**УТВЕРЖДАЮ**

директор МОУ СОШ №40 г. Твери

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.А. Гулина

 приказ № …

 «29» августа 2014г.

**Программа "Путь к здоровью"**

**деятельности МОУ СОШ № 40 города Твери**

**по сохранению и развитию здоровья учащихся**

**на 2014-2017 годы**

**Тверь**

**2014 г.**

**Программа "Путь к здоровью"**

**Авторы разработчики:** Рабочая группа из представителей администрации и педагогов МОУ СОШ № 40.

**Обоснование актуальности**

Основанием для разработки Программы стали

* Закон Российской Федерации «Об образовании»;
* Федеральная целевая программа развития образования на 2011 – 2015 годы;
* Президентская национальная инициатива «Наша новая школа»;
* Городская целевая программа «Здоровое питание школьников в 2013 году» (постановление Администрации города Твери от 31 октября 2012 г. № 1696)

Данная программа является логическим продолжением программы «Здоровье и дети» реализованной в школе с 2009 по 2012 гг. В школе накоплен определенный позитивный опыт по обеспечению условий для сохранения здоровья детей и подростков.

МОУ СОШ № 40 укомплектовано необходимыми кадрами: педагогом-психологом, социальным педагогом, учителем-логопедом, фельдшером, что позволило создать систему медико-психолого-педагогического сопровождения для детей.

На базе нашей школы ежегодно организуется углубленный медосмотр учащихся, охват составляет 100%. По итогам обследований фельдшер в тесном контакте работает с классными руководителями и родителями, отслеживает динамику физического здоровья ребёнка. В течение 2 лет в школе работает «Кабинет здоровья», который ведёт профилактическую работу по пропаганде здорового образа жизни.

Традиционными стали декадники, месячники по профилактике курения, наркомании, классные часы, о здоровом образе жизни. Вклад в пропаганду здорового образа жизни вносит работа кружка «Я и мое здоровье» в 1-2 классах, реализующих ФГОС НОО, а также «Санитарный пост» под руководством фельдшера школы (Шейко В.И.).

Одним из важных аспектов сохранения и укрепления здоровья школьников является организация горячего питания. Общий процент по школе составляет в среднем 85%.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1-4** | **5** | **6-7** | **9-10** |
| **100%** | **75%** | **65%** | **40%** |

Согласно программе «Социальная поддержка населения Тверской области на 2009-2012гг» и постановлению администрации города от 21.12.11 № 2393 начальное звено 100% охвачено горячим питанием. Бесплатно предоставлено питание 59 ребятам, находящимся в трудной жизненной ситуации. Все необходимые требования к качеству приготовления пищи, составлению меню, санитарному состоянию пищеблока, хранению продуктов соблюдаются.

Однако необходимо предусмотреть меры по увеличению количества питающихся детей, продумать мероприятия по привлечению старшеклассников к питанию в столовой. Продолжить работу по совершенствованию технологического оборудования, способов приготовления пищи, разнообразить меню.

Для повышения двигательной активности обучающихся и согласно Приказу Министерства образования РФ № 889 от 30.08.2010г. введен третий урок физкультуры. Физическая культура в школе является одним из главных факторов оздоровления учащихся. Деление учащихся по группам здоровья (основная, подготовительная, специальная) с учетом характера заболевания и уровня физической подготовленности, делают урок физкультуры доступным и обязательным для всех детей. Занятия физкультурой проходят в спортивном зале. В спортивных кружках и секциях занято 42% детей. С 2010 в школе реализуется проект «Школа – центр спортивной жизни».

Учителя начальной школы внедряют в учебный процесс здоровьесберегающие технологии, позволяющие реализовать валеологический подход в обучении, сохранить и укрепить здоровье учащихся. Тесно сотрудничают со спортивными образовательными учреждениями: СЛК «Орбита», бассейн Дома спорта «Юность», СК «Планета», организуют внеклассные спортивные мероприятия.

