ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ОРЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

КОУ ОО «Орловская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи»

ris14

**Программа**

**воспитания здорового образа жизни обучающихся**

**на 2020-2023 год**

**г.Орел**

**АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ**

Современное состояние общества, темпы его развития предъявляют высокие требования к человеку и его здоровью. Исходя из этого современная школа должна не только давать учащимся определенный объем знаний, умений и навыков, но и обеспечить каждому школьнику возможности для выявления и развития способностей, талантов при должной охране и укреплении здоровья.

Опыт некоторых школ показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует укреплению здоровья школьников. Биологическая реакция организма школьника зависит как от его адаптационных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды.

Многие параметры образовательной среды регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья школьников.

Именно поэтому разработанная программа «Формирование здорового образа жизни у школьников» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование обучащихся. В реализации программы задействованы все службы школы: администрация, педагоги, социальный педагог, медицинские работники и технический персонал.

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:**

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

**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. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья.
5. Пропаганда здорового образа жизни.
6. Внедрение современных методов мониторинга здоровья.
7. Привитие обучающимся знаний, умений и навыков, необходимых для принятия разумных решений по сохранению личного здоровья, а также сохранению и улучшению безопасной и здоровой среды обитания.

**ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ, КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ:**

**1.Организация здоровьесберегающего образовательного процесса**

- обновление и пополнение нормативно-правовой базы школы;

- обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических норм при организации образовательного процесса, норм по охране труда и технике безопасности;

- обеспечение здоровьесберегающего режима работы школы;

- организация рациональной системы питания учащихся;

- обеспечение оптимального режима двигательной активности учащихся;

- разработка комплекса мероприятий по выявлению уровня физического и психологического здоровья обучающихся.

**2. Инструктивно-методическая работа с обучающимися, их родителями и учителями.**

- организация семинаров для педагогов школы;

- организация родительского всеобуча;

- конференции, лектории, викторины для учащихся на валеологические темы;

- проведение инструктажей по технике безопасности, охране труда, противопожарной безопасности и учебных тренировок.

**3. Учебно-воспитательная работа.**

- использование на уроках и во внеурочной деятельности здоровьесберегающих технологий;

- разработка валеологической тематики классных часов;

- организация работы спортивных кружков и секций школы;

- организация работы кружков валеологической направленности.

**4. Профилактика и коррекция здоровья.**

- физкультминутки, зарядка для глаз;

- проведение в школе вечеров здоровья и отдыха;

- проведение дней здоровья;

- проведение спортивно-массовых мероприятий.

**ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:**

* Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

**УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ:**

* Обучающиеся;
* Классные руководители;
* Учителя – предметники (ОБЖ, биологии, физкультуры);
* Родители;
* Врачи, медицинские работники.
* Социальный педагог, психолог
* Администрация школы

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА:**

* Программа учебных предметов, формирующих основы здорового образа жизни; Дни здоровья.
* Пакет диагностик состояния здоровья учащихся. Анкета склонности к вредным привычкам.

**СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:**

2020-2023 годы

**ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

* Повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей;
* Повышение уровня профилактической работы;
* Формирование отношения детей и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
* Введение оптимального режима труда и отдыха детей;

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2.

2. Ахутина Т.В. Нейролингвистика нормы//I Международная конференция памяти А.Р. Лурия. Сб. докладов М., 1998. С. 289-298

3. Выготский Л.С. Психология изучение о локализации психических функций. Собр. соч.: В 6 томах. Т.1. М.: Педагогика, 1982

4. Зеленкевич И.Б., Ивашкевич М.З., Пилипцевич Н.Н.Общественное здравоохранение и его место в системе охраны здоровья населения // Вопросы организации и информатизации здравоохранения. - 2001. - №3. - С.3-6.

5. Программа лагеря «Спасибо, нет!»: Метод. Пособие. - Казань, 2005.

6. Разумов А.Н., Пономаренко В.А. Здоровье здорового - М.: Медицина, 1996. - 416 с.

7. Сухарев А.Г. Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.29 - 34

8. Щебланова Е.И. Неуспешные одаренные школьники: их проблемы и особенности // Школа здоровья. 1999. Т. 6. №3. С. 41-51

**ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание работы** | **сроки** | **ответственные** | **Система целесообразных форм и мер организации работы** |
|  | **1.Организация здоровьесберегающего образовательного процесса** | | | |
| 1. | Составление социологических карт по классам, составление списков:  - учащихся группы риска;  - социально-опасных;  - многодетных семей;  - малообеспеченных семей;  - неполных семей;  - детей с заболеваниями | Сентябрь | Социальный педагог, классные руководители |  |
| 2. | Профосмотры детей в условиях школы | В течение года | Мед. работник, |  |
| 3. | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни | В течение года | Классные руководители, мед.сестра, зам.директора по УВР |  |
| 4. | Контроль состояния здоровья школьников по итогам диспансеризации | Сентябрь-октябрь | Мед. сестра |  |
| 5. | Анализ случаев травматизма в школе | В течение года | Зам.директора по УВР и ВР |  |
| 6. | Издание приказов:  - об охране жизни и здоровья школьников;  - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил техники безопасности, противопожарной безопасности и охраны труда | Сентябрь | Директор школы-интерната |  |
| 7. | Оформление медицинских карт, листков здоровья в классных журналах. Комплектация на их основе физкультурных групп. | Сентябрь | Мед. работник, классные руководители, учителя физкультуры |  |
| 8. | Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон); организация дежурства. | В течение года | Директор школы-интерната, зам.директора по АХР |  |
| 9. | Эстетическое оформление интерьера класса, спален, школы (разведение цветов) | Постоянно | Зам.директора по УВР и ВР, классные руководители, воспитатели |  |
| 10. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок | Ежегодно сентябрь - январь | Зам. директора по УВР |  |
| 11. | Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям | Ежегодно | Директор школы-интерната |  |
| 12. | Организация активного отдыха на переменах (подвижные игры, работа библиотеки) | Постоянно | Заместители директора школы, дежурные учителя |  |
| 13. | Проведение «здоровых уроков» разнообразие форм проведения уроков | Постоянно | Администрация школы, учителя - предметники |  |
| 14. | Введение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни (ОБЖ, «Окружающий мир», «Экология» |  | Администрация  школы |  |
| 15. | Проведение мероприятий по охране зрения учащихся | Повседневно | Учителя - предметники | Мероприятия по охране зрения учащихся |
| **2. Контроль за соблюдением санитарно- гигиенического режима в школьном учреждении** | | | | |
| 1. | Соблюдение воздушного и светового режима в школе | Постоянно | Директор школы-интерната |  |
| 2. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок  (соблюдение требований Сан ПиНа) | В течение года | Зам.директора по УВР |  |
| 3. | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:  - проветривание;  - освещение;  - отопление;  - уборка | постоянно | Зам. директора по АХР, зам.директора по УВР и ВР, мед. работник |  |
| 4. | Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности в школе | Постоянно | Директор школы-интерната |  |
| 5. | Содержание в исправности всех средств пожаротушения | Постоянно | Зам. директора по АХР |  |
| 6. | Обеспечение хранения спортивного инвентаря | Постоянно | Учитель физкультуры |  |
| 7. | Организация ремонта учебных кабинетов | Летний период | Директор школы-интерната |  |
| 8. | Подготовка актов по приемке школы к новому учебному году | Июль-август | Директор школы-интерната |  |
| 9. | Приемка школы к новому учебному году | Август | Директор школы-интерната |  |
| 10. | Рейды:  - по проверке внешнего вида обучающихся;  - по сохранности библиотечных учебников;  - по выполнению школьниками режима дня | По графику | Социальный педагог, библиотекарь, совет старшеклассников, зам.директора по ВР. |  |
| 11. | Регулярно проведение учебных пожарных тревог | По графику | Директор школы-интерната, учитель ОБЖ, |  |
| 12. | Приобретение сантехнического оборудования. | В течение года | Директор школы-интерната |  |
| 13. | Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов | В течение года | Директор школы-интерната |  |
| 14. | Приобретение моющих и чистящих средств | Постоянно | Зам.директора по АХР |  |
| 15. | Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов | Август-сентябрь | Мед. работники |  |
| 16. | Проверка состояния охраны труда в школе и документации по технике безопасности в учебных кабинетах | По отдельному плану | Администрация школы, совет трудового коллектива |  |
| 17. | Обеспечение требований техники безопасности во время ремонта школы и трудовой практики учащихся | В летний период | Директор школы-интерната |  |
| 18. | Разработка плана мероприятий по охране труда и технике безопасности в школе | Сентябрь | Администрация школы, Совет трудового коллектива |  |
| 19. | Контроль за качеством питания и питьевым режимом | постоянно | Зам. директора, ответ. за питание |  |
| 20. | Диагностика загруженности учащихся домашними заданиями | В течение года | Зам.директора |  |
