

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия №79»

ПРИНЯТО  
Управляющий совет МБОУ  
«Гимназия №79» г. Барнаула  
Протокол № 1 от 29.08.2012

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  Л.М.Вяжкова

Приказ № 651 от 30.08.2012



## **«Здоровому всё здорово!»**

Программа по формированию, сохранению и укреплению здоровья  
субъектов образовательного процесса

*Пояснительная записка*

*Здоровье – это гармония и баланс между различными сторонами человеческой природы, окружающей действительности и образа жизни...*

*Гиппократ*

Состояние здоровья нации является индикатором благополучия государства. Мы живем в нестабильном социально-экономическом мире нашей действительности, где современная система образования характеризуется развертыванием инновационных процессов в области формирования здоровьесберегающего пространства общеобразовательной школы. В российском образовании еще со второй половины XIX века накоплен опыт школ здоровья, ориентированных на сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

«Здоровье – это состояние, при котором отдельный человек или группа людей способны, с одной стороны, реализовать свои ожидания и удовлетворять свои потребности, а с другой – изменить существующие условия среды или приспособиться к ним. Поэтому здоровье следует рассматривать как ресурс для повседневной жизни, а не объект жизни; это позитивная концепция, в реалиях которой важнейшее значение придается социальным и личным ресурсам, а также физическим возможностям».

(Определение Всемирной организации здравоохранения)

Показатель здоровья детей и подростков в России один из самых низких в Европе. Последнее десятилетие в области здоровья характеризуется увеличением заболеваемости, смертности, нестабильностью демографической ситуации. Ухудшается как физическое, так и психическое здоровье молодых людей. Резко возрастает заболеваемость инфекционными болезнями, увеличивается уровень заболеваний зрительных органов, дыхательной, сердечно – сосудистой, пищеварительной, эндокринной, опорно – двигательной систем. Во многом такая ситуация обусловлена неблагоприятными социальными и материальными условиями жизни значительной части детей. Нельзя отрицать, что одной из причин неудовлетворительного состояния здоровья детей и подростков является низкий уровень знаний в вопросах здоровья.

Физическое, психическое и социальное здоровье сложным образом связано с качеством окружающей среды, в которой мы живем. Огромное влияние на здоровье человека оказывают факторы образа жизни: здоровое питание, физическая активность, семейные отношения, употребление психически-активных веществ, в также наследственность.

***Краткий анализ деятельности гимназии по формированию здорового образа жизни***

На протяжении всей истории существования нашего образовательного учреждения большое внимание уделяется вопросам здоровья. С 2001 года гимназия – федеральная экспериментальная площадка. В этот период на базе учреждения была организована лаборатория Здоровья, которая позволила создать самые благоприятные условия для формирования здорового образа жизни обучающихся. Однако современная ситуация требовала новых подходов, новых педагогических и управленческих решений, позволяющих повысить эффективность деятельности учреждения в вопросах здоровьесформирования. Изучив причины малоэффективности деятельности, пришли к выводу, что в нашей работе мало внимания уделялось сохранению и укреплению здоровья, формированию позитивного отношения к здоровому образу жизни других субъектов учебно-воспитательного процесса: педагогов и родителей обучающихся, потому как именно взрослые являются примером для молодого поколения.

Проанализировав сложившуюся ситуацию, в гимназии было принято решение о систематизации здоровьесформирующей деятельности путём создания программы «Здоровому всё здорово!».

Актуальность данной программы заключается, прежде всего, в том, что она ориентирована на решение общественно-значимых проблем, устранение которых может дать максимально возможный положительный эффект оздоровления всех субъектов учебно-воспитательного процесса.

Поэтому **основной целью программы** является создание условий для формирования, сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья всех субъектов учебно-воспитательного процесса в гимназии.

Обучение в рамках данной программы - это не только то, что происходит на уроке, это также мощный процесс, который происходит за пределами класса, в жизни школы в целом. Эти два процесса пересекаются в пределах как социальной, так и физической окружающей среды, выполняя **задачи**, которые обеспечивают достижения поставленной цели:

- организация учебно-воспитательного процесса, способствующего сохранению и укреплению здоровья учащихся путём нормализации учебной нагрузки;
- создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся;
- разработка организационно – педагогических рекомендаций по оптимизации образовательного процесса;
- создание специальных условий для получения образования учащимися, имеющими ограниченные физические возможности и особенности развития;
- формирование устойчивой мотивации на здоровье и здоровый образ жизни всех участников образовательного процесса (обучающихся и их родителей, педагогов, медицинских работников, специалистов);
- развитие системы дополнительного образования, способствующего медико-педагогической защите учащихся;
- формирование базы данных о состоянии здоровья, индивидуальных психофизиологических особенностях и резервных возможностях организма учащихся;
- разработка и реализация индивидуальных и коллективных программ оздоровления учащихся, исходя из особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, региональных, экологических условий;
- воспитанию толерантного отношения к людям с ограниченными возможностями здоровья;
- совершенствование материально-технической базы гимназии, использование возможностей экономических ресурсов;
- кадровое обеспечения учебно-воспитательного процесса;
- использование внешнего ресурса взаимодействия и поддержки;
- определение базовых направлений деятельности.

В основу программы «Здоровому всё здорово!» положены три взаимосвязанных **направления**:

- физическое здоровье;
- психоэмоциональное здоровье;
- социальное здоровье.

В рамках направления «Физическое здоровье» предусматривается изучение физических факторов, связанных с нашим здоровьем и заботой о себе самих.

В рамках направления «Психоэмоциональное здоровье» происходит знакомство с эмоциями, чувствами и психическим здоровьем, а также с тем, как они влияют на нас и наши отношения.

В рамках направления «Социальное здоровье» изучаются взаимодействия человека, общества и окружающей среды, применительно к здоровью и безопасности.

