

КОМИТЕТ ПО НАРОДНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ  
АДМИНИСТРАЦИИ СОЛНЕЧНОГОРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ТИМОНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С  
УГЛУБЛЁННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ  
г. СОЛНЕЧНОГОРСКА-7

РОССИЯ 141503 Московская область г. Солнечногорск-7 ул. Подмосковная  
Тел./ факс 994-36-46 e-mail:timon-school@mail.ru

## ПРОГРАММА

### «ЗДОРОВЬЕ»

ПО ВОСПИТАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ  
ШКОЛЬНИКОВ  
на 2012-2017 год

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование документа	Программа «Здоровье» - приложение к комплексно-целевой программе «Здоровье» МБОУ Тимоновская СОШ с УИОП . Рассчитана на 5 лет.
Обоснование разработки Программы	<p>Конвенция о правах ребёнка          Конституция РФ          Федеральный закон “Об образовании”          Закон РФ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 13.01. 2001 №1-ФЗ с изм. на 07.07. 2003г.          Федеральный закон Об ограничении курения табака от 29.06.2001г.          Федеральный закон о наркотических средствах и психотропных веществах          Закон Московской области о мерах по предупреждению причинения вреда здоровью и развитию несовершеннолетних в Московской области.          Кодекс РФ об административных правонарушениях от 30 декабря 2001 г.№195-ФЗ (с изменениями 25 апреля, 25 июля, 30,31 октября, 31 декабря 202 г., 30 июня, 4 июля, 11 ноября, 8,23 декабря 2003 г., 9 мая 26, 28 июля, 20 августа, 25 октября, 28, 30 декабря 2004., 7, 21 марта, 22 апреля, 9 мая, 2, 21, 22 июля 2005 г.);          Приказ Комитета народного образования Администрации Солнечногорского района МО Об усилении контроля за условиями жизни несовершеннолетних, проживающих в семьях, находящихся в социально опасном положении, и организации работы по профилактике несчастных случаев и жестокого обращения с детьми.          Приказ Комитета народного образования об организации горячего питания в школе.          Устав МБОУ Тимоновская СОШ с углубленным изучением отдельных предметов.</p>
Цель Программы	Сохранение и укрепление здоровья учащихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как одному из главных путей в достижении успеха.
Задачи Программы	<p>Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся. Их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.          Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.          Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья.          Пропаганда здорового образа жизни.</p>
Заказчик Программы	Администрация МБОУ Тимоновская СОШ с углубленным изучением отдельных предметов.
Исполнители, соисполнители Программы	Социальный педагог, заместитель директора по ВР, педагог-психолог, классные руководители, медицинский работник.
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.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Современное состояние общества, темпы его развития предъявляют высокие требования к человеку и его здоровью.

Неудовлетворительные показатели состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в учебных заведениях, являются актуальной проблемой современности. Неуклонное снижение числа практически здоровых детей, все возрастающий поток детей, страдающих хронической патологией и инвалидов, рассматривается сегодня как национальная трагедия России.

Все чаще звучит термин «школьные болезни» в связи с реально высокой значимостью влияний внутришкольной среды на здоровье учащихся. Мониторинг состояния здоровья детей в России свидетельствует, что уже на дошкольном этапе численность практически здоровых детей не превышает 10%, у значительной части обследованных детей (70%) имеются множественные функциональные нарушения. В целом 20% детей в возрасте 6-7 лет не готовы к обучению в школе, а 30-35% дошкольников имеют хронические заболевания. Первое место занимают отклонения со стороны костно-мышечной системы (нарушения осанки, уплощение стопы, последствия перенесенного рахита). На втором ранговом месте находятся нарушения со стороны органов пищеварения, диагностирующиеся более чем у половины детей. У многих дошкольников регистрируются отклонения со стороны системы кровообращения, заболевания лор-органов. Отмечены негативные тенденции роста распространенности нарушений нервно-психического здоровья.

Следовательно, сниженный исходный уровень здоровья детей 6-7 лет, приступающих к систематическому обучению в школе, существенно снижает возможности успешного получения образования. За годы обучения в образовательных учреждениях наблюдается прогрессирующее ухудшение состояния здоровья учащихся: 70% функциональных расстройств переходят теперь в стойкую хроническую патологию. К окончанию школы в 4-5 раз возрастает заболеваемость органов зрения и опорно-двигательного аппарата, в 3 раза – органов пищеварения, в 2 раза – число нервно-психических расстройств. Особо следует отметить увеличение в 5 раз числа детей с заболеваниями эндокринной системы и в 2 раза – с заболеванием туберкулезом (по некоторым данным в 10 классе 5,5% детей болеют туберкулезом). К окончанию школы 80% девушек имеют хронические заболевания, которые впоследствии могут повлиять на течение беременности, роды, здоровье новорожденных. Показано, что среди факторов, формирующих здоровье, доля воздействия так называемых «школьных» факторов, в том числе педагогических, составляет 20%, тогда как влияние медицинского обеспечения оценивается лишь 10-15%.

