

## **Проект модернизации Масленниковской средней общеобразовательной школы в рамках программы "Здоровое поколение. RU"**

*“Забота о человеческом здоровье, тем более здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил, не свод требований к режиму, питанию, труду и отдыху. Это, прежде всего, забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества.”*  
*В.А. Сухомлинский.*

Программа является частной, ее содержательное наполнение ограничивается сферой компетенции Масленниковской средней общеобразовательной школой.

Основанием для ее разработки послужило:

- Постановление Правительства Российской Федерации № 1015 от 27.12.2000г. об утверждении Федеральной программы "Молодежь России (2001-2005 годы)". Подраздел программы "Физическое воспитание и оздоровление детей, подростков и молодежи в Российской Федерации (2002-2005 годы).
- Федеральная целевая программа "Дети России" на 2003-2006г.г., включающая подпрограмму «Здоровый ребенок», утвержденная Правительством Российской Федерации в ноябре 2002 года.
- Распоряжение Правительства Российской Федерации № 1202-р от 31.08.2002г., одобренное Концепцией охраны здоровья населения Российской Федерации, на период до 2005 года.
- Федеральный закон «Об образовании» (ст.2, ст. 51, ст.28).
- Федеральный закон от 29.04.99 №80-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

- Приказ Минздрава России № 176 от 30.05.2002г. и Минобразования № 2017 от 31.05.2002г. "О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской Федерации".
- Приказ от 16 июля 2002г. №2715/227/166/19. О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации.
- Приказ Министерства здравоохранения №154 от 5.05.99г. «О совершенствовании медицинской помощи детям подросткового возраста».
- Приказ Министерства здравоохранения и медицинской промышленности Российской Федерации и Государственного комитета РФ по физической культуре и туризму от 19.07.96г. №292/257 «О совершенствовании врачебно-физкультурной службы Российской Федерации».
- Приказ Главного управления здравоохранения Самарской области от 21.10.97г. №258 и Комитета по физической культуре, спорту и туризму Администрации Самарской области от 20.10.97г. №01/04-31 «О совершенствовании врачебно-физкультурной службы Самарской области».

### **Основные разработчики программы**

- Директор школы Шустова Н.И.
- Зам.директора школы по здоровью Мельникова Я.А.
- Зам.директора по воспитательной работе Алгалиева А.С.
- Педагог-организатор Тихонова Н.И.
- Инструктор по физической культуре и спорту Гомонов В.В.

### **Исполнители и соисполнители**

- Организационный комитет

- Администрация школы
- Школьное ученическое самоуправление
- Учителя физической культуры
- Классные руководители
- Медработники школы
- Работники кухни
- Родители

### **Сроки и этапы реализации программы 2002-2006г.г.**

Управление программой, контроль над ее выполнением возлагается на директора школы Шустову Н.И. и оргкомитет.

### **Актуальность проблемы**

В последнее десятилетие в состоянии здоровья детей сформировались устойчивые негативные тенденции - увеличение распространенности факторов риска формирования нарушений здоровья и развития, рост заболеваемости и инвалидности. Результаты Всероссийской диспансеризации 2002 года констатируют низкую долю здоровых детей 27,97% (данные по нашей школе) с одновременным увеличением вдвое удельного веса числа детей, имеющих хроническую патологию. Одними из причин ухудшения здоровья детей школьного возраста являются: перегрузка учебным материалом, медицинская и психологическая неграмотность, недостаточное внимание к двигательной активности и физической культуре ребенка. В силу этих причин проблема сохранения здоровья детей становится особенно актуальной в образовательной области.

Сложившаяся ситуация ухудшения здоровья детей объединила педагогов, медиков и врачей для поиска новых стратегий, обеспечи-

вающих снижение уровня заболеваемости и сохранения здоровья всех субъектов образовательного процесса.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – это жизнь в соответствии с законами природы и общества или жизнь в соответствии с биологическими и нравственными нормами. К ним относятся: оптимальный двигательный режим, личная гигиена, рациональное питание, закаливание, отказ от вредных привычек. Оптимальный двигательный режим – это регулярные занятия физической культурой и спортом и правильное распределение активного и пассивного отдыха. Регулярные занятия физкультурой и спортом отвлекают человека от вредных привычек, праздного проведения времени.

Таким образом, возникла необходимость систематизировать деятельность школы по внедрению здоровьесбережения в образовательный процесс и создать соответствующую программу.

