



Государственное бюджетное общеобразовательное
учреждение
школа № 10
Калининского района Санкт-Петербурга
195197, Санкт-Петербург, ул. Жукова, д. 11, лит. Б

Программа

**Формирования культуры здорового и безопасного образа
жизни обучающихся, воспитанников**



Санкт-Петербург

2016

1. ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

| | |
|-------------------------|--|
| Название | Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся «Здоровье – это здорово!» (далее «Программа») |
| Разработчик | Авторский коллектив ГБОУ школы № 10 Калининского района Санкт-Петербурга |
| Нормативная база | <ul style="list-style-type: none"> - Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90. - Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» - Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (утверждены приказом Минобрнауки России от 28 декабря 2010 г. № 2106, зарегистрированы в Минюсте России 2 февраля 2011 г.); - Федеральный закон №38 –ФЗ от 30.03.1995. «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ – инфекции)». - Федеральный закон от 24.07.98 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями от 20 июля 2000 г.). - Приказ «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» от 06.10.2009 г. № 373 -- Приказ Министерства образования РФ от ноября 2010 г. № 1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования ...». - Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования". - Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993; - Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях». |

| | |
|----------------------------------|---|
| <p>Инновационная идея</p> | <p>Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.</p> <p>Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.</p> <p>Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.</p> <p>Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел 18 «Календарный план реализации программы» обновляется каждый учебный год.</p> |
| <p>Цели и задачи</p> | <p>Цели программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> -создание в школе организационно - педагогических, материально-технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса; -создание материально - технического, содержательного и |

| | |
|--|--|
| | <p>информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> -развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга; -формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни; -разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы; -формирование представления об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды. <p style="text-align: center;">3. Задачи программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> -четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы; -гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня; -освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся; -посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике. |
| <p>Основные направления деятельности программы:</p> | <p style="text-align: center;"><i>Медицинское направление предполагает</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья; -составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований; -гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня; -четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы; -реабилитационную работу; -обязательное медицинское обследование; <p style="text-align: center;"><i>Просветительское направление предполагает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; |

| | |
|--|---|
| | <p>-организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;</p> <p>-пропаганду здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, конкурсы рисунков, плакатов, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма).</p> <p><i>Психолого-педагогическое направление предполагает:</i></p> <p>-использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;</p> <p>-предупреждение проблем развития ребенка;</p> <p>-обеспечение адаптации на разных этапах обучения;</p> <p>-развитие познавательной и учебной мотивации;</p> <p>-формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля.</p> <p><i>Диагностическое направление предполагает:</i></p> <p>-проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются: общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;</p> <p>-текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);</p> <p>-режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.</p> |
| <p>Исполнитель участники</p> | <p>-учащиеся</p> <p>-педагогический коллектив</p> <p>-родители.</p> <p>-детская поликлиника</p> <p>- социальные партнеры (Приложение №)</p> |
| <p>Функции различных категорий работников школы</p> | <p><i>Функции администрации:</i></p> <p>-общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;</p> <p>-разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;</p> <p>-организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;</p> <p>-организация создания банка данных о социально неблагополучных</p> |

| | |
|---|--|
| | <p>семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;</p> <p>-организация работы психологической службы в школе.</p> <p>Функции классного руководителя:</p> <p>-санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;</p> <p>-организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;</p> <p>-организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;</p> <p>-организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;</p> <p>-организация и проведение профилактических работы с родителями;</p> <p>-организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД;</p> <p>-организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;</p> <p>-организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.</p> |
| Финансирование | В пределах текущего финансирования |
| Ожидаемые конечные результаты программы: | <p>-повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;</p> <p>-повышение приоритета здорового образа жизни;</p> <p>-повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;</p> <p>-повышение уровня самостоятельности и активности школьников;</p> <p>-повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья.</p> |
| Сроки и этапы реализации программы: | <p>1 этап – подготовительный (2015-2016гг.):</p> <p>-анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;</p> <p>-изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;</p> <p>-разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.</p> <p>2 этап – апробационный (2016-2017гг.):</p> |

| | |
|---|--|
| | <p>-внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;</p> <p>-систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;</p> <p>-выполнение оздоровительных мероприятий.</p> <p>3 этап - контрольно-обобщающий (2017-2018гг.):</p> <p>-сбор и анализ результатов выполнения программы;</p> <p>-коррекции деятельности.</p> <p>с корректировкой на период до 2020 года</p> |
| <p>Методы контроля над реализацией программ:</p> | <p>-проведение заседаний Методического совета школы;</p> <p>-создание методической копилки опыта;</p> <p>-мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;</p> <p>-сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;</p> <p>-контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.</p> |

2. Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями); культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их).

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

3. Модель личности ученика.

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть

получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей и подростков.