### Что же влияет на ухудшение здоровья школьников?

1. Вредные привычки ( курение, алкоголь, наркотики)
2. Нарушения режима дня.
3. Чрезмерная учебная нагрузка, несоответствие учебных программ и методик возрастным и функциональным возможностям учащихся.
4. Неправильное питание.

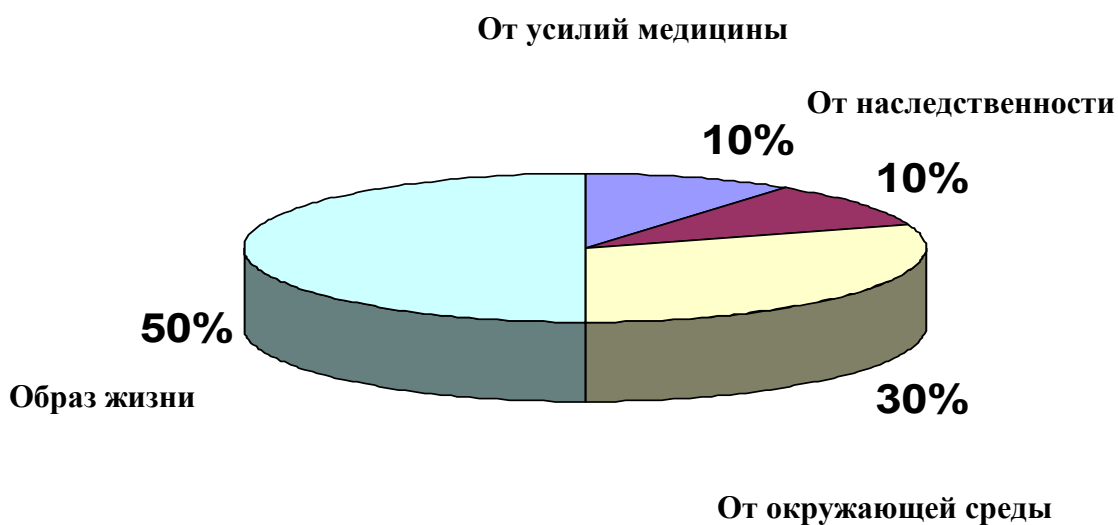
Даже самая счастливая и благоприятная школьная семья не может существовать в отрыве от социальной действительности, для которой распространение алкоголя, сигарет, наркотиков в среде молодёжи всё более и более становится нормой. Детей нельзя

оградить от этой действительности, но научить их сознательно отказываться от социально опасных пристрастий можно и нужно. В силу этих причин проблемы сохранения здоровья детей становятся особенно актуальными во всех сферах человеческой деятельности и особенно остро – в образовательной области.

В программе по пропаганде здорового образа жизни объединен весь позитивный опыт, накопленный педагогическим коллективом, родителями учащихся. Только совместная работа классных руководителей, социальных педагогов, психологов, медицинских работников, родителей и различных ведомственных учреждений может дать реальные результаты. Необходимо сопровождать, а не направлять развитие ребёнка, не решать проблемы за детей, а учить их принимать верные решения самостоятельно. В МБОУ Тимоновская СОШ был проведён мониторинг состояния здоровья наших учащихся за 2008-2009 учебный год.

По данным мониторинга можно сделать вывод, что только 51% учащихся - здоровы. 11% учащихся с нарушениями осанки, 9%- нарушения кровообращения, 8%-заболевания органов пищеварения, 7%-заболевания органов дыхания, по 3%-снижение зрения, заболевания мочеполовых органов и кариес, и по 1% - заболевания эндокринной системы, нарушение нервной системы, заболевания органов слуха и врождённые болезни.

### Факторы, от которых зависит здоровье человека



В качестве положительного фактора можно отметить также, что в школе не наблюдается злоупотребление наркотиками, психоактивными веществами и спиртными напитками. Но, к сожалению, в школе, актуальной остается проблема курения в подростковой среде.

