педагогического персонала, администрации; профессиональных затруднений; уровня профессиональной тревожности; уровня стрессоустойчивости, степени удовлетворения различными аспектами жизнедеятельности школы и своими результатами в частности. Применение инновационных здоровьесберегающих технологий.</p> <p>4. Исследование уровня социальной фрустрированности родителей, установок воспитания, родительской тревожности. Индивидуальное консультирование и коррекция по результатам исследования.</p> <p>5. Улучшение физического и эмоционально-психологического состояния всех участников образовательного процесса.</p>
--	---

Список нормативно-методических документов:

1. Федеральный Закон РФ № 30-ФЗ «Об образовании» от 22.07.1993 (с последующими изменениями и дополнениями)
2. Федеральный закон РФ №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.1999.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. Утвержден Приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373. – М.: Просвещение, 2010. – 31 с. (Стандарты второго поколения).
4. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. Утвержден Приказом Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. № 1897. – М.: Просвещение, 2011. – 48 с. (Стандарты второго поколения).
5. СанПиН 2.4.2.282-10 «Гигиенические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
6. СанПиН 2.2.2./2.4.1.1340-03 «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы».
7. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №373 от 6.10.2009 «Об утверждении и введение в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №1897 от 17.12.2010 «Об утверждении и введение в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №2106 от 28.12.2010 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