На 2 и 3 ступенях образования количество заболеваний, выявленных у детей при профилактических осмотрах, по-прежнему, имеет тенденцию к нарастанию, не теряет остроты проблема «школьных болезней». Возросшие учебные нагрузки нередко в несколько раз превышают возможности школьников. Расписание уроков не всегда составляется рационально, без учета динамики работоспособности учащихся. В ходе мониторинга здоровья обучающихся выявлено значительное нарушение режимных моментов:

* недосыпание;
* превышение нормы времени на выполнение домашних заданий;
* значительное сокращение времени для прогулок;
* превышение норматива просмотра телевизора в 2-3 раза.

По результатам опроса установлено, что 75 % детей теоретически знают, зачем соблюдать режим дня, а в действительности оптимальную продолжительность сна выдерживают чуть больше 50% учащихся школы.

Школа и семья - два важнейших воспитательно-образовательных института, которые должны взаимодействовать между собой. Необходимо усилить работу в данном направлении: привлекать большее количество родителей на лектории, приводить разнообразные формы собраний, привлекать их к участию в общешкольных мероприятиях по вопросам сохранений и укрепления здоровья детей.

Сложившаяся система здоровьесберегающей деятельности нуждается в анализе и оценке эффективности проводимых мероприятий.

**Цель программы**

Создание единого здоровьесберегающего пространства для формирования и воспитания гармонично развитой личности, социального, физического и психического комфорта в условиях школы.

**Задачи программы**

* Укрепление материально- технической базы школы, приведение условий обучения в полное соответствие с санитарно-гигиеническими нормами.
* Формирование у школьников через цикл учебных дисциплин и внеучебных форм деятельности системы знаний о здоровье человека и здоровом образе жизни, мотивации на сохранение своего здоровья и здоровья окружающих людей.
* Активное введение в учебный и воспитательный процесс здоровьесберегающих технологий
* Координация совместной работы школы и семьи по компетентности родителей в вопросах охраны здоровья детей.
* Осуществление медико-физиологического и психолого-педагогического мониторинга состояния здоровья обучающихся, создание информационного банка «Состояние здоровья учащихся».
* Создание условий для социально-психологической защищенности детей и подростков в общеобразовательном учреждении.
* Снятие гиподинамического синдрома у детей, активное вовлечение их в занятия физкультурой и спортом.

**Сроки реализации программы**

2014 - 2017гг.

**Содержание программы**

* 1. ***Совершенствование нормативно-правовых условий, информационно–методического обеспечения в целях сохранения и развития здоровья учащихся***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | мероприятия | сроки  | Исполнители |
| 1 | Анализ состояния здоровья учащихся. Оформление аналитических и статистических отчетов о состоянииздоровья учащихся в школе. | Каждое полугодие | Зав. каб. здоровья, мед. работник |
| 2 | Издание и анализ локальных и нормативных актов по сохранению и развитию здоровья обучающихся. | ежегодно | Администрация |
| 3 | Создание в школьной библиотеке подборки научно-методической литературы по тематике ЗОЖ. | ежегодное дополнение | Заведующий библиотекой |
| 4 | Отслеживание результатов выполнения Программы через работу МО учителей физкультуры, Педсовета, Попечительского совета. | ежегодно | администрация |

