



# ПРОГРАММА сохранения и укрепления здоровья школьников

МОУ «СОШ№3» г. Лангепас,  
Ханты-Мансийский автономный округ -  
Югра, Тюменская область.

2004-2010 г.г.

# Руководители программы

- Назарова Елена Владимировна– директор школы

Координаторы программы:

Жарнакова Наталья Геннадьевна– зам. директора по  
УВР

Шпак Валентина Александровна– зам. директора по  
УВР

СклярOVA Ольга Николаевна– зам. директора по ВР

Полханова Мария Евгеньевна– зам. директора по МР



# Адресат

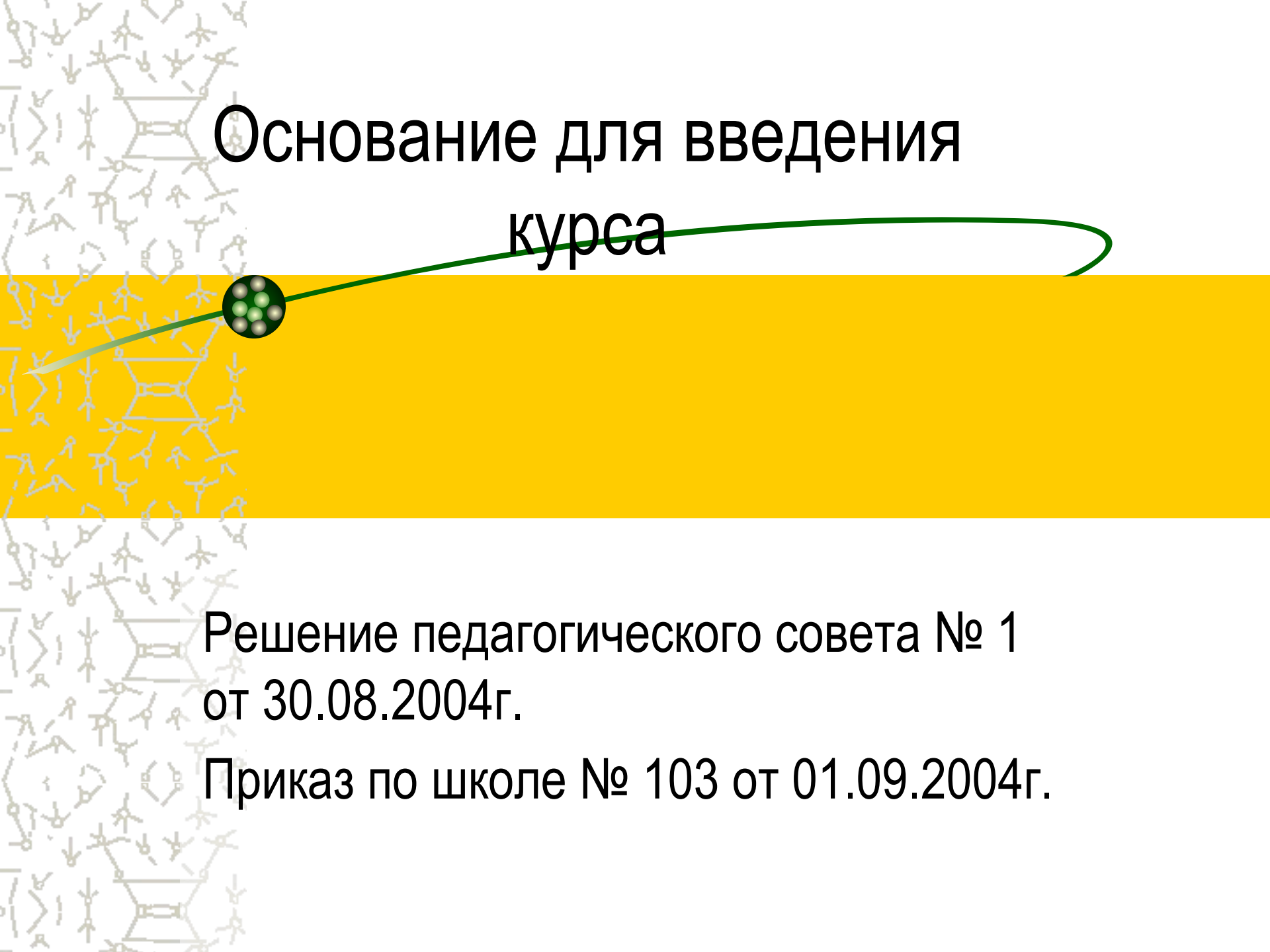
- Классные коллективы МОУ «СОШ №3» г. Лангепас.