К основным **методам** активного вовлечения в здоровьесформирующий процесс относятся:

- проведение проблемно-ориентированного анализа состояния учебно-воспитательного процесса;
- подбор здоровьесформирующих методик и технологий;
- мониторинг состояния здоровья и отношения к здоровью всех субъектов образовательного процесса;
- проектирование деятельности гимназии по данному направлению.

Для достижения оптимального эффекта в деятельности гимназии по формированию, сохранению и укреплению здоровья всех субъектов учебно-воспитательного процесса гимназии необходимо опираться на следующие принципы здоровьесберегающей педагогики:

1. **Принцип ненанесения вреда.**
2. **Принцип приоритета действенной заботы о здоровье** (все происходящее в образовательном учреждении – от разработки планов программ до проверки их выполнения, включая проведение уроков, перемен, организацию внеурочной деятельности учащихся, подготовку педагогических кадров, работу с родителями и др. оценивается с позиции влияния на психофизиологическое состояние и здоровье учащихся и учителей; проводится мониторинг здоровья учащихся физического, психологического, духовно-нравственного).
3. **Принцип триединого представления о здоровье** (единство физического, психического и духовно-нравственного здоровья).
4. **Принцип непрерывности и преемственности** (здоровьесберегающая работа проводится в школе каждый день и на каждом уроке с обязательным учетом того, что уже было сделано ранее в рамках организационных мероприятий и непосредственно в учебно-воспитательной работе).
5. **Принцип субъект-субъектного взаимоотношения** (вопросы здоровья включены в содержание учебных программ, обеспечен здоровьесберегающий характер (результат) проведения процесса обучения; педагоги обеспечивают здоровьесберегающие условия образовательного процесса, и сам школьник помогает им в решении этой общей задачи; у обучающихся воспитана ответственность за свое здоровье; к каждому обучающемуся осуществляется индивидуальный подход).
6. **Принцип соответствия сознания и организации обучения с учетом возрастных особенностей участников образовательного процесса** (соответствие объема учебной нагрузки и уровня сложности изучаемого материала индивидуальным возможностям учащихся; школе соблюдается комплексный междисциплинарный подход как основа эффективной работы по охране здоровья человека; между педагогами, психологами, медицинскими работниками согласованное взаимодействие; приоритет позитивных воздействий (подкреплений) над негативными (запретами); приоритет активных методов обучения).
7. **Принцип сочетания охранительной и тренирующей стратегии.** (для учащихся создан такой уровень учебной нагрузки, который при учете индивидуальных особенностей и возможностей каждого учащегося соответствует тренирующему режиму, таким образом является охранительным (щадящим), ниже утомляющего. Для каждого ученика составлен оптимальный уровень нагрузки).
8. **Принцип формирования ответственности обучающихся за свое здоровье.** (у ребенка сформировано чувство ответственности за свое здоровье; осуществляется принцип контроля за родителями, то есть получение обратной связи реализовано как во

всей школе (проведение диагностики, мониторинг здоровья), так и каждого учителя, в его индивидуальной педагогической технологии).

## *Этапы реализации программы «Здоровому всё здорово!»*

### **I. Подготовительный этап - 2012/2013 учебный год**

- изучение и анализ ситуации в области здоровья в гимназии;
- подготовка кадров (проведением заседаний, тренингов; повышение квалификации);
- формирование системы учебно-воспитательного процесса в гимназии в соответствии с здоровьесформирующими требованиями;
- совершенствование материально-технической базы;
- создание благоприятного психологического климата среди участников образовательного процесса.

### **II. Основной этап – 2013/2014 учебный год**

- разработка и внедрение диагностического комплекса;
- разработка и внедрение усовершенствованного плана действий оздоровительной деятельности в гимназии;
- разработка и внедрение подпрограммы по формированию здорового образа жизни педагогов и родителей, как субъектов учебно-воспитательного процесса.

### **III. Заключительный этап – 2014/2015 учебный год**

- мониторинг эффективности реализации программы;
- коррекция основных направлений и подпрограмм;
- разработка перспективных направлений развития программы;
- создание систем физкультурно-оздоровительной, психолого-педагогической деятельности в гимназии;
- формирование здоровьесберегающих традиций.

#### ***Ожидаемый результат:***

В гимназии созданы условия для формирования, сохранения и укрепления здоровья всех субъектов учебно воспитательного процесса.

Разработаны системы мониторинга эффективности здоровьесберегающей деятельности.

Созданы системы физкультурно-оздоровительной, психолого-педагогической деятельности.