Именно поэтому, разработанная программа «Здоровье», направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование учащихся. В реализации программы задействованы все участники: администрация, социальный педагог, педагог-психолог, учителя-предметники, медицинский работник и технический персонал.

Программа рассчитана на учащихся от 6 до 17 лет на пять лет и является документом, открытым для внесения изменений и дополнений. Корректировка программы допускается ежегодно в соответствии с результатами анализа работы всех структур школы.

# КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ ПРОГРАММЫ

## Цель программы:

Целью данной программы является поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся 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. Отработка системы выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Создание 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. Обучение детей осознанному выбору, принятие правильного решения в пользу собственного здоровья и окружающих.
8. 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.
9. Продолжить профилактику безнадзорности и правонарушений среди несовершеннолетних

## ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ

### 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;

### **4. Профилактика и коррекция здоровья.**

- организация физкультминуток, зарядки для глаз;
- проведение Дней здоровья;
- проведение спортивно-массовых мероприятий.

## **УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ:**

- Администрация школы;
- Учащиеся;
- Социальный педагог;
- Классные руководители;
- Учителя – предметники
- Родители;
- Медицинские работники;
- Педагог-психолог.

## **ЭТАПЫ И СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Программа рассчитана на 5 лет.

1. *Подготовительно-организационный этап 2012-2013 годы* - привлечение всех структур к обсуждению программы и единого плана воспитательной работы по пропаганде здорового образа жизни; распределение обязанностей.
2. *Практический этап 2014-2015 годы* - проведение профилактической работы по всем направлениям программы.
3. *Аналитический этап 2015-2016 годы* – анализ работы по программе, выявление результатов и оценка эффективности реализации программы; создание методической копилки.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

<b>Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)</b>			
Результаты тестирования учащихся по выявлению склонностей учащихся к вредным привычкам. Определение дальнейшей деятельности школы	Ежегодно	Заместитель директора по ВР, социальный педагог, классные руководители, педагог-психолог	Вопросы и анкеты
Участие в проведении Международного дня борьбы со СПИДом, Международного дня борьбы с курением	1.12 19.11	Заместитель директора по ВР, социальный педагог, классные руководители, педагог-психолог	Конкурсное сочинение «СПИД – чума века» Тест «Что мы знаем о курении» Беседа со специалистом
Проведение школьной акции «Мы – против наркотиков»	Ежегодно	Заместитель директора по ВР, социальный педагог, педагог-психолог	В программе: Конкурс рисунков и плакатов. Конкурс сочинений.
Тематические классные часы	В течение года	Социальный педагог, классные руководители	
Тематические родительские собрания	В теч. года	Социальный педагог, педагог-психолог, классные руководители	
Встречи с инспектором ПДН ОеВД, врачами-специалистами	По плану	Заместитель директора по ВР, социальный педагог	
Проведение бесед о вреде курения, употребления алкогольной продукции, наркотических и психотропных средств (5-11-е классы)	По плану	Социальный педагог, классные руководители, заместитель директора по ВР	

<b>Уровень здоровья учащихся, мероприятия по сохранности и укреплению здоровья детей</b>				
1.	Состояние здоровья учащихся (анализ на основе углубленного осмотра)	В течение года	Социальный педагог, медицинский работник	Педсоветы, родительские собрания. Выступление врачей с рекомендациями по его восстановлению
2.	Мониторинг психологического здоровья учащихся: - тест на адаптацию в начальной, средней школе; - тест на тревожность	Сентябрь-январь	Педагог-психолог	
3.	Улучшение качества медицинского обслуживания: профилактическая работа через беседы, «уголки здоровья»	Постоянно  1 раза в месяц	Школьный врач, медсестра	
4.	Организация горячего питания	постоянно	Социальный педагог	
5.	Оздоровительная программа с детьми в летний период	Июнь	Администрация школы	Организация и работа школьного оздоровительного лагеря

<b>Физкультурно – массовая оздоровительная работа</b>				
1.	Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом		Заместитель директора по ВР, учителя физкультуры	Расписание работы секций
2.	Школьные программы спортивно – массовой оздоровительной работы	В течение года	Директор школы	Дни здоровья, работа школьных спортивных секций, подвижные игры, конкурсы, турслеты, походы
3.	Летняя оздоровительная программа		Начальник оздоровительного лагеря	Школьный оздоровительный лагерь. Витаминные столы
4.	Организация летней	Июнь	Начальник лагеря	



