

Комитет по образованию Администрации г. Улан-Удэ
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №26» г. Улан-Удэ
им. героя Советского Союза П. Ф. Сенчихина

Утверждаю:

Директор МАОУ СОШ № 26
Мункоева Л. В.



ПРОГРАММА

«Школа за здоровый образ жизни»

Улан-Удэ
2019-2022 гг.

Пояснительная записка:

Проблема воспитания здорового поколения приобретает в настоящее время большое значение. Неутешительные данные статистики свидетельствуют о том, что длительное время наблюдается тенденция ухудшения здоровья детей всех возрастов. Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Активная долгая жизнь - это важное слагаемое человеческого фактора. В последние десятилетия для России употребление несовершеннолетними и молодёжью алкоголя, наркотических средств и других психоактивных веществ превратилось в проблему, представляющую серьёзную угрозу населению, экономике страны, социальной сфере и правопорядку. Всем хочется видеть детей здоровыми и счастливыми. Но как сделать, чтобы ребёнок жил в ладу с самим собой, с окружающим миром, с людьми?

Секрет этой гармонии прост: **ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**. Он включает в себя и поддержание физического здоровья, и стремление оказать помощь тем, кто в ней нуждается, и отсутствие вредных привычек. Общеизвестным считается тот факт, что именно образ жизни определяет здоровье человека почти на 55-65 %. Не менее очевиден и тот факт, что изменить его очень трудно. Но и это можно сделать радостью, а не преодолением каких-либо препятствий.

Данная программа составлена по возрастным ступеням и охватывает учащихся 1 - 11 классов. Школьникам предоставляется объективная информация, в результате чего происходит формирование устойчиво-негативного личностного отношения к вредным привычкам.

Актуальность программы:

В последнее время сохраняются такие острые проблемы, как:

- достаточно высокий процент неблагополучных семей, мало занимающихся проблемами воспитания и развития своих детей;
- невысокий уровень общей культуры в микросоциуме школы;
- недостаток работы по пропаганде здорового и безопасного образа жизни;
- попустительское отношение родителей к вредным привычкам своих детей;
- неумение правильно организовать своё время и жизнь, справляться с конфликтами;
- несвоевременное выявление и запаздывающая профилактика курения, алкогольной зависимости, наркомании, токсикомании.

Последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние их здоровья ухудшается в 4-5 раз. Поэтому проблемы сохранения здоровья школьников и привития им навыков здорового образа жизни сегодня очень актуальными.

Цель программы: воспитание у детей потребности сознательного отношения к собственному здоровью как к главной ценности жизни и борьба с вредными привычками.

Задачи программы:

- формирование у подростков понимания и потребности в здоровом образе жизни, стойкого убеждения в личной ответственности за состояние здоровья;
- воспитание у школьников негативного отношения к вредным привычкам;
- развитие навыков саморегуляции, повышение стрессоустойчивости;
- развитие умения использовать способы стабилизации психоэмоционального состояния, применять навыки межличностного взаимодействия в условиях проблемных жизненных ситуаций;
- формирование личных механизмов принятия решений, личностных качеств - самоуважения, самосознания, уверенности в себе;

- формирование положительной мотивации к занятиям физическими упражнениями и различными видами спорта

Механизмы реализации программы на уровне школы

1. Образование в области здоровья.
2. Физическое воспитание.
3. Служба питания.
4. Школьная психологическая служба.
5. Формирование здоровой среды школы.
6. Вовлечение родителей и общественности.

Этапы реализации Программы

1. Диагностика изучения состояния здоровья обучающихся и их отношения к вредным привычкам;

2. Организационно – практический;

3. Заключительный.

Критерии оценивания результативности Программы: Психолого-педагогический анализ изучения состояния здоровья обучающихся и их отношения к вредным привычкам: диагностика, анкетирование, мониторинг

Ожидаемые результаты:

- Стимулирование повышения внимания школьников к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности;
- Снижение количества наиболее часто встречающихся в школьном возрасте заболеваний;
- Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья;
- Сформированность у учащихся устойчиво-негативного личностного отношения к табаку, алкоголю, наркотическим веществам;
- Приобретение детьми навыков межличностного общения со сверстниками и взрослыми.

Обязанности исполнителей Программы

Администрация школы: осуществляет контроль и координацию профилактической работы в целом.

Учителя-предметники: обеспечивают организацию профилактической работы на уроке (использование антинаркотических материалов в качестве фрагментов урока, проведение тематических уроков).

Классные руководители: благодаря более тесному взаимодействию со школьным коллективом обладают возможностью наиболее комплексного подхода к решению проблемы (организация внеклассных мероприятий, работа с родителями, медико-психолого-педагогической службой школы).

Школьный психолог обеспечивает:

- организацию развивающей работы со всеми школьниками, включая тренинги личностного роста и другие виды групповой развивающей работы;
- психологическое консультирование и сопровождение семей учащихся;
- психологическую поддержку педагогического процесса (выявление и предотвращение различных ситуаций риска, возникающих в процессе учебно-воспитательного процесса, позитивное разрешение различных конфликтных ситуаций);
- выделение групп риска с помощью ежегодного тренинга;
- организацию целостной психологической помощи детям группы риска, в том числе направление ребёнка и его родителей к тому специалисту, который может оказать им квалифицированную помощь вне школы.