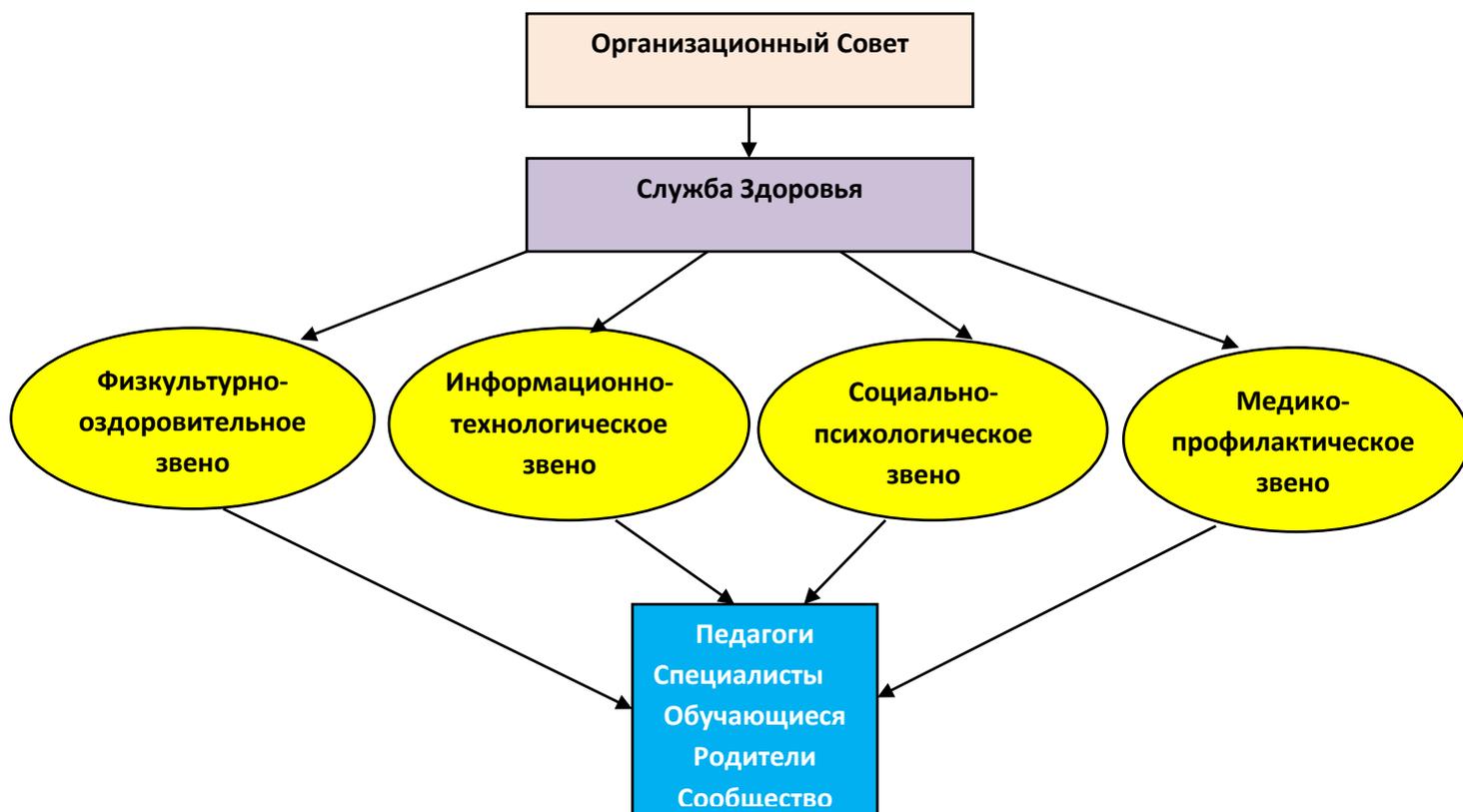
Разработаны перспективные направления развития программы.

Созданы комфортные условия для общения между участниками образовательного процесса.

Особенностью **системы управления** школы, содействующей здоровью, является наличие формальных и неформальных подструктур (компонентов, модулей), которые определяют взаимодействие педагогов, администрации, специалистов, детей, родителей и представителей общественности на основе системно-деятельностного, рефлексивного подхода.

Субъектную основу данной структуры составляют три взаимосвязанных группы участников образовательного процесса: администрация, члены педагогического совета и специалисты; родители и общественность; учащиеся и органы ученического самоуправления.

Централизация определяет сохранение иерархической стержневой основы данной структуры необходимой для решения задач стратегического развития, как условия реализации единой образовательной стратегии, и повседневного функционирования школы. Децентрализация достигается за счет открытости, мобильности горизонтальных компонентов.



Под формальными компонентами оргструктуры управления мы будем понимать объединения членов образовательного процесса, имеющие права и обязанности, закрепленные или законодательно, или локальными актами деятельности школы. Например, такие как педсовет, школьные методические объединения, административный совет и др.

Под неформальной - демократичные объединения непостоянного состава, не имеющие жесткой иерархической структуры, сформировавшиеся на основе инициативы "снизу", существующие на время решения какой-либо проблемы, не оформленные официальными документами: положениями, приказами. К ним относятся: группы волонтеров, частично группы детского самоуправления, Управляющий Совет школы, проблемные семинары, творческие группы и т.д.

Такой подход к управлению школой создает условия работы в режиме развития, который характеризуется необходимостью принятия нестандартных решений.

Задачи стратегического управления сохраняются за Управляющим советом, директором, педагогическим, научно-методическим и ученическим советами школы, оперативным - за Службой здоровья, Советами общественности, тактического уровня за звеньями сопровождения, творческими группами, проблемными семинарами, родительской общественностью.

Высшим органом управления является Организационный Совет (общее собрание). Основная задача - создание здоровьесберегающих условий эффективности образовательного процесса для всех субъектов учебно-воспитательного процесса в гимназии. Совет функционирует на принципах партнерского статуса. Совет собирается не реже одного раза в год.

Между советами организует работу Служба здоровья, которую возглавляет заместитель директора по воспитательной работе. Основной задачей Службы здоровья является координация действий звеньев сопровождения: физкультурно-оздоровительное, информационно-технологическое, медико-социально-психологическое, педагогическое.

Основной функцией физкультурно-оздоровительного звена является организация и проведение спортивных мероприятий: турниры, олимпиады, соревнования, организация

подвижных перемен, физкультурных пауз на уроках, уроков ритмики, туристических слетов, организация внеурочной деятельности: кружки, секции и пр. В состав звена входят учителя физической культуры, вожатый, обучающиеся гимназии – члены Отряда здоровья «Ритм», родители, волонтеры, специалисты, педагоги дополнительного образования.

Функциями информационно-технологического звена является информационное сопровождение деятельности Службы здоровья: страничка на сайте гимназии, СМИ (школьная газета «Жизнелюб» и радио FM-79), размещение информации на стенде «Лига здоровья» и др. В состав данного звена входят учителя информатики, литературы, учащиеся – члены школьного Пресс-центра, родители, волонтеры, педагоги дополнительного образования.

Функциональные обязанности медико-социально-психологического звена: мониторинг здоровья субъектов образовательного процесса, диспансеризация, выявление и профилактическая работа с детьми «группы риска», неблагополучными семьями и семьями, попавшим в трудную жизненную ситуацию, создание комфортной среды в гимназии: тренинги, беседы, совет по профилактике правонарушений и прочее. В состав звена входят: медицинский работник, специалисты, педагог психолог, социальный педагог, инспектор КДН.