Для этого создана прогнозируемая модель личности ученика:

| <i>Модель выпускника первой ступени обучения</i> | <i>Модель выпускника второй ступени обучения</i> | <i>Модель выпускника третьей ступени обучения</i> |
|--|--|--|
| <p>- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;</p> <p>- владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.</p> | <p>- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;</p> <p>- владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.</p> <p>- знание основ строения и функционирования организма человека;</p> <p>- знание изменений в организме человека в пубертатный период;</p> <p>- умение оценивать свое физическое и психическое состояние;</p> <p>- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;</p> <p>- поддержание физической формы</p> <p>формы;</p> <p>- телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;</p> <p>- гигиена умственного труда.</p> | <p>- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;</p> <p>- убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек;</p> <p>- знание различных оздоровительных систем;</p> <p>- умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;</p> <p>- способность вырабатывать индивидуальный образ жизни;</p> <p>- гигиена умственного труда.</p> |

3. Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесберегающие экологические технологии, направленные на создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой (зеленые растения в классах, рекреациях);
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-

педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

4. Реализация основных направлений программы:

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
3. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
4. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
5. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
6. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
7. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья с привлечением родителей и социальных партнеров.
8. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.

5. Применение разнообразных форм работы:

- 5.1. Учет состояния детей: - анализ медицинских карт; - определение группы здоровья; - учет посещаемости занятий; - контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.
- 5.2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся: - организация работы спортивных секций, кружков, клубов, проведение дополнительных уроков физической культуры; - динамические паузы; - индивидуальные занятия; - организация спортивных перемен; - дни здоровья; - физкультминутка для учащихся;
- 5.3. Урочная и внеурочная работа: - открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ; - открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности; - спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол, футбол, легкая атлетика.

6. План деятельности по реализации программы

| № | Мероприятия | Ответственные исполнители | Сроки | Планируемый результат |
|-----------------------------------|-------------|---------------------------|-------|-----------------------|
| 1 . Планируемые результаты | | | | |

| | | | | |
|---|--|--------------------------------------|---------------|---------------------------------------|
| 1.1. | Организация просветительской работы с родителями по ЗОЖ (лекторий). | учителя, заместитель директора по ВР | ежегодно | график проведения и тематика лектория |
| 1.2. | Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей. | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 1.3. | Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей. | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 1.4. | Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни» | заместитель директора | 2012- 2013гг. | протокол педсовета |
| 1.5. | Организация просветительской работы с учащимися | учителя, классные руководители | ежегодно | план работы |
| 1.6. | Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма. | заместитель директора | ежегодно | план работы |
| 2. Психолого-педагогическое направление. | | | | |
| 2.1. | Организация психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса. | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 2.2. | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе. | классные руководители | ежегодно | диагностические исследования |
| 2.3. | Педагогический совет по теме «Здоровьесберегающие | заместитель директора | 2013 -2014гг. | материалы выступлений |

| | | | | |
|------|--|-----------------------|----------|--------------|
| | технологии обучения» | | | |
| 2.4. | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности. | преподаватели | ежегодно | планы уроков |
| 2.5. | Выявление группы риска по социальной дезадаптации, устранения негативного влияния. | Классный руководитель | ежегодно | план работы |

7. Здоровьесберегающая деятельность педагогического коллектива ГБОУ школы № 10 Калининского района Санкт-Петербурга

| органы управления | органы управления | Сроки выполнения | | |
|------------------------|--|---------------------------|---------------|---------------|
| | | 2015 – 2016гг. | 2016 -2017гг. | 2017- 2018гг. |
| Административный Совет | 1. Создание временной творческой группы по разработке Программы здоровьесбережения | Май 2013 | | |
| | 2. Анализ результатов медицинского осмотра участников образовательного процесса. | После прохождения осмотра | | |
| | 3. Анализ влияния состояния здоровья учащихся на уровень обученности. | Май | Май | май |
| | 4. Анализ дозировки учебной нагрузки: учебные планы; график контрольных работ. | сентябрь | сентябрь | сентябрь |
| | 5. Итоговый анализ состояния здоровья учащихся. | май | май | май |
| Педагогический Совет | 1. Обсуждение и принятие Программы здоровьесбережения | ноябрь | | |
| | 2. Использование здоровьесберегающих технологий. | | январь | апрель |
| | 1. Обсуждение Программы здоровьесбережения | сентябрь | | |

| | | | | |
|--------------------|---|---------|--------|--------|
| Методический Совет | 2. Составление плана работы с учетом внедрения здоровьесберегающих технологий. | август | август | август |
| | 3. Разработка критериев уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования. | октябрь | | |
| | 4. Мониторинг влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний по предметам. | апрель | апрель | апрель |

8. Календарный план реализации программы здоровьесбережения на 2015-2016 учебный год.