# Исполнители программы

- МОУ «СОШ№3»г. Лангепас.
- Детская поликлиника МУ «Горбольница» г. Лангепас.

# Основание для введения курса



Решение педагогического совета № 1  
от 30.08.2004г.

Приказ по школе № 103 от 01.09.2004г.




Цель программы :

формирование ценностного  
отношения к здоровью учащихся и  
педагогов

# Нормативно - правовое обеспечение

- Закон Российской Федерации об образовании
- Конвенция о правах ребенка
- Закон Российской Федерации «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения»
- Санитарно – гигиенические правила и нормы СанПиН 2.4.2. – 1178-02 в образовательных учреждениях
- Программа «Здоровье» для средних общеобразовательных учреждений «Вестник образования» № 12, 2001 г.



# Сроки и этапы реализации программы

I этап – 2004– 2005год

II этап – 2005 – 2006 год

III этап – 2006 – 2007 год

IV этап – 2007 – 2010 год



# 2004 – 2005 год

- Диагностика и проблемный анализ ситуации в школе
- Реализация программы в части переподготовки кадров, проведение учебно-воспитательных мероприятий согласно годового плана на 2004-2005 уч.г.
- Установление взаимного сотрудничества со всеми службами
- Профилактическая работа по гигиене и профилактике вирусных заболеваний, оказание первой мед. помощи через санитарную коллегию
- Контроль согласно плана за режимом проветривания, санитарно – гигиеническим режимом, физкультурно -оздоровительными мероприятиями, коррекционной работой, контроль за нагрузкой учащихся в учебное и послеучебное время
- Родительский лекторий по трем возрастным категориям
- Антиструмин – йодная профилактика
- Оборудование спортивной площадки



# 2005 – 2006 год

- Систематизация результатов работы
- Реализация программы через учебный и воспитательный процесс
- Введение 3ч физкультуры в учебном плане
- Накопление здоровье сберегающих технологий в учебно – воспитательном процессе
- Единое расписание учебных занятий
- Приведение в соответствие СанПиН освещенности в школе
- Оборудование кабинета ритмики



2006 – 2007год

- Проблемный анализ результатов, обобщения и систематизация всех учебно – воспитательных направлений программы
- Дооборудование медицинского кабинета школы
- Корректировка школьной мебели в соответствии с требованиями СанПиН
- Витаминотерапия



# 2007-2010 год

- Анализ результатов и коррекция программы «Сохранения и укрепления здоровья школьников»
- Оборудование кабинета психологической разгрузки
- Издание методических рекомендаций и материалов обобщенного опыта
- Организация школьного конкурса «Школа – территория здоровья»

# Принципы построения программы

- Комплексности – предлагает согласованное взаимодействие всех исполнителей программы, годовое планирование, согласование всех воспитательных воздействий
- Дифференцированности – с учетом возраста учащихся по трем возрастным группам 1-4 кл., 5-8 кл, 9-11 кл., с учетом деления на общеобразовательные и специальные (коррекционные) классы
- Последовательности (этапность)
- Принцип сохранения здоровья – создание условий для гомеостаза (способности организма обеспечить постоянство своей внутренней среды вопреки внешним воздействиям)
- Принцип формирования здоровья – в структуре обеспечения здоровья системообразующим выступает педагогический аспект, сущность которого состоит в формировании у человека с самого раннего возраста индивидуального способа здорового образа жизни