Педагогическая служба, в состав которой входят заместитель директора по науке, учебно-воспитательной работе, учителя-предметники, классные руководители, учащиеся – члены научного общества учащихся, организует методическое обеспечение программы: педагогические советы, семинары, конференции, предметные олимпиады и конкурсы, классные часы, собрания, проектную деятельность и др.

Идеология создания звеньев сопровождения состоит в том, чтобы не ограждать ребенка от трудностей, не решать его проблемы вместо него, а создавать условия для совершения им осознанного, ответственного и самостоятельного выбора путей решения проблем.

### **Формы деятельности**

Уроки, кружки, секции, хореография, танцы, этикет, коррекция, дни здоровья, уроки спорта, спортивные соревнования, турниры.

#### *Организация работы с учащимися:*

- Привитие школьникам чувства ответственности за свое здоровье.
- Обучение школьников здоровому образу жизни.
- Обучение школьников личной гигиене.
- Беседы, семинары, конференции обучающего характера.
- Выпуск школьной газеты о здоровье.
- Вовлечение детей в спортивные секции.
- Привитие школьникам чувства этики, эстетики.

#### *Организация работы с родителями:*

- Родительские собрания, индивидуальная работа с родителями по созданию установки на совместную работу со школой с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребенка.
- Консультации врачей родительского комитета по итогам мониторинга здоровья детей.
- Психологическое просвещение родителей, помощь в создании экологической и психологической среды в семье.
- Включение родителей в воспитательный процесс в школе.

#### *Организация работы с педагогами:*

- Просветительская работа по программе здоровьесберегающих технологий.
- Консультации учителей по результатам мониторинга здоровья и последующих рекомендаций. Постановка новых целей и задач по развитию школьников в социальном, психическом, физическом аспектах.
- Консультации учителей по сохранению собственного здоровья.
- Информирование педколлектива о состоянии и профилактике заболеваемости, об адаптационных изменениях психики при повышенной умственной нагрузке, о последствиях психической травматизации школьников в процессе обучения.

Для внедрения программы в полном объеме необходимо организовать и провести

### **ряд мероприятий:**

- *теоретические*: систематическое изучение опыта работы других образовательных учреждений, нормативной литературы, проведение семинаров, заседаний, конференций;
- *методические*: корректировка действующих учебных и воспитательных программ с учетом психологических, оздоровительных требований, составление и разработка специальных программ по сохранению и укреплению здоровья все субъектов учебно-воспитательного процесса, составление перечней функциональных обязанностей специалистов службы, планирование учебно-воспитательной программы в соответствии с основными направлениями работы гимназии, разработка основных классификаций параметров здоровья;
- *организационные*: подбор специалистов, повышение квалификации, пополнение необходимым диагностическим и лечебно-профилактическим оборудованием, оснащение классных кабинетов, обеспечение необходимыми учебниками, методическими пособиями, наглядным, раздаточными и дидактическими материалами, спортивным оборудованием и инвентарем.

### ***Технологии, применяемые для реализации программы***

#### **1.1. Медико-гигиенические технологии.**

- Контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиНов, в том числе соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (домашние задания) учащихся на всех этапах обучения.
- Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям учащихся (использование методик, прошедших апробацию). Введение любых инноваций в процессе только под контролем специалистов.
- Строгое соблюдение всех требований к использованию средств обучения (специального оборудования и инвентаря) в соответствии с требованиями техники безопасности.
- Оказание консультативной и неотложной помощи обратившимся участникам образовательного процесса.
- Проведение мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению учащихся и педагогического коллектива.
- Наблюдение за динамикой здоровья учащихся, организация профилактических мероприятий.
- Создание стоматологического, ароматерапевтического, физиотерапевтического и др. кабинетов, где оказывается ежедневная помощь школьникам, педагогам.
- Проведение занятий ЛФК.
- Организация фитобаров, возможность употребления кислородных коктейлей и т.п.

#### **1.2. Физкультурно-оздоровительные технологии.**

- Направлены на физическое развитие занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека от физически немощного.
- Реализуются на уроках физкультуры и в работе спортивных секций.
- Рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера.
- Индивидуализация обучения физической культуре (учет индивидуальных особенностей развития), работа по индивидуальным программам в старших классах.
- Комплексная работа по сохранению и укреплению здоровья учащихся.
- Организация часа активных движений (динамическая пауза) на обеденном перерыве.
- Организация физкультурных пауз на уроках.
- Создание условий и организация спортивных секций в школе.
- Регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дни здоровья, дни спорта, соревнования, турпоходы).
- Обязательное участие сборной команды школы во всех спортивных соревнованиях и турнирах районного, городского и регионального уровней.

Данный раздел программы охватывает все виды двигательной активности и в свою очередь решает определенные задачи по укреплению и сохранению здоровья, развивает все физические качества, улучшает работоспособность учащихся, как умственную, так и физическую. Формирует устойчивый интерес и потребность заниматься физической культурой, воспитывает волю, смелость, настойчивость, дисциплину, чувство коллективизма, навыки культурного и физически компетентного поведения.

Правильно организованная физкультурно-оздоровительная работа может стать основой рациональной организации двигательного режима школьников, способствует нормальному физическому развитию и двигательной подготовленности учащихся всех возрастов. Позволит повысить адаптивные возможности организма, а значит, станет средством сохранения и укрепления здоровья школьников.

### **1.3. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности**

- Формирование и обеспечение функционирования системы безопасности.
- Обеспечение функционирования школы в условиях ЧС, в том числе отработка планов по действиям в ЧС, антитеррористическая защищенность, проведение Дня защиты детей, тренировочных эвакуаций.
- Соблюдение техники безопасности, охраны труда.
- Образовательный процесс по курсу ОБЖ.
- Обеспечение пожарной безопасности.

