

«Утверждаю»
Директор школы _____ Ялаев Р. Х..
« _____ » _____ 200__ г.

Программа

«За здоровый образ жизни»

Муниципального бюджетного образовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 2 » г. Мензелинска РТ

Цели программы:

1. Сохранение здоровья детей.
2. Привлечение внимания общественности к проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.
3. Создание системы взаимосвязи и сотрудничества со всеми заинтересованными службами.
4. Создание и апробация здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня заболеваемости детей школьного возраста.
2. Налаживание работы с районными службами по формированию здорового образа жизни.
3. Формирование здорового образа жизни в семье.

1. 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 три 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 учащихся и их родителей не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни.

2. Прогноз результатов работы по реализации программы

В работе по сохранению и укреплению здоровья учащихся примут участие педагогический коллектив школы, работники ЦРБ, ЦГСЭН, отдела культуры, торгового отдела и родители. В результате совместной работы названных выше служб ожидается:

постепенное снижение уровня заболеваемости детей школьного возраста;

разработка и соблюдение валеологических требований на занятиях;

улучшение организации питания учащихся;

совершенствование диагностики и коррекционно-развивающей работы в образовательном учреждении;

повышение уровня материально-технического оснащения образовательного учреждения.

3. Перечень направлений работы:

- материально-техническое обеспечение образовательного учреждения;
- диагностика, коррекция и развитие учащихся;
- организация рационального питания;
- формирование валеологических знаний у учащихся и их родителей (беседы врачей-специалистов);
- соблюдение валеологических требований на занятиях (физкультминутки, подвижные перемены);
- формирование системы спортивно-оздоровительной работы;
- отработка механизмов совместной работы всех заинтересованных служб;
- контроль над выполнением мероприятий по укреплению и сохранению здоровья учащихся;
- проведение игр, способствующих реализации целей данной программы.

4. Цели и задачи программы:

Основная цель - сохранение и укрепление здоровья учащихся.

Основные задачи:

снижение уровня заболеваемости учащихся;

соблюдение валеологических требований на занятиях;

формирование у педагогов, учащихся и родителей здорового образа жизни;

формирование системы спортивно-оздоровительной работы;

отработка механизмов совместной работы всех заинтересованных служб, направленных на сохранение и укрепление здоровья учащихся

План работы школы по сохранению и укреплению здоровья учащихся.

Диагностика, коррекция и развитие учащихся

№ 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	ЗДВР
3.	Мониторинг состояния здоровья учащихся	В течение года	ЗДВР, кл. руководители
4.	Обновление банка данных о заболеваемости учеников. Анализ заболеваний и их динамика.	1 раз в год	Классные руководители

5.	Организация специальной группы для занятий физической культурой	Сентябрь	Учитель физ-ры, кл. руководители
6.	Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья	Октябрь	Врачи ЦРБ, учитель физ-ры
7.	Проведение утренней зарядки	Ежедневно	Дежурный учитель
8.	Проведение подвижных перемен на свежем воздухе	Ежедневно	Педагог-организатор
9.	Проведение на уроках специальной гимнастики на осанку, гимнастики для снятия утомления глаз учащихся	Систематически	Учителя-предметники

Организация здоровьесберегающего образовательного процесса

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий	Постоянно	Директор
2	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Постоянно	Директор
3	Обеспечение соблюдения правил ПБ в школе	Постоянно	Директор
4	Содержание в исправности электрохозяйства и всех средств пожаротушения	Постоянно	Директор
5	Регулярное проведение объектовых тренировок	По графику	Директор, начальник штаба ГО школы
6	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по ТБ в учебных кабинетах	По плану внутришкольного контроля	Администрация школы Профком
7	Разработка плана мероприятий по охране труда и ТБ в школе	Сентябрь	Администрация школы
8	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья школьников, - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь	Директор
9	Составление социального паспорта по классам, составление списков: - учащихся группы риска, - неблагополучных семей, - многодетных семей, - малообеспеченных семей, - неполных семей, - детей-инвалидов	Сентябрь	Классные руководители
10	Учет посещаемости учащимися школы	В течение года	Зам. директора по УВР, классные руководители