* 1. ***Внедрение оптимальной системы медико-педагогического обеспечения по оказанию помощи детям и подросткам***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  | мероприятия | сроки | исполнители |
| 1 | Организация оздоровительных режимных моментов в организации занятий в первой половине дня (зарядка, физкультминутки) | Ежедневно | Учителя-предметники |
| 2 | Организация учебных занятий с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье учащихся (неподвижная поза на уроке, отсутствие живых чувственных ощущений, преобладание словесно-информационного принципа учебного процесса, отсутствие чувственно-эмоционального фона на уроке). | Ежедневно | Учителя-предметники |
| 3 | Составление расписания уроков, предусматривающее чередование предметов с высоким баллом по шкале трудности с предметами, которые позволяют частичную релаксацию учащихся.  | Начало четверти | зам. дир. по УВР |
| 4 | Составление расписания внеурочной деятельности, предусматривающее чередование занятий и отдыха. | Начало четверти | зам. директора по ВР |
| 5 | Своевременное информирование субъектов образовательного процесса о состоянии здоровья учащихся и условиях, способствующих сохранению и развитию здоровья. | Один раз в полугодие | Директор, завучи, фельдшер |
| 6 | Мониторинг физического здоровья учащихся по итогам медосмотра. | Один раз в год | Фельдшер, шк. врач |
| 7 | Использование диагностики по выявлению наркомании, токсикомании и других вредных привычек среди детей и подростков. | Ежегодно | Психолог, фельдшер |
| 8 | Организация медицинских осмотров к службе в армии | Один раз в год | Медсестра, рук-ль ОБЖ |
| 9 | Анализ состояния психологического здоровья вновь поступивших учащихся. | Два раза в год | Психолог |
| 10 | Проведение общешкольных родительских собраний по актуализации ценности здоровья. | Два раза в год | Директор. Классные руководители |
| 11 | Проведение методических совещаний на тему «Учет индивидуальных особенностей школьников». | Один раз в год | Завучи |
| 12 | Проведение психологических тренингов для формирования благоприятного морально-психологического климата среди всех субъектов образовательного процесса | Один раз в четверть | Психолог |
| 13 | Проведение с учащимися коррекционно- оздоровительных мероприятий (ЛФК, коррекция зрения, дыхательная гимнастика, логопедические занятия, психокоррекция.) | Постоянно | Учителя – предметники логопед, психолог |
| 14 | Организация работы кабинета Здоровья | Постоянно  | Зав каб. здоровья  |
| 15 | Проведение смотров учебных кабинетов на предмет соответствия требованиям санитарно–гигиенических условий к кабинету. | Два раза в год | Комиссия |
| 16 | Обеспечение условий для предупреждения травматизма:- организация досуга школьников во время перемен;- соблюдение т/б при организации учебно-воспитательного процесса  | Постоянно | Преподаватели |

* 1. ***Санитарно-просветительская работа***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Беседы о здоровом образе жизни с учетом возраста учащихся:- Режим дня младшего школьника- Гигиена внешней среды- Предупреждение травматизма при спортивных занятиях- Зарядка и физкультура в жизни школьника- Влияние курения на организм человека- “Твой режим дня”- “Питайтесь правильно”- “Организация досуга”- Предупреждение травматизма на уроке, улице, дома- Развитие человека и вопросы гигиены- Предупреждение травматизма при спортивных занятиях- Вопросы здоровья и нравственности- Рациональное питание, как основа здоровья- Влияние вредных привычек на организм- Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой- Организация режима дня- Двигательная активность- Предупреждение дорожно-транспортных происшествий- Специфическая гигиена- Режим питания- Зависимость здоровья от окружающей среды- Вредные привычки и здоровье человека- Режим дня старшеклассника- Здоровый образ жизни – необходимое условие благополучного будущего- Предупреждение травматизма во время занятий физической культурой- Особенности физического воспитания- Двигательная активность подростка | Сентябрь Октябрь НоябрьДекабрьЯнварьФевральМартАпрельМайСентябрьОктябрьНоябрьДекабрьЯнварьФевральМартАпрельМай, сентябрьСентябрьОктябрьНоябрьДекабрьЯнварьФевральМартАпрельМай | 1-41-41-41-41-41-41-41-41-45-85-85-85-85-85-85-85-85-89-119-119-119-119-119-119-119-119-11 |
| Выступление по параллелям на родительских собраниях по вопросам физического воспитания: “Особенности физического воспитания в младшем школьном возрасте”. | Сентябрь | 1-4 |

* 1. ***Пропаганда здорового образа жизни в системе учебной деятельности***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  | мероприятия | сроки | исполнители |
| 1 | Обеспечение выполнения программы по курсу ОБЖ. | Постоянно | Администрация  |
| 2 | Организация и проведение сборов, соревнований, турпоходов. | Ежегодно | Рук-ль ОБЖ |
| 3 | Организация воспитательной работы по возрастам по формированию навыков ЗОЖ:-проведение классных часов, Дней здоровья;- организация тематических выставок плакатов, рисунков;- проведение конкурсов сочинений;- проведение массовых спортивных праздников; | Весь период |  Зав. каб. здоровья, кл. руководители, ст. вожатые, преподаватели физ. культуры, ОБЖ |
| 4 | Проведение школьных мероприятий по привитию навыков правильного поведения детей в опасных для жизни ситуациях:- Дни ГО;- « Зарница», Турслет; | По плану | Рук-ль ОБЖ, учителя физкультуры |
| 5 | Участие в операции « Внимание дети!», смотре – конкурсе « Законы дорог уважай» | Ежегодно | Ст. вожатые, рук-ль отряда ЮИД |