	оздоровительной площадки при школе			
5.	Проведение Дней здоровья	По графику	Учителя физкультуры, классные руководители, заместитель директора по ВР	
6.	Проведение подвижных школьных перемен	Постоянно	Классные руководители, спорторганизатор	
7.	Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья. «Группа здоровья»	Октябрь	Учителя физкультуры	
8.	Работа спортивных секций	В течение года	Учителя физкультуры	
9.	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива	Постоянно	Директор школы, учителя физкультуры	
<b>Профилактика травматизма</b>				
1.	Занятия по правилам дорожного движения (выступления сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, викторины, конкурсы рисунков)	В течение года	Заместитель директора по безопасности, социальный педагог	
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, заместитель директора по безопасности	
4.	Статистика и анализ случаев травматизма	В течение года	Заместитель директора по безопасности, фельдшер	

## **ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:**

1. Снижение количества правонарушений среди детей и количества учащихся, злоупотребляющих вредными привычками.
2. Повышение уровня семейного и школьного воспитания.
3. Обеспечение оптимального взаимодействия всех заинтересованных лиц в решении проблемы профилактики употребления психоактивных веществ.
4. Повышение уровня творческого потенциала учащихся; воспитанности и правового воспитания учащихся.
5. Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

## **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ**

Определением эффективности реализации программы является сформированность устойчивого иммунитета к негативным факторам жизни у детей и подростков.

Это определяется через такие показатели, как:

- владение информацией о вредных воздействиях наркотических и психотропных веществ, алкоголя и табака на организм человека;
- развитие у детей и подростков стойкого негативного отношения к наркотическим и токсичным веществам, алкоголю и табаку;
- проявление стремления к здоровому образу жизни среди учащихся и родителей;

## **Реализация программы строится согласно планам работы:**

План воспитательной работы школы

План работы с трудными подростками

План работы по организации профилактики наркомании, алкоголизма, табакокурения и токсикомании

План совместных мероприятий с ОеВД г.Солнечногорск-7.

## **ПРИЛОЖЕНИЕ**

Мониторинг состояния здоровья обучающихся МОУ Тимоновская СОШ с углубленным изучением отдельных предметов.

## БИБЛИОГРАФИЯ

Конвенция о правах ребёнка

Конституция РФ

Федеральный закон “Об образовании”

Закон РФ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 13.01. 2001 №1-ФЗ с изм. на 07.07. 2003г.

Федеральный закон Об ограничении курения табака от 29.06.2001г.

Федеральный закон о наркотических средствах и психотропных веществах

Закон Московской области о мерах по предупреждению причинения вреда здоровью и развитию несовершеннолетних в Московской области.

Кодекс РФ об административных правонарушениях от 30 декабря 2001 г.№195-ФЗ (с изменениями 25 апреля, 25 июля, 30,31 октября, 31 декабря 202 г., 30 июня, 4 июля, 11 ноября, 8,23 декабря 2003 г., 9 мая 26, 28 июля, 20 августа, 25 октября, 28, 30 декабря 2004., 7, 21 марта, 22 апреля, 9 мая, 2, 21, 22 июля 2005 г.);

Приказ Комитета народного образования Администрации Солнечногорского района МО Об усилении контроля за условиями жизни несовершеннолетних, проживающих в семьях, находящихся в социально опасном положении, и организации работы по профилактике несчастных случаев и жестокого обращения с детьми.

Приказ Комитета народного образования об организации горячего питания в школе.

Устав МБОУ Тимоновская СОШ с углубленным изучением отдельных предметов.

Комплексная программа «Здоровье» МОУ Тимоновская СОШ

Лебедев О.Е., Золотухина В.И., Кошкина В.С., Вершловский С.Г., Бакушина А.Н., Конасова Н.Ю., Неупокоева Н.И. Профилактики правонарушений несовершеннолетних: возможности системы образования. Доклад/под ред.Лебедева О.Е.-М.: «Интеллектуальный центр», 2003.

Белова В, Ратобольских Г., Лопаткина Н., Гаврик Е. «Методические рекомендации для классного руководителя по профилактике и формированию здорового образа жизни».

Колесов Л.В. «Антинаркотическое воспитание».

Казьмин В.Д. «Курение, мы и наше потомство».

Гузиков Б.М., Мейроян А.А. «Что губит нас».

«Правовые знания – школьнику», Знание «Народный университет».

«Правовые знания – учителям», Знание «Народный университет».

Кривцова С.В. «Навыки жизни в согласии с миром».

Гоголева А.В. «Аддитивное поведение и его профилактика».