Органы ученического самоуправления: создают общешкольное волонтёрское движение, проводят социологические опросы, участвуют в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.

Библиотека: обеспечивает информационно-методическую базу профилактической работы.

Учреждения дополнительного образования и культуры: обеспечивают максимальную занятость в течение дня, отсутствие времени для «ничегонеделания».

Общественные организации: развивают широкую профилактическую деятельность, выходят в школы, на страницы периодической печати.

Семья: вредные привычки сегодня – сложная многоаспектная проблема, которая обусловлена социальными, семейными и личностными факторами. Это болезнь, не только ребёнка, но и всей его семьи. Именно поэтому, одним из ведущих элементов профилактической системы является работа с родителями, которая включает в себя:

- проведение бесед, чтение лекций специалистами в родительской аудитории;
- родительские собрания с обсуждением воспитательных, психологических проблем развития и поведения ребёнка;
- организацию родительских семинаров по проблемам семьи, воспитания и антинаркотической профилактической работы;
- организацию родителей, готовых участвовать в оказании социальной поддержки другим семьям, создание групп родительской поддержки для «трудных» семей данной школы;
- работа с конфликтными семьями, включая данные о случаях социального вмешательства со службы социальной помощи;
- семейное консультирование по проблемам взаимоотношений с ребёнком, который находится на стадии реабилитации.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ.

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные	Система целесообразных форм и мер организации работы
1. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса				
1.	Составление социологических карт по классам, составление списков: - учащихся группы риска; - социально-опасных; - многодетных семей; - малообеспеченных семей; - неполных семей; - детей с заболеваниями	Сентябрь	Зам. по ВР, классные руководители	Социальный паспорт
2.	Профосмотры детей в условиях школы	В течение года	зав. ФАПом	
3.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	В течение года	классные руководители, завуч	
4.	Контроль состояния здоровья школьников по итогам диспансеризации	Апрель	зав. ФАПом	
5.	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья школьников; - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил техники безопасности, противопожарной безопасности и охраны труда	Сентябрь	Директор	
6.	Оформление медицинских карт, листков здоровья в классных журналах. Комплектация на их основе физкультурных групп.	Сентябрь	Классные руководители, зав. ФАПом, учитель физкультуры	
7.	Поддержание санитарно – гигиенического режима	В течение года	Техперсонал, зав. кабинетами	

	в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон); организация дежурства.		Зам по ВР.	
9.	Эстетическое оформление интерьера классов, школы (разведение цветов)	Постоянно	заведующие кабинетами, техперсонал	
10.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Ежегодно сентябрь - январь	Зам. директора по УВР	
11.	Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям	Ежегодно	Директор школы, заведующие кабинетами	
12.	Организация активного отдыха на переменах (подвижные игры, работа библиотеки)	Постоянно	Зам по ВР, дежурные учителя библиотекарь	
13.	Проведение «здоровых уроков», разнообразие форм проведения уроков	Постоянно	Администрация школы, учителя - предметники	Педсовет
14.	Ведение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни (ОБЖ, «Окружающий мир»)		Администрация школы	Педсовет
15.	Проведение мероприятий по охране зрения учащихся	Повседневно	Учителя - предметники	Мероприятия по охране зрения учащихся
2. Контроль за соблюдением санитарно- гигиенического режима в школьном учреждении				
1.	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Постоянно	Директор, техперсонал	
2.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований Сан ПиНа)	В течение года	Завуч	
3.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: - проветривание;	постоянно	завхоз, завучи, зав. ФАПом	

	- освещение; - отопление; - уборка			
4.	Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности в школе	Постоянно	Директор	
5.	Содержание в исправности всех средств пожаротушения	Постоянно	завхоз	
6.	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Учитель физкультуры	
7.	Организация ремонта учебных кабинетов	Летний период	Директор, заведующие кабинетами	
8.	Подготовка актов по приемке школы к новому учебному году	Июль-август	Директор	
9.	Приемка школы к новому учебному году	Август	Директор школы	
10.	Рейды: - по проверке внешнего вида обучающихся; - по сохранности библиотечных учебников; - по выполнению школьниками режима дня	По отдельному плану	зам по ВР, классные руководители.	
11.	Проведение учебных пожарных эвакуаций	По графику	Директор, учитель ОБЖ	
12.	Приобретение сантехнического оборудования, люминесцентных и электрических ламп	В течение года	Директор, завхоз	
13.	Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов	В течение года	Директор	
14.	Приобретение моющих и чистящих средств	Постоянно	завхоз	
15.	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов	Август-сентябрь	Директор школы, завхоз	
16.	Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к	октябрь-май	учителя начальных классов	