# ● Факторы обеспечивающие реализацию программы

1. Материальный фактор
  - Наличие оборудованных кабинетов для организации учебно – воспитательных занятий
  - Наличие медицинского кабинета и стоматологического кабинета
  - Наличие спортивного зала, спортивной площадки, тренажерного зала, спортивного городка, использование спортивных площадей ДЮСШа
  - Наличие школьной столовой
  - Наличие специальных (коррекционных) классов



# Факторы обеспечивающие реализацию программы

## 2. Кадровое обеспечение

- Работа творческой группы учителей, родителей и общественности по реализации программы
- Учеба классных руководителей, руководителей МО по вопросам реализации программы
- Информационное сопровождение
- Групповое и тренинговое обучение через пед.советы; заседания школьных МО
- Участие в городских семинарах
- Совместная работа с социальными службами города, реабилитационным центром г. Лангепас



# Сотрудничество с

- Детской поликлиникой МУ «Горбольница»
- Отделом по молодежной политике администрации г. Лангепас
- Реабилитационным центром г. Лангепас
- ДЮСШа г. Лангепас



# Ожидаемые конечные результаты программы

- Приостановить процесс дальнейшего ухудшения здоровья детей в конкретных социально – экономических условиях жизнедеятельности
- Сформировать потребность в здоровом образе жизни у большинства учащихся школы
- Уменьшить число учащихся группы «Риска»
- Модель выпускника школы

### **Знания и умения**

1. Достаточный уровень базовых знаний, необходимых для продолжения образования
2. Целостное видение проблем, свободное ориентирование в знаниях на межпредметном уровне
3. Грамотное и свободное владение устной и письменной речью
4. Экологическая грамотность, понимание взаимосвязи человека с природой
5. Знание основных достижений культуры
6. Знание способов рациональной работы, способность к самообразованию

### **Познавательная деятельность**

1. **Интеллектуальная готовность и способность к продолжению образования**
2. **Осознанные познавательные интересы и стремление реализовать их**
3. **Способность использовать знания на практике**
4. **Рациональная организация труда, самообразования, научно – исследовательской работы**
5. **Умение применять знания в нестандартных ситуациях для решения возникающих проблем**