### **Главная цель программы**

Воспитать личность, которая могла бы реализовать себя в современном мире, имела потребность вести здоровый образ жизни, владела навыками саморегуляции и безопасного поведения.

В программе выделяется три проблемные области:

1. Охрана здоровья.
2. Укрепление здоровья.
3. Формирование здорового образа жизни.

### **Основные принципы построения программы:**

*Принцип дифференцированности* – предполагает дифференциацию целей, задач, средств и планируемых результатов фор-

мирования здоровья учащихся во всех его проявлениях с обязательным охватом всех обучающихся. Этот принцип позволяет внедрять здоровьесберегающие технологии в образовательный процесс с учётом возраста и степени сформированности здоровья как целостного состояния личности школьника. Это формирование сознательного ответственного отношения к своему здоровью и готовности вести здоровый образ жизни.

**Принцип участия** – заключается в привлечении всех участников педагогического процесса, а также представителей социума к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по оздоровлению своего организма. (взаимодействие с учреждениями дополнительного образования детей, социумом - с/х им. Масленникова, Хворостянской районной больницей и др. Эта деятельность осуществляется через систему физкультурно-оздоровительных мероприятий по формированию здорового образа жизни, планированию оптимальной учебной нагрузки, своевременной диспансеризации детей.

**Принцип преемственности и взаимосвязи** предусматривает, что каждый блок, имея собственную цель, ставит задачи, которые могут, в свою очередь, пересекаться с целями и задачами других блоков, а также содержать оценку эффективности всех существующих структур и элементов этого процесса;

**Принцип аксеологического подхода** требует формирования у детей и подростков устойчивых мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни как необходимом условии реализации личностных устремлений, максимальное развитие детской инициативы;

**Принцип многоаспектности** реализуется в различных направлениях, связанных с формированием социокультурной среды,

включающей систему оздоровительной урочной и внеурочной деятельности, здоровьесберегающее пространство школы, воспитательную систему школы со школьным ученическим самоуправлением и взаимодействие между структурным подразделением – я/с «Солнышко», школой и родителями. Многоаспектность проявляется в воздействиях на отдельные группы детей, педагогов и родителей, а также в широком социальном воздействии на деятельность школы как социокультурного центра для окружающего социума;

*Принцип последовательности или этапности* предусматривает, что цели и задачи программы разделены на общие стратегические и частные. Это значит, что для обеспечения последовательности необходимо отслеживать не только субъективные и объективные факторы формирования здорового образа жизни, но и оценивать эффективность существующих структур и элементов этого процесса.

## **1. Учебный блок**

**Цель:** организовать учебный процесс, с применением методов и педагогических технологий обучения школьников в соответствии с индивидуальными особенностями возрастного и функционального развития ребенка, его реагированием на учебную нагрузку и состоянием здоровья.

### **Задачи**

- Рационально составить расписание занятий, способствующее эффективному учебно-воспитательному процессу, снижению и ликвидации перегрузок учащихся, повышению работоспособности обучающихся и преподавателей.
- Организовать мониторинг условий обучения, организации учебного процесса, учебной нагрузки и состояния здоровья обучающихся и педагогов.

- Включить в учебный план часы активно-двигательного характера.

## **2. Физкультурно-спортивный блок**

### **Цель**

1. Повысить уровень здоровья, физического развития и физической подготовленности школьника.
2. Сформировать у детей потребности в занятиях физическими упражнениями, как способе поддержания работоспособности, здоровья, самореализации.
3. Создать оптимальные условия для разностороннего физического развития подрастающего поколения, удовлетворения интересов, способностей детей и подростков в спорте.

### **Задачи**

- Преодолеть существующее отчуждение учащихся от ценностей физической культуры:
  - освоить информацию об анатомо-физиологических особенностях детского организма и о влиянии двигательной активности на организм;
  - поощрять личную заинтересованность учеников в занятиях физическими упражнениями;
  - поддерживать учеников самостоятельно, занимающихся физической культурой и спортом.
- Формировать у учащихся внутренней потребности в занятиях физической культуры как средства, обеспечивающее функциональную и психологическую готовность высокой работоспособности.
- Использовать физические упражнения для снятия эмоционального напряжения от умственной нагрузки.