11	Организация дежурства по школе	Сентябрь	ЗДВР
12	Составление графика работы технического персонала	Сентябрь	Директор
13	Оформление листков здоровья в классных журналах	Сентябрь	Классные руководители, работники ФАП
14	Организация горячего питания в школьной столовой	В течение учебного года	Директор, зам. директора по УВР
15	Обеспечение бесплатным горячим питанием нуждающихся учащихся	В течение учебного года	Директор
16	Проведение динамических пауз	Постоянно	Учителя начальных классов
17	Проведение подвижных игр на свежем воздухе	Постоянно	Учителя начальных классов
18	Составление графика работы спортивных секций и спортивного зала	Сентябрь	ЗДВР
19	Оформление стенда «Хочу быть здоровым»	Октябрь	Педагог-организатор, Кл. руководители
20	Рейды: - по проверке внешнего вида учащихся, - по сохранности библиотечных учебников, - по выполнению школьниками режима дня	По плану внутришкольного контроля	Зам. директора по УВР, библиотекарь, совет школьников
21	Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов	В течение года	Зам. директора по УВР
22	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Учитель физкультуры
23	Обеспечение готовности школьных помещений, системы отопления для работы в зимний период	К началу зимнего периода	Директор
24	Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды	Февраль-май	Воспитатели
25	Обеспечение требований к охране труда при проведении итоговой аттестации в 9 классе	Май-июнь	Зам. директора по УВР
26	Организация ремонта учебных кабинетов	Летний период	Зав. кабинетами
27	Обеспечение требований ТБ во время ремонта школы и трудовой практики учащихся	В летний период	Директор, начальник лагеря
28	Подготовка актов по приемке школы	Июль-август	Директор
29	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов	Август-сентябрь	Директор

30	Приемка школы к новому учебному году	Август	Директор
----	--------------------------------------	--------	----------

3. Инструктивно-методическая и учебно-воспитательная работа

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Организация работы с учащимися, мотивированными на успешное обучение, путем участия в олимпиадах, предметных неделях, различных конкурсах с целью профилактики учебных перегрузок	В течение года	Зам. директора по УВР, руководитель ШМО
2	Проведение вводного инструктажа по правилам ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь Март	Директор, классные руководители
3	Формирование спортивного комитета школы	Сентябрь	Зам. дир. по УВР, учитель физ-ры
4	Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий	В течение года	Зам. директора по УВР, руководитель ШМО
5	Проведение классных часов и бесед, включающих инструктажи по правилам дорожного движения	По плану воспитательной работы	Классные руководители
6	Проведение тематических классных часов по нравственному воспитанию: - «Учись властвовать собой» (7-8 классы) - «Человек и его манеры» (4-5 классы) - «Личная гигиена» (1-9 классы) - «Жить, побеждая зло» (5-9 классы)	Октябрь Ноябрь Январь Февраль	Классные руководители
7	Проведение месячников: - пожарной безопасности - гражданской защиты - охраны труда	Сентябрь Октябрь Май	Директор, зам. директора по УВР,
8	Создание библиотеки методической литературы по проблеме здорового образа жизни	До декабря	Библиотекарь
9	Обеспечение соблюдения правил ТБ и ПБ во время проведения новогодних мероприятий и на каникулах	Во время каникул	Директор
10	Разработка рекомендаций классным руководителям по ведению индивидуального учета физического и психического состояния учащихся	Декабрь-январь	Директор
11	Разработка рекомендаций для учителей по вопросам педагогического общения	Ноябрь-декабрь	Зам. директора по УВР
12	Организация круглых столов по обмену опытом в разработке эффективных форм и методов работы, направленных на оздоровление учащихся	Ноябрь Март	Зам. директора по УВР