**Ребёнок,  
гармонично  
взаимодействующий  
с окружающей  
средой**

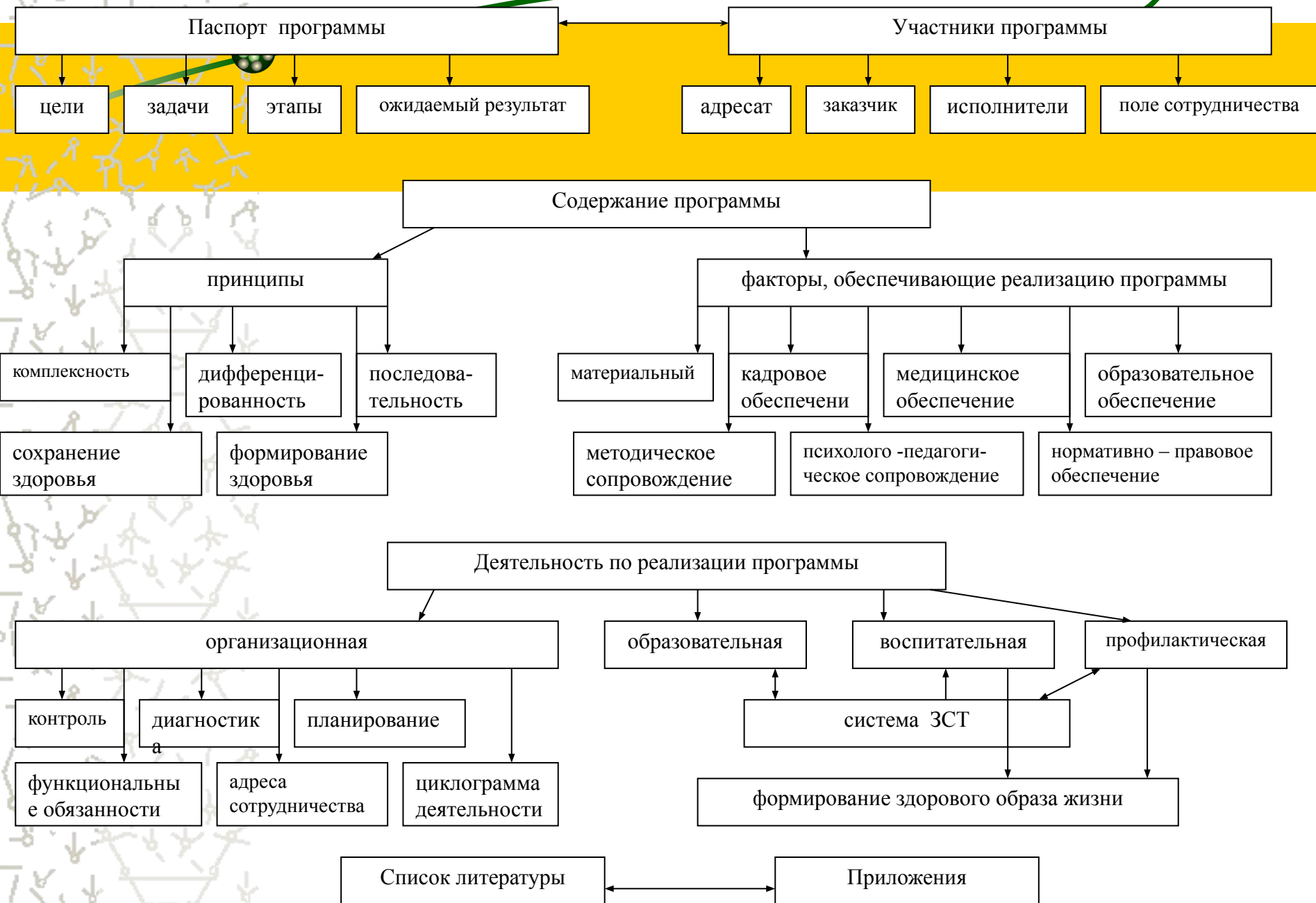
### **Здоровье**

1. Здоровый образ жизни
2. Осознанное отношение к здоровью физической культуре
3. Овладение антистрессовой защитой, аутотренингом, самомассажем
4. Умение применять простейшие способы оказания первой медицинской помощи, способность действовать в чрезвычайных ситуациях

### **Культура личности, жизненная и нравственная позиция**

1. Гуманистическое мировоззрение
2. Культура самоопределения личности, стремление к самосовершенствованию
3. Правовая культура
4. Коммуникативность, культура общения, культура речи
5. Бережное отношение к общечеловеческим ценностям
6. Честность, принципиальность, умение отстаивать свои взгляды и убеждения
7. Оптимизм, настойчивость в преодолении трудностей
8. Адекватная самооценка

# Структура рабочей программы «Сохранения и укрепления здоровья школьников» МОУ «СОШ №3»



# Критерии результативности программы

## Индикаторы результатов

- заболеваемости
- успеваемости
- физического развития
- уровень воспитанности
- занятости
- среда окружения школьника
- состояние здоровья

## Оценка эффективности З.С.Т. с позиции школы

- производственный контроль за соблюдением санитарно-гигиенических условий
- активность педагогов в курсовой подготовке по З.С.Т.
- анализ УМК с позиции здоровьесбережения
- анализ учебного плана, тематического планирования
- утверждение ритма работы школы в ГСЭС
- единое расписание занятий в школе
- учет особенностей здоровья в учебной деятельности

## Критерии эффективности на основе анализа внешней среды

- желание учащихся посещать школу
- характер взаимоотношений
- жизнь после уроков
- внешний вид учащихся
- отношение к школе родителей
- активность учащихся и родителей в делах школы и класса

