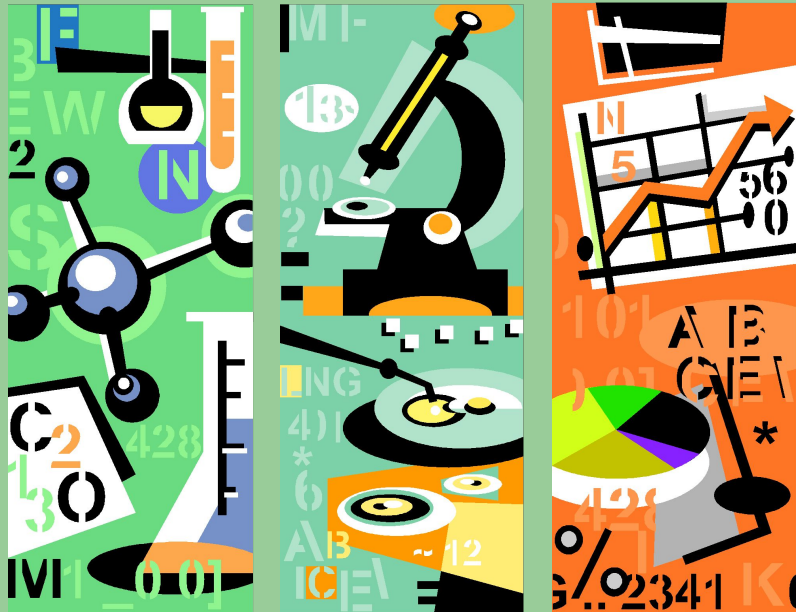


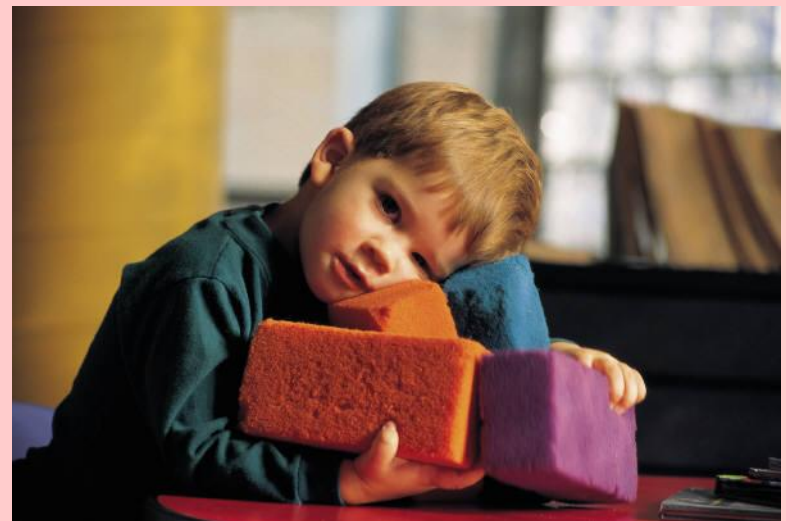
# Школа – территория здоровья

Программа  
формирования  
ценности здоровья и  
здорового образа жизни



# Проблема здоровья школьников

- Каким должно быть в целом общее образование, чтобы обеспечить *высокое качество* здоровья подрастающего поколения?



# Школьные факторы риска

## Школьные факторы риска:

- стрессовая педагогическая тактика;
- интенсификация учебного процесса;
- несоответствие методик и технологий обучения возрасту и функциональным возможностям ребенка;
- преждевременное начало дошкольного систематического обучения;
- несоблюдение физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья детей;
- массовая безграмотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- Частичное разрушение служб школьного врачебного контроля;
- Провалы в существующей системе физического воспитания;
- Отсутствие систематической работы по формированию ЗОЖ.

# Актуальность обращения к теме

- **Качество здоровья подрастающего поколения - важный показатель качества жизни общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и формирующий прогноз на ее развитие в будущем. Этот показатель отражается на индивидуальном уровне и характеризует возможность личности в успешной самореализации и эффективной жизнедеятельности.**



# Цели программы здоровья

- Способствовать сохранению и укреплению здоровья обучающихся;
- Формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- Формировать здоровьесберегающую среду, способствующую развитию личности школьника .



# Задачи программы здоровья

- формировать представление о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- формировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- формировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;

# Задачи программы здоровья

- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- формировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- формировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- формировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

# «Движущие силы» развития личности

Какой-то  
мотор внутри  
меня

*Естественный внутренний  
источник*

Я активно  
изменяю  
себя сам

*Собственная сознательная  
инициатива*



*Инициатива  
других людей или  
организаций*

Со мной  
занимаются



# Школа как социальный институт

- **Насыщенная, интересная и увлекательная школьная жизнь становится важнейшим условием формирования здорового образа жизни.**

**Школа, как социальный институт, имеет ряд возможностей для организации такого рода работы:**

- **возможность привития навыков здорового образа жизни в процессе обучения и контроль за их усвоением;**
- **влияние на уровень притязаний и самооценку учащихся в ходе организации воспитательной работы с ними;**
- **доступ к семьям школьников для анализа и контроля ситуации;**
- **наличие комплексной группы специалистов для организации профилактической работы: педагоги, психолог, школьная медсестра.**

# Факторы, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей

- Неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагоприятных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков и всего населения страны в целом;
- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.