| 21. | Контроль физического воспитания учеников | По отдельному плану | Администрация школы, учителя физкультуры |  |
| 22. | Контроль преподавания ОБЖ | По отдельному плану | Администрация школы |  |
| 23. | Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий | Постоянно | Директор школы-интерната |  |
| 24. | Организация дежурства по школе | Постоянно | Зам.директора по УВР и ВР, классные руководители, воспитатели |  |
| **3. Уровень здоровья учащихся,**  **мероприятия по сохранности и укреплению здоровья детей** | | | | |
| 1. | Состояние здоровья учащихся (анализ на основе углубленного осмотра) | В течение года | Администрация школы | Педсоветы, родительские собрания. Выступление врачей с рекомендациями по его восстановлению |
| 2. | Психологический мониторинг здоровья учащихся:  - тест на адаптацию в начальной, средней школе;  - тест на тревожность | Сентябрь-январь | Психолог |  |
| 3. | Улучшение качества медицинского обслуживания:  Программа деятельности медицинского работника с больными детьми, профилактическая работа через беседы, «уголки здоровья» | Постоянно  Не реже 1 раза в месяц | Медсестра |  |
| 4. | Организация горячего питания | постоянно | Администрация школы |  |
| 5. | Оздоровительная программа с детьми в летний период | Июнь | Администрация школы | Организация и работа школьного оздоровительного лагеря, турпоходы, экскурсии |
| **4. Гигиеническое, санитарно – просветительное воспитание учащихся** | | | | |
| 1. | Проведение бесед, классных часов, круглых столов, диспутов | В течение года | Классные руководители, воспитатели | Индивидуальные консультации специалистов для родителей и учащихся |
| 2. | Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни |  | Библиотекарь, классные руководители, воспитатели |  |
| **5. Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)** | | | | |
| 1. | Результаты тестирования учащихся по выявлению склонностей учащихся к вредным привычкам. Определение дальнейшей деятельности школы | Ежегодно | Зам. директора по ВР, классные руководители | Вопросы и анкеты |
| 2. | Участие в проведении Международного дня борьбы со СПИДом,  Международного дня борьбы с курением | 1.12  19.11 | Зам. директора по ВР, классные руководители, учитель ОБЖ | Беседа со специалистом |
| 3. | Проведение школьной акции «Мы – против наркотиков» | Ежегодно | Зам. директора по ВР, учитель ОБЖ, социальный педагог, педагог-психолог, учитель ИЗО | В программе:  Конкурс рисунков и плакатов.  Конкурс сочинений.  Обзорные книжные выставки и материалы СМИ. |
| 4. | Тематические классные часы | В течение года | Классные руководители |  |
| 5. | Тематические родительские собрания | В течение года | Классные руководители |  |
| 6. | Встречи с сотрудниками наркологического диспансера | По плану | Зам. директора по ВР, социальный педагог |  |
| 7. | Проведение бесед о вреде курения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств(5-11-е классы) | По плану зам.директора по ВР | Социальный педагог, классные руководители, воспитатели,зам. директора по ВР |  |
| 9. | Конкурсы, викторины | По плану | Зам. директора по ВР |  |
| **6. Физкультурно – массовая оздоровительная работа** | | | | |
| 1. | Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом |  | Зам. директора по ВР, учитель физкультуры | Расписание работы секций |
| 2. | Школьные программы спортивно – массовой оздоровительной работы | Учебный год | Директор школы-интерната | Дни здоровья,  работа школьных спортивных секций,  подвижные игры, конкурсы,  турслеты, походы |
| 3. | Пятиминутка Здоровья – зарядка перед уроками | Ежедневно | Физорги классов, учитель физкультуры |  |
| 4. | Озеленение учебных кабинетов и территории школы | Май-сентябрь | Классные руководители, директор школы-интерната |  |
| 5. | Проведение месячника по очистке школьной территории | Апрель, май | Зам. директора по АХР |  |
| 6. | Проведение дней здоровья | Ежемесячно | Учитель физкультуры, классные руководители, |  |
| 7. | Проведение подвижных школьных перемен | Постоянно | Классные руководители |  |
| 8. | Витаминотерапия в весенний период | Март-апрель | Диетсестра |  |
| 9. | Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья | Октябрь | Учителя физкультуры |  |
| 10. | Работа спортивных секций | В течение года | Зам.директора по ВР ,учителя физкультуры, руководители секций |  |
| 11. | Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива | Постоянно | Директор школы-интерната, Совет трудового коллектива, Профсоюзный комитет |  |
| **7.Профилактика травматизма** | | | | |
| 1. | Занятия по правилам дорожного движения (выступления сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, викторины, конкурсы рисунков) | В течение года | Зам. директора по ВР, классные руководители, воспитатели |  |
| 2. | Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках урока ОБЖ | По программе | Преподаватель ОБЖ |  |
| 3. | Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности | сентябрь | Директор школы-интерната, зам.директора по УВР и ВР |  |
| 4. | Статистика и анализ случаев травматизма в школы | В течение года | Мед. сестра, зам.директора по УВР и ВР |  |