## Промежуточный контроль по реализации программы

- отчет учителя предметника
- отчет классного руководителя
- отчет воспитателя ГПД
- педагогический совет по итогам
- общешкольное родительское собрание

## Общешкольные конкурсы (итоговый контроль)

- 1Конкурс «Лучший ученик года»
- 2Конкурс «Лучший активист года»
- 3Конкурс «Лучший спортсмен года»
- 4Конкурс «Лучший класс года»
- 5Конкурс «Лучший кабинет года»
6. Конкурс «Самый здоровый класс»

# Литература

## Киндяковская сельская библиотека

1. Амосов Н.М. «Раздумья о здоровье» 3-е изд., М.: Физкультура и спорт, 1987.-64с
2. Буянова Н.Ю. «Я познаю мир»: Детская : Медицина.-М.: ООО «Изд Аст» - ЛТД, 1998-480с
3. Вакса О. «Все, что должны знать мальчики». М.: ООО Фирма «Изд. Аст», 2000 – 32с
4. Демирчоглян Г.Г. «Гимнастика для глаз», М.: Физкультура и спорт, 1987 – 32с
5. Исаев А. «Если хочешь быть здоров»: Сб.-М.: Физкультура и спорт, 1988 – 352с
6. Каневская А.В. «Питание школьников». – М.: Медицина, 1989 – 64с
7. Коростелев Н.Б. «Шаг за шагом»: Твой календарь здоровья.- М.: Мол. гвардия, 1984 – 95с
8. Коротеев А.В. «Первая помощь». – М.: Россельхозиздат, 1987 – 61с
9. Коростелев Н.Б. «От А до Я».- 2-е изд., М.: Медицина, 1987- 288с
10. Кретов Е.А. «Как быть здоровым»: Пер. с англ. – М.: Медицина, 1990 – 240с
11. Куценко Г.И. «Режим дня школьника». -2-е изд.,М.: Медицина, 1987 – 112с
12. Лаптев А.П. «Береги здоровье смолоду».- М.: Медицина, 1988 – 144с
13. Лаптев А.П. «Азбука закаливания». – М.: Физкультура и спорт, 1986 – 96с

# Литература городской библиотеки

14. Ленкошнин А.И. «Мальчику-подростку».-2-е изд. М.: Медицина, 1991 – 96с
15. Мейсон Эндрю М. «Первая помощь». – М.: Аквариум, 1998 – 160с
16. Мартынов С.М. «Овощи+ Фрукты+ Ягоды= Здоровье». Беседы врача-педиатра о питании детей: Кн. для родителей.- М.: Просвещение, 1993 – 159с
17. Пахомов Г.Н. «Как сохранить зубы здоровыми» - М.: Медицина, 1987 – 80с
18. Ротенберг Р. «Расти здоровым: Детская энциклопедия здоровья». Пер. с англ.- М.: Физкультура и спорт, 1993 – 592с
19. Самина Е.Ю. «Азбука домоводства для больших и маленьких».- М.: Педагогика, 1990 – 160с
20. Снурихин И.М. «Как правильно питаться». – М.: Агропромиздат, 1986 – 240с
21. Хайрова Ю.А. «Умеете ли вы отдыхать?». – М.: Физкультура и спорт, 1984- 375с
22. Чайковский А.И. «Искусство быть здоровым». – М.: Физкультура и спорт, 1984 – 375 с
23. Чусов Ю.Н. «Закаливание школьников»: Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1985 – 128с
24. Юденич В.В. «Первая помощь пострадавшим на пожаре». – М.: Стройиздат, 1983- 64с