Сохранение здоровья рассматривается как частный случай главной задачи — сохранения жизни, поэтому рекомендации специалистов по охране труда, строителей, представителей коммунальной, инженерно-технической служб, гражданской обороны, пожарной инспекции и т.д. подлежат обязательному учету и интеграции в общую систему здоровьесберегающих технологий.

### **1.4. Экологические здоровьесберегающие технологии**

- Создание природосообразных, экологически оптимальных условий для жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой.
- В школе это — обустройство пришкольной территории, наличие зеленых растений в классах и рекреациях, деятельность живого уголка, участие в природоохранных мероприятиях.

### **1.5. Здоровьесберегающие образовательные технологии**

- технологии проектной деятельности;
- дифференцированного обучения;

- обучения в сотрудничестве;
- разнообразные игровые технологии;
- проблемное обучение;
- ТИОТ (технология индивидуально-образовательных траекторий);
- новые информационные технологии;
- модульная технология;
- развивающие технологии;
- технология КТД (коллективных творческих дел);
- исследовательские методы обучения;
- эвристическое обучение.

#### **1.6. Социально-адаптирующие и личностно-развивающие технологии**

- Формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности. Сюда относятся разнообразные социально-психологические тренинги, программы социальной и семейной педагогики, к участию в которых необходимо привлекать не только школьников, но и их родителей, а также педагогов.
- Включение в систему работы программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.
- Проведение лекций, бесед, консультаций по проблемам сохранения здоровья, профилактики вредных привычек.
- Организация и проведение конкурсов, праздников, дней здоровья.
- Создание общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей.
- Пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем оздоровительным вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.

#### **1.7. Лечебно-оздоровительные технологии**

- Полноценная и эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (на уроках, ЛФК, секциях).
- Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья учащихся.
- Систематические мероприятия по коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата (уплощение свода стопы, плоскостопие, нарушение осанки), зрения.
- Использование рекомендательных и утвержденных методов профилактики заболеваний, не требующих постоянного наблюдения врача (витаминизация, фитотерапия).
- Привлечение медицинских работников к реализации всех компонентов работы по сохранению и укреплению здоровья школьников, просвещению педагогов и родителей.

#### **1.8. Психолого-педагогические технологии**

- Снятие эмоционального напряжения, через использование игровых технологий.
- Проведение физминуток.
- Создание благоприятного психологического климата на уроке.
- Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни.
- Занятия, тренинги, консультации психологов и логопедов, сотрудничество с центром психологической реабилитации Ленинского района «Гармония».
- Субъект-субъектные отношения.
- Традиционные недели и дни здоровья.
- Повышение квалификации работников гимназии и уровня знаний родителей по проблемам охраны и укрепления здоровья учащихся.

- Проведение лекций, семинаров, консультаций, курсов по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье.
- Приобретение необходимой научно-методической литературы.
- Привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек.
- Организация общественного совета по здоровью и совместное (учителя, медицинские работники, психологи, родители, учащиеся) обсуждение и решение проблем сохранения и укрепления здоровья в школе с учетом реальных возможностей и потребностей. Выбор приоритетных направлений деятельности.
- Регулярный анализ и обсуждение на педагогических советах данных о состоянии здоровья школьников, доступность сведений для каждого педагога.
- Организация работы с документацией (внесение данных углубленного диспансерного обследования учащихся в медицинские карты, листы здоровья в классных журналах).
- Регулярное проведение анализа результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья и их обсуждение с педагогами и родителями.
- Ведение карты здоровья класса, что позволяет наглядно увидеть рост заболеваемости, проанализировать причины и своевременно принять необходимые меры.
- Создание системы, комплексной педагогической, психологической и социальной помощи детям со школьными проблемами.

Реализация данных технологий достигает цели в полной мере лишь при осознании всеми педагогами образовательного учреждения своей солидарной ответственности за сохранение здоровья обучающихся и получении необходимой профессиональной подготовки для работы в этом направлении.

**Дорожная карта реализации программы «Здоровому всё здорово!»**

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
<b>1. Медицинское направление</b>				
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; - выявление учащихся специальной медицинской группы; - ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.	медицинский работник гимназии	ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2.	Проведение диспансеризации учащимся школы.	медицинский работник гимназии	ежегодно	Карты диспансеризации
1.3.	Проведение медицинского осмотра учащихся 9-х, 11-х классов.	медицинский работник гимназии	ежегодно	План медосмотров
1.4.	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.	медицинский работник гимназии	ежегодно	План медосмотров
1.5.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	медицинский работник гимназии	ежегодно	Календарный план прививок
1.6.	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах.	медицинский работник гимназии	ежегодно	Классные журналы
1.7.	Анализ случаев травматизма в школе.	медицинский	ежегодно	Материалы отчетов

## МБОУ «Гимназия №79»

		работник гимназии заместитель директора по УВР		Журнал учёта травм
1.8.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	медицинский работник гимназии заместитель директора по УВР	ежегодно	Материалы отчетов
1.9.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	мед.сестра	ежедневно в течение года	Брокеражный журнал
1.10.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: проветривание; освещение; отопление; вентиляция; уборка.	мед.сестра учителя	ежедневно в течение года	Паспорт кабинета
1.11.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	заместитель директора по УВР	ежегодно	Утверждение расписания в Роспотребнадзоре
1.12.	Постоянный контроль за школьной столовой.	врач школы директор школы	ежедневно в течение года	Брокеражный журнал
<b>2. Просветительское направление</b>				
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	заместитель директора по ВР	ежегодно	график проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	заместитель директора по ВР	2012/2013 уч.г.	тематика лектория
2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.5.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Здоровьесберегающая организация учебного процесса»	заместители директора по ВР, УВР, НМР, психолог	2012/2013уч.г.	протокол педсовета
2.6.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и другие виды работ).	заместитель директора по ВР психолог	ежегодно	план работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы
2.8.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры.	учителя- предметники	в течение года	планы уроков
<b>3. Психолого-педагогическое направление</b>				
3.1.	Организация работы кабинета психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса.	администрация школы	ежегодно	план работы
3.2.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся по экспериментальным программам: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение умственного развития учащихся с	психолог школы, врач школы,  классные руководители	ежегодно	диагностические исследования