# Принципы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

- Принцип природосообразности, предполагающий учет возрастных и индивидуальных особенностей учащихся на основе изучения их потребностей и интересов и организация в связи с этим их здоровьесберегающей деятельности;
- принцип формирования ценностных установок школьников на здоровый образ жизни, следование которому обеспечивает формирование системы ценностей, мотивов и установок учащихся на здоровый образ жизни;
- принцип *народности* предполагает учёт национальной культуры, традиций и родного языка;
- принцип культуросообразности (включение в культуру посредством специально ориентированной и организованной здоровьетворческой деятельности);
- принцип ориентации на саморазвитие культуры здоровья (признание подростка субъектом процесса здоровьетворческой деятельности);
- принцип здоровьетворческой активности (опора на активную личностную позицию школьников в формировании здорового образа жизни);

# Принципы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

- принцип интеграции воспитательного воздействия, следование которому означает активное взаимодействие всех субъектов педагогического процесса: учителей, родителей и детей, направленное на обеспечение физического и психического здоровья каждого ребенка;
- принцип *гуманности* основан на признании индивидуальности каждого ребенка, его физического, духовного, эмоционального, социального и нравственного развития, милосердия и поддержки в критической ситуации. Проявляется это в поддержке личности в стремлении к самоопределению, помощи ребёнку в самореализации в семье, в школе, в оздоровительных, культурных, правовых, социальных, государственных и общественных учреждениях.
- принцип *социальной ответственности* общества за реализацию человека в творчестве, приобретение знаний, удовлетворение в общении. Он выражается в создании условий для развития одарённых детей, детей физически слабых, с отклонениями в поведении, детей – сирот, детей – инвалидов, детей – мигрантов, детей, страдающих от жестокого обращения и нуждающихся в попечительстве.

# Этапы реализации программы

## *Первый этап (диагностический) – 2015 – 2016 гг.*

- Анализ состояния и планирование работы образовательного учреждения по данному направлению, в том числе: по организации режима дня детей, их нагрузкам, питанию, физкультурно-оздоровительной работе, сформированности элементарных навыков гигиены, рационального питания и профилактике вредных привычек, организации просветительской работы образовательного учреждения с учащимися и родителями (законными представителями) обучающихся;
- Выделение приоритетов в работе образовательного учреждения с учётом результатов проведённого анализа, а также возрастных особенностей обучающихся на ступени начального образования;
- Подбор инструментария для проведения исследования, разработка методики опытно-экспериментального исследования (тесты, анкеты, скрининг-диагностика);
- Проведение первичного мониторинга социального компонента здоровья обучающихся;
- Обобщение полученного материала, обработка результатов количественных и качественных исследований

# Этапы реализации программы

*Второй этап (опытно-экспериментальный) - 2016-2017 гг.*

- Внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья, здорового и безопасного образа жизни, которые должны носить модульный характер, реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс (лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек, проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни);
- Создание в школе общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей (законных представителей) обучающихся;
- Создание в школе целостной системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, в которой все ее компоненты (когнитивная, эмоционально-ценностная и деятельностная) направлены на воспитание ценностей, среди которых Культура здорового и безопасного образа жизни занимает особое место;
- Организация просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников образовательного учреждения и повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей (проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.);
- Создание в образовательном учреждении здоровьесотворяющей пространственно-предметной среды;
- Проведение мониторинга оценки сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни, эффективности работы школы в этом направлении.
- Приобретение для педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
- Привлечение педагогов и родителей (законных представителей) обучающихся к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

# Этапы реализации программы

## *Третий этап (обобщающий) - 2017 - 2018 гг*

- систематизация и обработка результатов исследования
- уточнение теоретических и экспериментальных выводов
- оформление отчетов, научно-методических и практических рекомендаций
- публикации, выступления на конференциях разных уровней организации

# Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения

**Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения включает:**

- соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;
- организацию качественного горячего питания учащихся, в том числе горячих завтраков;
- оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;
- наличие помещений для медицинского персонала;
- наличие необходимого (в расчёте на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (логопеды, учителя физической культуры, психологи, медицинские работники).