	условиям школьной образовательной среды			
17.	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по технике безопасности в учебных кабинетах	По отдельному плану	Администрация школы, председатель ППО	
18.	Обеспечение требований техники безопасности во время ремонта школы и работы летнего оздоровительного лагеря	В летний период	директор начальник лагеря,	
19.	Разработка плана мероприятий по охране труда и технике безопасности в школе	Сентябрь	Администрация школы, председатель ППО	
20.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом	постоянно	Зам. директора по УВР, завхоз	
21.	Диагностика загруженности учащихся домашними заданиями	В течение года	Зам. директора по УВР	
22.	Контроль физического воспитания учеников	По отдельному плану	Администрация школы, учитель физкультуры	
23.	Контроль преподавания ОБЖ	По отдельному плану	Администрация школы	
24.	Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий	Постоянно	Директор, завхоз, техперсонал	
25.	Организация дежурства по школе	Постоянно	Классные руководители, завуч по ВР	

**3. Мониторинг уровня здоровья учащихся,
мероприятия по сохранности и укреплению здоровья детей**

1.	Состояние здоровья учащихся (анализ на основе углубленного осмотра)	В течение года	Администрация школы	Педсоветы, родительские собрания. Выступление зав. ФАПом с рекомендациями по его восстановлению
2.	Психологический мониторинг здоровья учащихся: - тест на адаптацию в начальной, основной	Сентябрь-январь	Педагог-психолог	

	школе; - тест на тревожность			
3.	Организация горячего питания	постоянно	Администрация школы	
4.	Оздоровительная программа с детьми в летний период	Июнь	Администрация школы	Организация и работа школьного оздоровительного лагеря, турпоходы, экскурсии
4. Гигиеническое, санитарно – просветительское воспитание учащихся				
1.	Проведение бесед, классных часов	В течение года	Классные руководители	Индивидуальные консультации специалистов для родителей и учащихся
2.	Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни		Библиотекарь, классные руководители	
5. Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)				
1.	Результаты тестирования учащихся по выявлению склонностей учащихся к вредным привычкам. Корректировка планов воспитательной работы.	Ежегодно	Зам. директора по ВР, классные руководители	Вопросы и анкеты
2.	Участие в проведении Международного дня борьбы со СПИДом, Международного дня борьбы с курением	1.12 19.11	Зам. директора по ВР, классные руководители, учитель ОБЖ	Конкурсное сочинение «СПИД – чума века» Тест «Что мы знаем о курении» Беседа со специалистом
3.	Проведение школьной акции «Мы – против наркотиков»	Ежегодно	Зам. Директора по ВР, учитель ОБЖ, социальный педагог, педагог-психолог, учитель ИЗО	В программе: Конкурс рисунков и плакатов. Конкурс сочинений. Обзорные выставки книг и материалов СМИ.
5.	Тематические классные часы	В течение года	Зам по ВР, классные руководители	
6.	Тематические родительские собрания	В теч. года	Зам по ВР, классные руководители	
7.	Проведение бесед о вреде курения,	По плану зам.директора	классные	

	употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств (5 - 9 классы)	по ВР	руководители, зам. директора по ВР, зав. ФАПом	
8.	Реализация превентивных программ «Полезные привычки»(1 – 4 классы), «Полезные навыки» (5 – 9 классы)	В течение года	Зам по ВР, классные руководители	
9.	Конкурсы, викторины	По плану	Зам. директора по ВР	
6. Физкультурно – массовая оздоровительная работа				
1.	Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом		Зам. по ВР, учитель физкультуры	Расписание работы секций
2.	Школьные программы спортивно – массовой оздоровительной работы	Учебный год	Зам по ВР, классные руководители, учитель физкультуры	Дни здоровья, работа школьных спортивных секций, подвижные игры, конкурсы, походы
3.	Летняя оздоровительная программа		Начальник оздоровительного лагеря	Школьный оздоровительный лагерь. Витаминные столы
4.	Организация летней оздоровительной площадки при школе	Июнь	Зам по ВР, начальник лагеря	
5.	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	Май-сентябрь	Классные руководители, учитель технологии	
6.	Проведение месячника по очистке школьной территории	сентябрь апрель май	Классные руководители, учитель технологии	
7.	Проведение дней здоровья	Ежемесячно	Учитель физкультуры, классные руководители, зам. по ВР	
8.	Проведение недели пропаганды здорового образа жизни, агитбригада	Постоянно	Зам по ВР, классные руководители, учитель ОБЖ	
9.	Проведение подвижных	Постоянно	Классные	

	школьных перемен		руководители	
10.	Витаминотерапия в весенний период	Март-апрель	Повар ОО, зав. ФАПом	
11.	Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья	Октябрь	Учитель физкультуры	
12.	Работа спортивных секций	В течение года	Учитель физкультуры, зам по ВР	
13.	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива	Постоянно	Директор школы, председатель ППО	
7. Профилактика травматизма				
1.	Занятия по правилам дорожного движения (выступления сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, викторины, конкурсы рисунков)	В течение года	Зам. по ВР, классные руководители	
2.	Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках преподавания ОБЖ	По программе	Преподаватель ОБЖ	
3.	Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности	сентябрь	Директор школы, завучи	
4.	Статистика и анализ случаев травматизма в школе	В течение года	Комиссия по профилактике травматизма	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575890

Владелец Мункоева Людмила Владимировна

Действителен с 25.02.2021 по 25.02.2022