## МБОУ «Гимназия №79»

	<p>целью возможности продолжения обучения в профильных классах;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- изучение психологических возможностей и готовности детей к школе;</li> <li>- выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения;</li> <li>- разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения.</li> </ul>			
3.3.	Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.	психолог школы	ежегодно	план работы психолога
3.4.	Конференция по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения»	заместитель директора	2012-2013 у.г.	материалы конференции
3.5.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	учителя-предметники	ежегодно	планы уроков
3.6.	Организация работы ПМПК	психолог школы	в течение года	протоколы консилиума
<b>4. Спортивно-оздоровительное направление</b>				
4.1.	Организацию спортивных мероприятий.	учителя физической культуры	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы кружков и секций
4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	заместители директора по УВР и ВР	ежегодно	план работы
<b>5. Диагностическое направление</b>				
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	председатель МС	ежегодно	результаты мониторинга
5.2.	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития».	председатель МС, психолог	2012-2013 у.г.	материалы семинара

### Подпрограмма «Здоровье педагога»

Этап	Содержание работы	Сроки	Исполнитель	Ожидаемый результат	Критерии оценки результата
Диагностика здоровья учителей	1. Организация медосмотров учителей	по графику	Директор	Оформление мед. книжки, выявление диагноза и своевременное лечение.	Регулярность прохождения мед. осмотра, своевременность лечения выявленного заболевания
	2. Анализ состояния здоровья педагогов	июнь	Психолог	Предоставление санаторно-курортного	Снижение уровня заболеваемости

МБОУ «Гимназия №79»

				лечения	и среди учителей
	3. Анкетирование среди учителей для оценки направленности на здоровый образ жизни; для оценки психического состояния учителей на уроке и его умения управлять собой в критической ситуации.	октябрь	Заместитель директора школы по УВР	Методическая помощь	
Физкультурно-оздоровительная работа	1. Организация и проведение Дней здоровья для семей педагогических работников	раз в четверть	Психолог	Повышение положительного эмоционального климата в коллективе	Повышение физической активности
	2. Организация динамических пауз в режиме рабочего дня	Постоянно	Учителя	Снижение утомляемости	Выполнение учебных программ
	3. Организация секций, групп здоровья для учителей: волейбол, пилатес, аэробика.	Постоянно	Учителя	Повышение двигательной активности	Повышение физической активности
	3. Организация и проведение соревнований по волейболу и лыжам с родителями учащихся, шефской организацией.	Май, февраль	Директор школы	Выработка привычки в здоровом образе жизни среди учащихся на примере родителей и учителей	Повышение физической активности
Управление процессом оздоровления в педагогической среде	1. Организация учебно-воспитательной работы школы по формированию здорового образа жизни	Сентябрь (педсовет) 1-ый год	Директор школы	Повышение валеологической культуры	Системность в работе
	2. Создание Службы здоровья	Октябрь, 1-ый год	Зам. директора по ВР	Привлечение к участию в программе "Здоровье педагога"	
	3. Создание структуры и механизма управления валеологически обоснованным образовательным процессом в школе	Ноябрь (педсовет) 2-ой год	Директор школы		

МБОУ «Гимназия №79»

	4. Сохранение здоровья педагогов в условиях модернизации образовательного процесса				
	5. Анкетирование среди учителей по определению уровня валеологических знаний	Сентябрь, май	Заместитель директора школы по УВР		
	3. Обновление функциональных обязанностей представителей администрации и членов коллектива с учетом результатов анкетирования 4. Анализ выполнения программы “Здоровье педагога” 5. Соблюдение требований СанПИНа	Октябрь Май, ежегодно постоянно	Директор школы Совет школы по здоровью	Повышение уровня профессионализма Заинтересованность в укреплении здоровья Создание благоприятных условий труда	Снижение утомляемости
Консультационная, просветительская работа	1. Родительские собрания	Раз в четверть	Классные руководители	Получение реальной картины по данному вопросу	
	2. Встречи за круглым столом с обсуждением тем по здоровьесбережению	Раз в полугодие	Психолог	Повышение потребности в укреплении здоровья	
	3. Прохождение курсов	По плану прохождения курсов	Заместитель директора по УВР	Повышение знаний по данному вопросу	Применение знаний в практической деятельности
	4. Встреча с медицинскими работниками “Предупреждение и профилактика профессиональных заболеваний” “Профилактика простудных заболеваний” “Закаливание”	Раз в полугодие	Директор школы, профорг	Повышение знаний по здоровьесбережению	Уменьшение заболеваемости Выполнение и соблюдение рекомендаций
Контроль за выполнением программы “Здоровье	1. Контроль за соблюдением техники безопасности и созданием надлежащих	постоянно	Директор школы психолог	Снижение утомляемости	Отсутствие травматизма

## МБОУ «Гимназия №79»

педагога”	гигиенических условий труда				
	2. Корректировка программы “Здоровье педагога”	ежегодно	Совет школы по здоровью		Участие всех педагогов в программе

### ***Описание возможных рисков в реализации программы «Здоровому всё здорово!»***

**Управленческие** (риск различных управленческих ошибок в процессе реализации проекта) неоправданная смена кураторов и руководителей, растягивание или сужение сроков, отмена ключевых мероприятий, несвоевременность управленческих решений;

- недостаток контроля, нечеткое распределение ответственности;
- формальность работы ПМПК, Службы здоровья;
- стиль управления не соответствует содержанию и духу деятельности (авторитарное руководство творческим процессом).

**Организационные** (риски, связанные с организационными препятствиями) - карантин в школе, отмена занятий из-за сильных морозов, болезнь приглашенных специалистов;

- дефекты организационных коммуникаций (дублирование, отсутствие или неоднозначность информации, обратной связи).