# Школьное питание



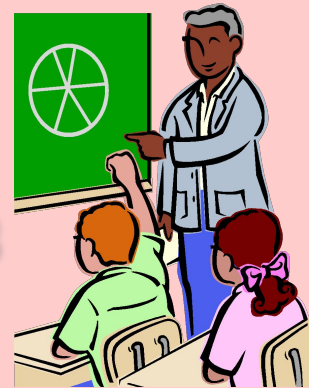
- В МОУ СОШ должны быть созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения должны соответствовать санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. В школе должна работать столовая, позволяющая организовывать горячие завтраки и обеды в учебное время.
- Все обучающиеся начальной школы получают бесплатное питание завтраками. Ученики, посещающие ГПД и дети из многодетных семей получают двухразовое горячее питание:
- Расписание работы столовой:
- завтрак- 9.40 – 10.00
- обед - 12.45 –13.05



# Здоровьесберегающее обучение

- В школе должен работать оснащенный **спортивный зал**, оборудованный необходимым игровым и спортивным инвентарём.
- Во второй половине дня на базе школы должны функционировать спортивные кружки и секции, занятия в которых ведут как педагоги школы, так и тренеры СДЮШОР.
- В школе должен работать **медицинский кабинет**.
- Также в школе должна создана служба **психолого-педагогического сопровождения**.
- Должен работать психолого-педагогический консилиум.

# Квалифицированный состав специалистов



- Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает **квалифицированный состав специалистов:**
  - Педагог-психолог
  - Логопед
  - Учителя физической культуры

## Использование УМК «Начальная школа XXI века» в образовательном процессе

- Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализовано с помощью предметов УМК «Начальная школа XXI века». Для формирования установки на безопасный, здоровый образ жизни в системе учебников «Начальная школа XXI века» предусмотрены соответствующие разделы и темы. Их содержание предоставляет возможность обсуждать с детьми проблемы, связанные с безопасностью и здоровьем, активным отдыхом.





# Основные требования к ТСО

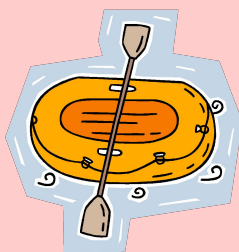
- В школе строго соблюдаются все **требования к использованию технических средств обучения**, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.
- В школе работают 2 компьютерных класса, оснащенных 18 компьютерами.
- Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности **индивидуальные особенности развития обучающихся**: темпа развития и темп деятельности.
- Для обучающихся специальных коррекционных классов разработаны отдельные программы по каждому учебному предмету. Учебная деятельность на уроке строится с учетом индивидуальных особенностей развития каждого ребенка.



# Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная 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, 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) между 3м и 4м уроками;
- 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.).



# Дополнительные образовательные программы



- **Реализация дополнительных образовательных программ предусматривает:**
- внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;
- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и т. п.;
- создание общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей (законных представителей), разрабатывающих и реализующих школьную программу «Образование и здоровье».



# Формы оздоровительной работы

- Программы, направленные на формирование ценности здоровья, здорового и безопасного образа жизни, предусматривают разные формы организации занятий:
- интеграцию в базовые образовательные дисциплины;
- проведение часов здоровья, динамических пауз;
- факультативные занятия;
- занятия в спортивных кружках и секциях;
- проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий, походов, туристических слетов и т. п.;
- организацию дней здоровья;
- выпуск школьной газеты, SMS- сообщений, информационных тематических бюллетеней «Вредные привычки», «Альтернативные занятия», «В здоровом теле – здоровый дух», «Золотые правила питания», «Здоровый образ жизни».
- мини-проект «Мы - за здоровый образ жизни», создание волонтерского отряда (формирование жизненно – важных навыков, первичная профилактика социально – опасных заболеваний, профилактика ПАВ, профилактика насилия и жестокости в школе, толерантное общение);
- мини-проект «Большая перемена», шефство над младшей ступенью обучения (организация подвижных игр во время длительных перемен).
- В школе реализуется дополнительная образовательная программа «За здоровый образ жизни», направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.



# Просветительская работа с родителями (законными представителями)

**Просветительская работа с родителями (законными представителями) включает:**

- лекции, семинары, консультации на родительских собраниях, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.;
- приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, семейных спортивных праздников, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.

# Заключение

## Общие выводы



- По направлению реализации программы развития в части обеспечения здоровьесформирующей образовательной среды проводится мониторинг состояния здоровья и мониторинг физического развития обучающихся, а также работа по использованию компьютерной технологии.
- При этом при проведении мониторинга здоровья обучающихся учитываются следующие факторы, влияющие на здоровье:
  - состояние физического развития;
  - уровень физической подготовки и воспитания;
  - уровень развития физической культуры;
  - состояние лечебно-профилактической работы в ОУ;
  - состояние внеурочной воспитательной работы;
  - уровень учебной и других нагрузок на организм обучающегося;
  - состояние влияния внешней среды, состояние микроклимата в школе и дома.