* 1. ***Решение оздоровительных задач средствами физической культуры и спорта***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  | мероприятия | сроки | исполнители |
| 1 | Использование на уроках физической культуры новых методов проведения уроков с более высоким уровнем двигательной активности. | Постоянно | Учителя физкультуры |
| 2 | Комплектование кабинета физкультуры необходимым спортивным оборудованием и инвентарем | Ежегодно | Администрация. Учителя физкультуры |
| 3 | Совершенствование спортивно массовой работы через систему дополнительного образования:- организация спортивных секций, танцевального кружка;- обучение спортивным играм. | Постоянно | Руководители секций, кружков |
| 4 | Использование социальных партнеров школы для привлечения учащихся к занятиям спортом. Участие в программе «Школа центр спортивной жизни» | Ежегодно | Тренеры СЛК «Орбита», СК «Юность»,  |

* 1. ***Организация питания школьников***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  | мероприятия | сроки | исполнители |
| 1 | Организация питания детей с учетом всех возможных форм финансирования (родительской платы, бесплатного питания) | Постоянно | Директор, кл. руководители |
| 2 | Проведение совещаний по вопросам организации и развития школьного питания. | 1 раз в четверть | Директор  |
| 3 | Организация работы Совета по питанию | сентябрь | Директор  |
| 4 | Осуществление ежедневного контроля за работой школьной столовой, проведение целевых тематических проверок | В течение года | Администрация. Комиссия |
| 5 | Улучшение материально – технической базы столовой (приобретение и ремонт инвентаря, оборудования), разработка и введение в систему питания новых блюд с учетом изучения запросов учащихся и их родителей | Ежегодно | Администрация, совет по питанию |
| 6 | Проведение работы по воспитанию культуры питания, пропаганде ЗОЖ среди учащихся и родителей через:- систему классных часов и родительских собраний «Режим дня и его значение», «Культура приема пищи», «Хлеб – всему голова», « Острые кишечные заболевания и их профилактика» и др.;- игры, конкурсы, беседы, ярмарки,- встречи с медработником школы и ТМО | Постоянно | Кл. руководители, медсестра |
| 7 | Анкетирование учащихся и родителей по вопросам школьного питания. | Ежегодно | Кл. рук-ли, комиссия по питанию |

1. ***Организация летнего отдыха детей и подростков***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  | мероприятия | сроки | исполнители |
| 1 | Определение профильных смен пришкольного лагеря | Апрель – май ежегодно | Начальники смен. Зам. директора |
| 2 | Организация полноценного питания | Май – август ежегодно | Директор |
| 3 | Охват летним отдыхом детей различных категорий | Апрель – август ежегодно | Кл. руководители, Зам. директора |
| 4 | Координация работы по оздоровлению ослабленных детей с работниками ТМО | Май  | Медсестра |
| 5 | Организация не медикаментозных методов оздоровления (закаливание, гимнастика, фитотерапия и др.) детей в пришкольном лагере | Весь период | Медсестра  |

**Ресурсное обеспечение программы**

1. Кабинет Здоровья
2. Кабинет Логопеда
3. Кабинет психолога
4. Спортивный зал
5. Зал спортивных игр
6. Стадион
7. Спортивная площадка
8. Медицинский кабинет
9. Процедурная

**Ожидаемые результаты**

* повышение уровня физического, психического и социального здоровья учащихся;
* снижение уровня заболеваемости детей простудными заболеваниями, заболеваниями позвоночника и глаз.
* повышение уровня профилактической работы;
* создание оптимального режима учебного труда;
* осознанное отношение детей, их родителей (законных представителей), педагогов к состоянию здоровья как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
* приближенный к 100% охват учащихся школы горячим питанием в школьной столовой.
* создание условий для оптимальной здоровьесберегающей жизнедеятельности детей и педагогов;
* создание условий для успешной интеграции детей с нарушениями здоровья в образовательное пространство;
* повышение уровня информированности обучающихся о вреде социально-обусловленных заболеваний.
* Увеличение количества детей активно занимающихся физкультурой и спортом.