#### **Финансово-материальные**

- отсутствие должного финансирования для реализации программы;
- отсутствие достаточного количества помещений для проведения мероприятий спортивно-оздоровительного характера, для реализации программ дополнительного образования;
- недостаточность современного спортивного оборудования;
- недостаточность средств для реконструкции школьного стадиона;
- замена бесплатных секций и кружков платными.

#### **Неблагоприятные социально-политические изменения**

- финансовый кризис приведёт к секвестированию финансирования социальных и образовательных программ, отсюда риск, что финансирование поездок для участия в конкурсах, олимпиадах ляжет на плечи родителей (которые могут в связи с этим отказаться от участия своего ребенка в соревнованиях);
- введение НСОТ и, как следствие, использование в качестве стимулирования педагогов балльной системы оценок их деятельности создают риск нездоровой соревновательности и формального подхода к выполнению деятельности (главное – набрать баллы);
- деление фонда оплаты труда учреждения на «педагогический» и «непедагогический» в соотношении 70% и 30% соответственно приведёт к исключению из штатного расписания должностей педагогов дополнительного образования и специалистов (психологов, логопедов).

#### **Риски, связанные с участниками проекта**

- количество участников будет недостаточным либо избыточным;
- накапливание психического напряжения, стресс, развитие эмоционального выгорания.
- болезнь ключевых участников.

#### **Риски, связанные с медицинским обслуживанием**

- дефицит квалифицированных кадров;
- недостаточность медицинского и специального оборудования.

#### **Риски реализации.**

- риски, связанные с потерей интереса "потребителей" услуг волонтеров к проблематике ЗОЖ и профилактике вредных привычек в связи с "непрофессиональной" подачей содержательной информации (например, недостаток эмоциональной выразительности);

- риск отказа обучающихся от исследовательской и творческой деятельности из-за учебной перегрузки;
- недостаточное количество оздоровительных, реабилитационных центров, с которыми гимназия могла бы заключить договоры о совместной деятельности.

Выявленные на основе анализа промежуточных результатов риски позволяют внести соответствующие коррективы и конкретные изменения в систему управления проектом на управленческом, организационном, кооперационном и мотивационном уровне. К сожалению, на уровне управления школьным проектом сложно прогнозировать и контролировать риски, связанные с финансированием и неблагоприятными социально-политическими изменениями. В целом же, наличие ощутимых положительных результатов, определенная позитивная динамика некоторых мониторируемых показателей свидетельствуют о достаточной эффективности данного проекта и оптимальности системы его управления.

### ***Перспективные направления деятельности образовательного учреждения по здоровьесформированию***

Считаем, что на сегодняшний день наиболее актуальным направлением научно-практической работы по сохранению здоровья учащихся и педагогов является повышение эффективности управления здоровьесберегающей деятельностью коллектива сотрудников образовательного учреждения на основе качественного системного ее мониторинга и мониторинга здоровья учащихся. Также в зоне особого внимания должны сегодня быть:

1. здоровьесберегающий урок;
2. формирование здорового образа;
3. сохранение здоровья в условиях предпрофильной подготовки и профильного обучения;
4. сохранение здоровья в условиях подготовки и сдачи ГИА, ЕГЭ.

Проблема формирования здорового образа жизни имеет большое значение, так как здоровье во многом определяет качество жизни и выступает необходимым условием продуктивного творчества, труда и совершенствования человека.

Современная тенденция к ухудшению здоровья детей, обучающихся в общеобразовательной школе, стимулирует поиск новых путей охраны и укрепления здоровья, что и является основополагающей задачей учебно-воспитательного процесса.

Благодаря совместным усилиям школы, семьи, общества, подрастающий гражданин должен укрепиться в мысли о том, что именно он ответственен за свое собственное здоровье и должен рассматривать его как высшую ценность, потому что его здоровье – это длительность периода жизни на земле, это жизненный успех и личное счастье.

Установлено, что здоровье людей только на 20–25 % зависит от индивидуальных генетических факторов, а на 75–80 % от социально – экологических и экономических условий существования: образа жизни, состояния среды, уровня здравоохранения, ответственного отношения каждого члена общества к своему здоровью, уровня сформированности нравственных ценностей. В связи с этим на школу возлагается необходимость воспитания личности, способной адаптироваться к современным быстро изменяющимся условиям социальной среды создание оптимальных, адекватных условий, препятствующих возникновению заболеваний детей, их дезадаптации, способствующих формированию социального иммунитета и гармоническому развитию личности как главному фактору укрепления и сохранения здоровья

Осуществление профилактических и воспитательных мер – задача всего общества: органов здравоохранения, различных министерств и ведомств, периодической печати и телевидения, общественных организаций и трудовых коллективов. Но в первую очередь –

## МБОУ «Гимназия №79»

это забота семьи и школы. Следует в ходе своей работе помнить о том, что здоровье молодого поколения – это дальнейшее развитие, социальная и экономическая мощь нашего государства.