- Пропагандировать семейное физическое воспитание.
- Проводить профилактику асоциального поведения обучающихся средствами физической культуры и спорта.
- Разработать систему физического воспитания, основанную на индивидуально-типологическом подходе (с учетом индивидуальных способностей, состояние здоровья и мотивации ученика).
- Обеспечить взаимодействие учебного и внеучебного процессов физического воспитания для освоения ценностей физической культуры, удовлетворения потребностей обучающихся в занятиях физическими упражнениями.

### **3. Образовательный блок**

**Цель:** формировать необходимые жизненные навыки, позволяющие человеку контролировать свое поведение и избегать ситуаций риска.

#### **Задачи**

- Использовать возможности каждого учебного предмета в формировании навыков здорового образа жизни.
- Создать образовательные и тренинговые программы по формированию здорового образа жизни.
- Взаимодополнять общеобразовательные программы, в рамках которых изучаются основы здорового образа жизни, формами внеурочной воспитательной работы, дополнительного образования детей.
- Повышать общий культурный уровень, расширять кругозор, прививать эстетические вкусы путем организации системы массовых мероприятий, спортивных выступлений и праздников.

#### **4. Медицинский блок**

**Цель:** выявить и устранить факторы, пагубно влияющие на состояние здоровья школьников.

##### **Задачи**

- Проводить санитарно-гигиеническое наблюдение за состоянием школьных помещений и приусадебного хозяйства с целью предупреждения возникновения нарушений в состоянии здоровья детей и сотрудников школы.
- Проводить динамические наблюдения за здоровьем и физическим развитием учащихся и сотрудников школы.
- Оказывать первую медицинскую помощь остро заболевшим.
- Проводить коррекционно-оздоровительные мероприятия.
- Определять физкультурные группы учащихся, сроки допуска к занятиям физической культуры, к тренировкам в спортивных секциях и участия в соревнованиях после перенесенных заболеваний и травм, возрастные нормативы физической нагрузки
- Способствовать приобретению учащимися необходимого минимума знаний и умений по формированию здоровья, защите жизни в неблагоприятных условиях.

#### **5. Кадровый блок**

**Цель:** повысить квалификацию педагогов по вопросам формирования и укрепления здоровья детей и подростков.

##### **Задачи**

- Повысить уровень знаний по вопросам частной и общей валеологии.
- Создать психологическую службу для оказания практической помощи всем субъектам образовательного пространства,

испытывающим затруднения, связанные с образовательным процессом и развитием ребенка.

- Привлечь специалистов:
  - преподавателя физической реабилитации и рекреации;
  - педагога-валеолога;
  - педагога-психолога;
  - логопеда-дефектолога;
  - врача стоматолога;
  - медицинскую сестру, владеющую навыками ЛФК и массажа.

### **Обеспечение реализации основных направлений программы**

№	мероприятия	сроки	ответственные
1	Поиск нормативно-правовых документов деятельности учреждений образования по охране и укреплению здоровья школьников, воспитанию у них здорового образа жизни	4 квартал 2002года	Оргкомитет
2	Анализ здоровьесберегающих методов, методик и технологий, предлагаемых для внедрения в образовательные учреждения	1 квартал 2003года	Оргкомитет
3	Знакомство с опытом работы в области здоровьесберегающих технологий других школ страны и области	1 квартал 2003года	Оргкомитет
4	Подбор учебного материала для программы физического воспитания с оздоровительной направленностью	1-2 кварталы 2003года	Учителя физкультуры. Оргкомитет
5	Проанализировать и определить характер и источники технического дооснащения для работы в новых условиях:	2 квартал 2003года	Администрация. Оргкомитет
6	Создание базы данных о состоянии здоровья и уровне физической подготовленности учащихся и педагогов	2002-2003 уч.год	Медицинский персонал
7	Осуществлять наблюдение за физи-	постоянно	Медицинский