**Критерии эффективности**

1. Количественный и качественный показатели участия школьников в спортивных мероприятиях.

2. Динамика изменений в состоянии психофизического и нравственного здоровья обучающихся.

3. Уровень социальной и психологической адаптации обучающихся.

4. Публикации в информационных изданиях материалов по технологии организации школьной здоровьесберегающей среды.

**План мониторинга программы «Путь к здоровью»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Контроль | Показатели | Осуществление контроля | Сроки | Кто контролирует |
| Образовательный процесс: урочная деятельность | 1. Пропуски уроков физкультуры | Отметка в классном журнале | Ежедневно | Учителя физкультуры |
| 2.Успеваемость и качество выполнения программы, сдача экзаменов | Отметка в специальной ведомости по классам | В конце каждой четверти | Зам. директора по УВР |
| 3.Интерес и мотивация к урокам физкультуры | Анализ динамики годовых показателей (5) у уч-ся одного и того же класса | В течение года | Зам. директора по УВР |
|  | Анкетирование учащихся | В течение года  | Рук. Физвоспитания |
| 2.Образовательный процесс: внеурочная деятельность | 1.Посещение кружков спортивных секций | Отметка в журнале | Ежедневно | Учителя физкультуры |
|  | 2.Выполнение программы кружковой работы | Проверка присутствия уч-ся в соответствии с отметкой в журнале  | Раз в четверть | Зам.директора по восп.раб.  |
|  | 3.Результаты участия в конкурсах, соревнованиях школьного, районного и областного уровня, их динамика | Проверка журналов | В конце уч.года  | Зам. директора по восп. работе  |
|  | 4.Привлечение новых обучающихся к занятиям в спортивных секциях | По итоговым протоколам и приказам | По окончании проведения | Рук. физвоспитания  |
|  | 5.Посещение учащимися массовых мероприятий спортивного характера | Подсчет уч-ся, посещающих занятия с учетом Ф.И. по журналам | В сентябре + контроль в мае | Учителя физкультуры  |
|  |  | По % участия от общего количества уч-ся | По окончании мероприятия в конце уч. года |  |
| 3.Состояние здоровья обучающихся | 1 .Пропуски уроков по болезни | Отметка в классном журнале | Еженедельно | Классный руководитель |
|  | 2.Наличие хронически больных детей | По медицинским картам с определением динамики | В конце года | Зам.директора по УВР |
|  | 3. Наличие детей, имеющих вредные привычки (курение, употребление алкоголя, наркотических средств) | - Анонимное анкетирование- Наблюдение | В начале уч.года | Фельдшер  |
|  |  | Учет фактов по линии ОВД | В начале и конце учебного года - ежегодно |  Социальный педагог |
| 4.Состояние санитарно-гигиенических условий работы | 1. Соблюдение режима проветривания | Наблюдение | Ежедневно | Зав. кабинетами |
|  | 2 Соблюдение норм освещения и отопления в помещениях гимназии |  Наблюдение | 1 раз в две недели | Зав. кабинетами |
|  | 3 Регулярная влажная уборка помещений | При составлении расписания | Ежедневно | Зам. директора по АХЧ |
|  | 4 Соответствие учебной нагрузки обучающихся максимально допустимой (не более) |   | Еженедельно | Зам. директора по УВРДиректор  |
| 5.Соблюдение обучающимися гигиенических норм и правил | 1 Мытье рук перед едой | Наблюдение | Ежедневно | Кл. руководители  |
|  | 2 Мытье рук после посещения туалета | Наблюдение | 1 раз в неделю | Кл. руководители |
|  | 3 Наличие чистой одежды для занятий физкультурой | Наблюдение | Ежедневно | Учителя физкультуры. |
|  | 4 Наличие сменной обуви | Наблюдение |  Ежедневно | Дежурный класс, кл. рук. |
| 6.Эффективность работы кабинета здоровья  | 1.Посещаемость кабинета2.Улучшение измеряемых по программе показателей | Учет посещения, его динамика | В конце уч.года | … |
| 8.Эффективность реализации программы физкультурно-оздоровительной работы в целом | 1.Подведение промежуточных итогов2.Подведение общего итога работы по программе | Анализ | Май Май |  Зам.директора по восп. работе  |