# Литература

## Школьная библиотека

1. Деятельность образовательных учреждений по сохранению и укреплению здоровья детей: Материалы к областной научно-практической конференции. В 2ч. Ч.1. Ярославль, 2004. – 80с
2. Зайцева Г.К. «Школьная валеология».- Санкт-Петербург, 2001.
3. Ж. «Здоровье наших детей»- Ярославль: «Литера», 2002-2004.
4. Ж. «Завуч». Положение о малокомплектной школе – школе здоровья» - №1, 2002 – стр.67
5. Ж. «Завуч». Экология образования, здоровье сберегающие технологии. - №2, 2002 – стр. 120
6. Колесов Д.В. Основы гигиены и санитарии. Учеб. пособие 9-10 кл., Физкультурный курс.- М.: Просвещение, 1989 – 192с
7. Коростелев Н.Б. Школьнику о здоровье. – М.: Медицина, 1965 – 183 с
8. Организация и проведение в общеобразовательной школе часа здоровья. – М.: Просвещение, 1988.
9. Программа социального закаливания школьников. ДДОМ администрация РМО, Рыбинск, 2002.
10. Программа подготовки педагогов образовательных учреждений к организации работы по профилактике наркомании среди детей и подростков. Администрация Ярославской области. Департамент образования, Ярославль, 2002.



# Литература

## Школьная библиотека

11. Рожков М.И., Ковальчук М.А., Волков А.В., Корнеева Е.Н., Рукавишникова Н.Г., Ходнева Ю.А., Ковальчук А.В. Профилактическая работа: как ее организовать в среде детей и подростков? Методические рекомендации. – Ярославль, 2003. – 80с.
12. Сметанкин А. Учитель здоровья. – СПб.: Питер, 2003. – 160с.
13. Смирнов Н.К. Здоровье сберегающие технологии в работе учителя и школы. – М.: АРКТИ, 2003. – 272с
14. Тихомирова Л.Ф. Формируем у детей правильное отношение к своему здоровью. Пособие для воспитателей дошкольных учреждений, педагогов и родителей. – Ярославль, 1997
15. Тихомирова Л.Ф. Деятельность учреждений образования по охране и укреплению здоровья детей. Учебно – методическое пособие. – Ярославль.: Изд. «Ремдер» – 2003
16. Тихомирова Л.Ф. Теоретико – методические основы здоровьесберегающей педагогики: Монография Под ред. М.И. Рожкова. Ярославль, 2004 – 240с
17. Тихомирова Л.Ф. Школьникам о здоровом образе жизни.- Ярославль: Изд-во «Ремдер», 2003 – 96с
18. Фридман М.Т. Спортивно-оздоровительная работа в детских лагерях отдыха. – М.: Просвещение, 1991 – 207 с
19. Шойгу С. Азбука безопасности. – М.: ОАО «Щербинская типография», 2003



# Оценка эффективности здоровьесберегающих технологий 2004-2010 годы

## Содержание

- Критерии результативности программы “Здоровье”.
- Анализ урока с позиций здоровьесбережения.
- Здоровьесберегающие технологии в образовании (библиографический указатель).
- Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения.
- График проведения групповых занятий по предмету, коррекционных заболеваний, работы психолога и логопеда
- Учебное время: критерии и нормы рациональной организации.
- Рекомендации врача- педиатра по организации работы на уроке с больными детьми.
- Оценка эффективности здоровьесберегающих технологий.
- Примерное содержание уголка здоровья в классе.
- Световой календарь.
- Расписание работы спорт. зала №1 и №2
- Уголок здоровья

# Критерии результативности программы

## Индикаторы результатов

- заболеваемости
- успеваемости
- физического развития
- уровень воспитанности
- занятости
- среда окружения школьника
- состояние здоровья

## Оценка эффективности З.С.Т. с позиции школы

- производственный контроль за соблюдением санитарно-гигиенических условий
- активность педагогов в курсовой подготовке по З.С.Т.
- анализ УМК с позиции здоровьесбережения
- анализ учебного плана, тематического планирования
- утверждение ритма работы школы в ГСЭС
- единое расписание занятий в школе
- учет особенностей здоровья в учебной деятельности