	ческим и нервно-психическим развитием детей		персонал. Классные руководители. Родители
8	Осуществлять углубленный медицинский осмотр в декретированном возрасте	по графику постоянно	Медицинский персонал
9	На основе данных о заболеваемости детей разработать и постоянно осуществлять комплекс мер, направленных на улучшение здоровья детей - реализация программы "Оздоровление школьников и педагогов"	постоянно	Медицинский персонал. Педагоги. Администрация
10	Разработать цикл лекций и методических рекомендаций для педагогического персонала по проблемам здоровья детей: 1. Рост и развитие организма подростков 2. Психосоциальные аспекты детства 3. Меры профилактики ОРЗ 4. Разговор о головной боли 5. Разговор о ВСД 6. Разговор о гинекологических проблемах подросткового периода 7. Разговор о неврозах у подростков 8. Разговор о суицидальном поведении подростков 9. Разговор о расстройствах личности у подростков 10.Разговор о медико-экологической реабилитации школьников, страдающих хроническими заболеваниями 11.Разговор об употреблении молодежью психоактивных веществ	1 квартал 2004года	Зам. директора по оздоровительной работе
11	Осуществлять контроль за расписанием уроков в целях упорядочения учебной нагрузки в школе	постоянно	Администрация
12	Ввести в систему учебного времени внеурочные мероприятия, направ-	2002-2006 годы	Администрация Учителя физ-

	<p>ленные на преодоление гиподинамии:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- утренняя гимнастика;</li> <li>- подвижные перемены;</li> <li>- физкультминутки;</li> <li>- часы здоровья</li> </ul>		<p>культуры Ученическая медицинская служба, спортивный шефский комитеты Школьного ученического самоуправления</p>
13	Подготовить памятки о режиме дня учащихся и рекомендации для родителей по организации учебной деятельности на дому	в начале каждого учебного года	Классные руководители
14	Углублять совместную работу учителей ФИЗО и медицинских работников по укреплению здоровья детей средствами физической культуры - реализация программы "Физкультура - урок здоровья"	постоянно	Учителя физкультуры. Медицинский персонал
15	Индивидуализировать спортивные нагрузки детей на занятиях по физической культуре, в соответствии с их группой здоровья	постоянно	Медицинский персонал. Учителя физкультуры
16	Расширение спортивной базы школы: - открытие тренажерного зала; - строительство детской спортивной площадки	2003-04 уч. год	Администрация. Учителя физкультуры
17	Работа секций детского оздоровительного клуба	постоянно	Учителя физкультуры. Спортивный ученический комитет
18	Систематически проводить "Дни здоровья", спортивные олимпиады, соревнования внутри и вне школы с привлечением родителей и других жителей поселка	постоянно	Учителя физкультуры. Спортивный ученический комитет
19	Работа кружков "Здоровый образ жизни", "Школьникам о здоровье"	постоянно	Педагог дополнительного образования
20	Оптимизация микроклимата классных помещений:	постоянно	"Зеленный патруль".

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- озеленение</li> <li>- поддержание чистоты</li> <li>- аэроионизация воздуха</li> </ul>		Трудовой комитет
21	Контролировать выполнение оздоровительных мероприятий: утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, профилактическое лечение вторичных органов инфекции (УФО, полоскания носа и зева), дыхательную гимнастику, точечный массаж	постоянно	Администрация
22	Открытие кабинета психологической разгрузки	2 квартал 2005 года	Администрация. Медицинская служба
23	Открытие кабинета реабилитации и коррекции здоровья	3-4 квартал 2005 года	Администрация. Медицинская служба
24	Упорядочить и улучшить работу с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей: - разработать программу по вопросам ознакомления родителей с заболеваниями в целях оказания предупредительной помощи	2 квартал 2004 года	Зам. директора по оздоровительной работе Администрация
25	Организовать работу постоянно действующего семинара для родителей по вопросам ЗОЖ, физической культуры, естественных средств оздоровления	3 квартал 2004 года	Администрация Классные руководители
26	Шире пропагандировать опыт работы по организации физкультурного досуга детей с родителями	постоянно	Педагогический персонал
27	Пополнять образовательное учреждение необходимым медицинским и спортивным оборудованием, ростовой ученической мебелью	постоянно	Администрация
28	Осуществлять ремонт спортивных залов, площадок, медицинских помещений	постоянно к концу учебного года	Администрация
29	Анализ проведенной работы: - ведение "листа здоровья класса"; - определение индекса здоровья; - показатель частоты случаев забо-	2006 год	Оргкомитет. Администрация

	леваемости; - соотношение детей 1,2,3 групп здоровья; - число детей, занимающихся в спортивных секциях; - успеваемость		
30	Составление организационно-методических рекомендаций для использования предлагаемой программы в других школах	2006 год	Оргкомитет. Администрация
31	Пропаганда инноваций через открытые, показательные уроки для учителей физкультуры, классных руководителей, директоров школ района	2006год	Оргкомитет. Администрация

Возможна коррекция программы в ходе ее реализации.