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	Зам. директора по УВР, учителя
2.	Контроль соблюдения режима дня учащимися	Постоянно	Классные руководители
3.	Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок учащимся	По графику	Работники ФАП
4.	Организация работы по пропаганде здорового образа жизни среди учащихся (лекции, беседы, вечера)	По отдельному плану	Классные руководители
5.	Обучение школьников эффективным поведенческим стратегиям: умению решать жизненные проблемы, эффективно общаться, владеть своими эмоциями и т. д.	По плану	Классные руководители
6.	Оказание социальной поддержки подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	Постоянно	Классные руководители
7.	Акция «Молодежь за здоровый образ жизни»	Октябрь-декабрь	Классные руководители
8.	Проведение утренней зарядки, подвижных школьных перемен	Постоянно	Дежурный учитель, уч физ-ры
9.	Проведение физкультминуток на уроках	Ежедневно	Учителя- предметники
10.	Проведение Дней здоровья	В четверть один раз	Учитель физ-ры
	Работа спортивных секций, секции «Курэш»	Систематически	Учитель физ-ры, ПДО
10	Проведение месячника по уборке школьной территории	Сентябрь Май	Кл. руководители
11	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	Май-сентябрь	Классные руководители, учитель биологии
12	Организация летнего оздоровительного лагеря при школе	Июнь	П-О
13	Организация отдыха и оздоровления учащихся в летний период	Июнь-август	П-О
14	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива	Июнь-август	Директор, профком
15	Проведение медосмотра педагогов школы	Август-сентябрь	Администрация

4.1 Физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Подвижные игры на свежем воздухе	Ежедневно	Классные руководители
2.	Проведение Дня здоровья	В четверть 1 раз	Директор, вожакая, учитель физкультуры
3.	Легкоатлетический кросс «Золотая осень»	Сентябрь	Учитель физкультуры
4.	Первенство школы по осеннему легкоатлетическому кроссу.	Октябрь	Учитель физкультуры
5.	Участие команды школы на районном осеннем легкоатлетическом кроссе	Октябрь	Учитель физкультуры
6.	Первенство школы по подтягиванию на перекладине (юноши), по подниманию туловища (девушки).	Февраль	Учитель физкультуры
7.	Первенство школы по баскетболу.	Январь	Учитель физкультуры
8.	Спортивные игры «Веселые старты», «Старты надежд».	По отдельному плану	Учитель физкультуры
9.	Лыжные соревнования.	Февраль-март	Учитель физкультуры
10.	Участие команды школы на первенстве района по лыжным гонкам.	По плану спорткомитета района	Администрация, учитель физкультуры
11.	Первенство школы по волейболу	Март	Учитель физкультуры
12.	Первенство школы по футболу	Апрель-май	Учитель физкультуры
13.	Первенство школы по шашкам и шахматам.	Ноябрь	Учитель физкультуры
14.	Летняя спартакиада школьников по отдельным видам легкой атлетики.	Апрель-май	Учитель физкультуры
15.	Участие команды школы на районной летней спартакиаде по легкой атлетике.	По плану спорткомитета района	Учитель физкультуры
17.	Участие команды школы на зональных играх «Зарница»	По плану роо	Учитель ОБЖ

5. Работа по преодолению у учащихся вредных привычек

№	Мероприятия	Дата	Ответственные
1.	Организация родительского патрулирования	В течение года	ЗДВР
2.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска»	Систематически	ЗДВР, кл. руководители
3.	Тематические классные часы о вреде алкоголя, курения и употребления наркотиков	По плану кл. руководит.	Классные руководители
4.	Оформление стендов «Хочу быть здоровым!», «Скажи наркотикам нет», «Береги здоровье смолоду»	Октябрь	П-О, классные руководители
5.	Встречи учащихся с работниками милиции, медицинскими работниками	Ноябрь-декабрь, апрель	Администрация
6.	Акция «Молодежь за здоровый образ жизни»	Октябрь-декабрь	Классные руководители
7.	Анкетирование учащихся по проблемам наркомании, алкоголизма, курения.	В течение года	Классные руководители

6. Работа с родителями.

№	Содержание работы	дата	ответственные
1.	Включение в повестку родительских собраний выступлений по темам оздоровления учащихся	Ноябрь, январь, апрель	Директор
2.	Приглашение на родительские собрания медицинских работников ЦРБ	По плану	Классные руководители, медработники
3.	Организация индивидуальных консультаций для родителей	В течение года	Классные руководители
4.	Выступление на родительских собраниях по результатам диагностики	По плану	Классные руководители
5.	Участие родителей в спортивно-оздоровительных мероприятиях	По плану	Классные руководители