## Критерии эффективности на основе анализа внешней среды

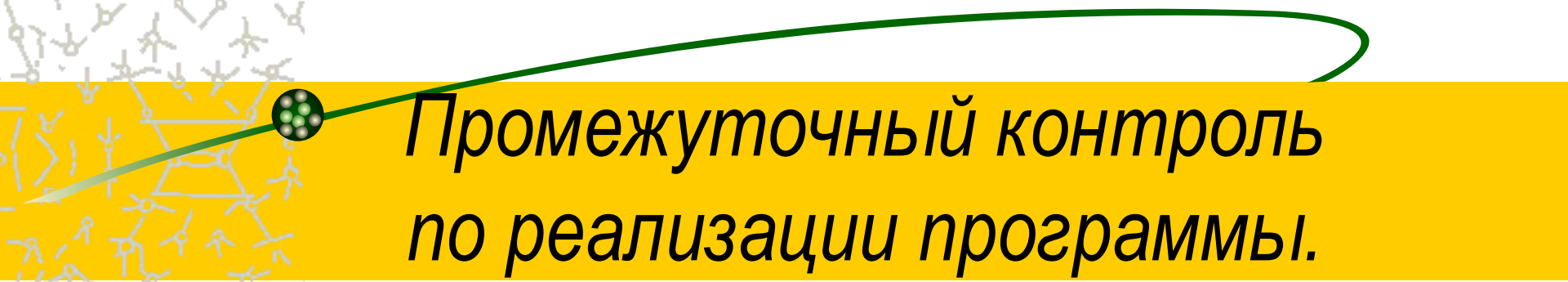
- желание учащихся посещать школу
- характер взаимоотношений
- жизнь после уроков
- внешний вид учащихся
- отношение к школе родителей
- активность учащихся и родителей в делах школы и класса

## Промежуточный контроль по реализации программы

- отчет учителя предметника
- отчет классного руководителя
- отчет воспитателя ГПД
- педагогический совет по итогам
- общешкольное родительское собрание

## Общешкольные конкурсы (итоговый контроль)

- 1Конкурс «Лучший ученик года»
- 2Конкурс «Лучший активист года»
- 3Конкурс «Лучший спортсмен года»
- 4Конкурс «Лучший класс года»
- 5Конкурс «Лучший кабинет года»
6. Конкурс «Самый здоровый класс»



# *Промежуточный контроль по реализации программы.*

*Отчет классных руководителей по реализации программы  
сохранения и укрепления здоровья школьников.*

*Отчет воспитателя ГПД по реализации программы сохранения и  
укрепления здоровья школьников.*

*Отчет учителя-предметника по реализации программы  
сохранения и укрепления здоровья.*

# Общешкольные конкурсы. Содержание.

- *Конкурс « Самый здоровый класс».*
- *Конкурс « Лучший класс».*
- *Конкурс « Ученик года».*
- *Конкурс « Час здоровья».*
- *Конкурс « Учитель недели».*
- *Положение о кабинетах.*
- *Положение о медицинском кабинете.*
- *Положение о работе отсутствующими, временно отсутствующими на занятиях ввиду болезни и выздоровевшими учениками.*
- *положение о дежурстве по школе среди учащихся*

# Приложения

- **Формирование здоровьесберегающей среды (методические рекомендации.)**
- **Приложение.**
- **Мероприятия по охране жизни и здоровья учащихся и технике безопасности.**
- **Санитарно – эпидемиологическое заключение на 2006 – 2007 учебный год.**
- **Санитарно – эпидемиологическое заключение на 2007– 2008 учебный год.**
- **Формирование здоровьесберегающей среды (Руководство)**
- **Формирование здоровьесберегающей среды. (Контроль)**
- **Формирование здоровьесберегающей среды. (Справки).**
- **РЕФЕРАТЫ.**
- **Физкультминутки**
- **Охрана здоровья учителя**
- **Работа с родителями**
- **Из опыта работы**
- **Методический день.**
- **Оценка эффективности здоровья.**