### *Перспективные направления деятельности*

№ п/п	Направления деятельности	Основные мероприятия
1.	Популяризация преимуществ здорового образа жизни	Проведение школьных семинаров, педагогических, методических советов, заседаний учителей–предметников по повышению компетентности учителей в вопросах создания и совершенствования работы ДОО.
		Работа по привлечению детей в ДОО разной направленности.
		Развитие внеурочных форм работы ДОО:- организация и участие в школьных, городских, областных акциях, направленных на профилактику ЗОЖ;
		- развитие редакционно–издательской деятельности по пропаганде ЗОЖ; - развитие массового спортивного движения при проведении спортивных праздников, спортивных олимпиад, спартакиад, соревнований в области туризма для учеников школы.
2.	Социализация личности обучающихся, формирование активной гражданско-нравственной жизненной позиции	Развитие связей с общественностью города, ССУЗами города, направленными на совершенствование здоровьесберегающей деятельности в ОУ.
		Организация и проведение занятий с элементами тренинга для учащихся по профессиональному самоопределению.
		Участие в мероприятиях, направленных на социализацию личности, развитие гражданской активности членов объединений
		Выявление профессиональных способностей и склонностей личности
		Формирование социальной успешности членов ДОО через активное участие в конкурсах различного уровня
3.	Мониторинговые исследования условий развития здоровьесберегающей среды	Проведение мониторинговых исследований в школе:
		- мониторинг состояния здоровья учащихся;
		- мониторинг адаптации учащихся 1-х, 5-х классов на основе психолого-педагогических исследований;
		- мониторинг здоровьесберегающей среды ОУ;
		- мониторинг предпрофильной готовности;
		- мониторинг социально-значимых заболеваний и их профилактики.
4.	Повышение культуры взаимоотношений (Я и другие)	Проведение культурно-массовых мероприятий: КВН, викторин, школьных праздников членами ДОО.
		Осуществление информационно-просветительской деятельности через средства массовой информации.
		Организация разнообразной внеклассной работы: экскурсии, поездки, походы, посещение театров, филармонии.
		Воспитание толерантного отношения к различным социальным группам населения.

### *Схема комплексного мониторинга здоровья обучающихся*

Характеристики статуса	Исследуемые параметры	Методы	Критерии и индикаторы эффективности
<b>1. Социальное благополучие</b>			
1.1 Особенности поведения и общения	· девиантное поведение · употребление ПАВ · хронические	Экспертные оценки, наблюдение,	<u>Количественные</u> : снижение числа случаев нарушения дисциплины, количества детей, вовлеченных в

## МБОУ «Гимназия №79»

(дезадаптивные проявления)	конфликты в общении: - со сверстниками; - с педагогами	анкетирование Социологический опросник отношения к вредным привычкам	пагубные привычки. <u>Качественные:</u> уменьшение выраженности признаков девиантного поведения.
1.2. Семейное благополучие	· семейное неблагополучие (асоциальный образ жизни, хроническая безработица, криминальные проблемы в семье) · соц. незащищенность (не-полная, малообеспеченная, многодетная)	Анализ документов (личных дел), беседа	<u>Качественные:</u> учет фактора семейного неблагополучия при работе с ребенком. <u>Количественные:</u> охват 100% детей данной категории психолого-социально-педагогическим сопровождением.
1.3. Успешная социализация	· отношения со значимыми другими (есть постоянные друзья, круг общения) · участие в спортивной, творческой, интеллектуальной жизни школы и класса · уровень воспитанности обучающихся · систематическое посещение кружков, студий, секций · участие в школьных ДЮО · оптимальный выбор профиля обучения и дальнейшей профессиональной подготовки	Наблюдение, опрос родителей, экспертные оценки Школьная статистика Социол. анкета уровня воспитанности. Школьная статистика Карта интересов А.Е. Гломштока (ред. О. Филимоновой), Методика оценки профессиональных предпочтений Л.А. Йовайши,	<u>Количественные и качественные</u> показатели участия школьников в школьных, районных, городских и т.д. спортивных, творческих и интеллектуальных соревнованиях, конкурсах, внеклассных мероприятиях, в т.ч. – члены школьных ДЮО. <u>Качественные:</u> положительная динамика уровня воспитанности школьников по блокам. <u>Количественные:</u> число детей в составе школьных ДЮО; число школьников, грамотно выбравших профиль обучения
<b>2. Психологическое благополучие</b>			
2.1. Психоэмоциональное самочувствие (эмоциональное здоровье)	· уровень тревожности и психоэмоциональной напряженности · степень психологического комфорта и благополучия	Тест тревожности Филипса Анкета М.М. Безруких, Графическая шкала удовлетворенности жизнью, Методика оценки психологического комфорта	<u>Количественные:</u> снижение числа детей с высоким уровнем тревожности, напряженности, рост числа детей, испытывающих комфорт и довольных жизнью.
2.2. Развитие высших психических функций (интеллектуальное)	· усвоение учебной программы · участие в предметных олимпиадах различного уровня, в т.ч. членом	Анализ успеваемости по классному журналу, экспертные оценки	<u>Количественные:</u> количество школьников, успевающих по программе – 95%, сохранение или рост числа детей, готовых к углублению по

## МБОУ «Гимназия №79»

здоровье)	ДЮО · готовность к углублен-ному изучению предметов	педагогов, школьная статистика, тест на определение профиля мышления.	предметным направлениям и участвующих в предметных олимпиадах.
2.3. Особенности развития личности (личностное здоровье)	· характер мотивации · специфика ценностных ориентаций и широта спектра ценностей · Компетентность в вопросах культуры ЗОЖ и профилактики ПАВ · Акцентуации характера	Экспертные оценки педагогов внешней мотивации к учебе, Анкета Н.Г. Лускановой. Ценностные ориентации М.Я. Рокича, ценностный спектр Д.А. Леонтьева Анкета для школьников по культуре ЗОЖ, Социологический опрос-ник отношения к вредным привычкам Тест Леонгарда на выявление акцентуаций личности	<u>Количественные:</u> рост числа детей с оптимальной мотивацией к обучению, снижение числа – с низкой и МИН. <u>Качественные:</u> приоритетные позиции ценностей здоровья в иерархии жизненных ценностей большинства школьников, широта ценностного спектра. <u>Количественные:</u> рост числа детей, информированных по вопросам ЗОЖ и осведомленных о вреде ПАВ. <u>Качественные:</u> знание и учет педагогами акцентуаций у подростков.
<b>3. Соматическое здоровье</b>			
2.4. Особенности соматического здоровья и физического развития	· общая и острая заболеваемость · распределение детей по группам здоровья и по группам по занятиям физической культурой	Медицинские карты учеников школы, итоги диспансеризации	<u>Количественные:</u> сокращение числа пропусков по болезни, снижение % заболеваемости к общему количеству детей <u>Качественные:</u> наличие физкультурных групп · подготовительная · основная · специальная <u>Количественные:</u> сохранение числа детей с I группой здоровья.