| | мероприятие | ответственные |
|---|---|------------------------------------|
| 1 | Проведение уроков–здоровья: 1-2 класс: «Если хочешь быть здоров» 3-4 класс: «Из чего состоит наша пища» 5-6 класс: «Здоровье - это здорово» | классные руководители |
| 2 | Проведение классных часов: 1 класс: Режим дня – основа жизни человека (беседа – игра) 2 класс: Беседа о здоровой и полезной пище 3 класс: «Цена ломтика» 4 класс: «Что такое здоровье?» 6 класс: «Разрешение конфликтов без насилия» 7 класс: «В здоровом теле – здоровый дух!» | классные руководители |
| 3 | Родительские собрания: 1 класс: «Режим труда и учёбы» 2 класс: «Здоровье ребёнка в руках взрослых» 3 класс: «Секреты здоровья ребёнка» 4 класс: «Режим и гигиена питания младших школьников» 5 класс: «Особенности адаптационного периода» 6-7 классы: «Психологические особенности подростков» | классные руководители |
| 4 | День здоровья (1- 7 классы) | классный руководитель, родители |

| | | |
|---|---|------------------------------|
| 5 | Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время. | заместитель директора по УВР |
| 6 | Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. | Ответственный за ПДД |

9. Модель формирования здоровьесберегающей среды в учреждении с учетом индивидуального подхода к обучающимся

| СУБЪЕКТЫ | | | |
|--|--|---|---|
| Обучающийся | Члены семьи обучающегося | Педагоги | Привлеченные специалисты и организации |
| ЦЕННОСТИ | | | |
| Осознание причин своих личностных, и других переживаний, особенностей формирования межличностных отношений | Осмысление мотивов, потребностей, устремлений, установок, отношений, особенностей поведения и эмоционального реагирования ребенка | Открытие системы ценностей подростка внутреннего происхождения | Достижение соответствия между декларируемыми и реально-действующими ценностями |
| ЦЕЛЬ | | | |
| Сохранение и укрепление здоровья обучающихся | | | |
| ЗАДАЧИ | | | |
| Осознание ценности здоровья и активно-познавательное стремление к его совершенствованию, индивидуальная информированность и способность принимать ответственные эффективные решения, определяющие структуру и качество жизни | Удовлетворение потребностей обучающегося в здоровом образе жизни, формирование потребности в соблюдении элементарных гигиенических норм и правил, выведение подростка в режим саморазвития, самовоспитания | Сохранение и развитие здоровья обучающегося при его оптимальной трудоспособности и социальной активности, формирование системы умений и здоровьесформирующих технологий и стратегий | Формирование доминантной установки на восприятие позитивных сторон реальности и защиту от негативных влияний среды. |
| ФУНКЦИИ | | | |
| Самореализации | Психофизиологическая | Эстетически-познавательная | Психотерапевтическая |
| АСПЕКТЫ | | | |
| Личностный | Командный | Образовательный | Деятельностный |
| ФОРМЫ | | | |

| | | |
|--|--|---|
| Консультации, беседы, инструктажи, тренинги, семинары-практикумы, дни открытых дверей, конференции | | |
| РЕЗУЛЬТАТЫ (с позиций трех уровней отношения обучающегося к своему здоровью) | | |
| Когнитивный | Эмоциональный | Поведенческий |
| Позитивное отношение обучающегося к себе, самоуважение | Формирование дифференцированных обобщенных знаний о себе в процессе деятельности и общения с окружающими | Включенность в культурно-оздоровительную деятельность |

10. Ожидаемые конечные результаты программы:

- повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;
- рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников.
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- повышение уровня самостоятельности и активности школьников;
- повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья.

11. Реализация программы направлена на формирование у учащихся

культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);

Культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их);

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной

помощи себе и другому человеку.

12. Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Методического совета школы;
- посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОЖ; - создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе, - сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
- контроль организации учебного процесса, распределения учебной нагрузки, объема домашних заданий, внешкольной образовательной деятельности учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

13. Основные направления деятельности программы:

Медицинское направление предполагает:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно -гигиенического состояния школы;
- планомерная организация питания учащихся;
- реабилитационную работу: обязательное медицинское обследование; мероприятия по питьевому режиму.

Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры)

Психолого-педагогическое направление предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;

- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование деятельности психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровье сберегающих технологий обучения;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы

Диагностическое направление предполагает:

- проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются:
 - общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
 - текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
 - режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.

14.Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

Основой для разработки Программы стали:

Направление государственной политики в области сохранения и укрепления здоровья обучающихся. Решение вопросов питания, медицинского обслуживания, внеклассных спортивно-оздоровительных занятий, профилактически программ, здорового образа жизни возможно только при создании системы образовательного учреждения по сохранению и укреплению здоровья школьников.

В современных условиях развития российского образования существенно возрастает интерес людей, профессионально заинтересованных в работе образовательных учреждений по проблеме сохранения и укрепления здоровья учащихся. Педагогические коллективы школ испытывают затруднения ввиду **недостаточной координации** этой работы с теми социальными партнерами, которые также заинтересованы в становлении и развитии системы здоровьесбережения: высшими учебными заведениями, исследовательскими институтами, учреждения здравоохранения, учреждениями дополнительного образования и др.

Межведомственное взаимодействие и социальное партнерство в целях развития образовательного, воспитательного и развивающего потенциала образовательных организаций в области формирования здорового образа жизни обучающихся (Приложение № 2)

Одним из главных направлений деятельности школы является забота о сохранении и укреплении здоровья школьников. В сотрудничестве с институтом физиологии им. И.П.Павлова РАН, учителя школы работают над темой «Применение тренажерной системы для развития аналитического восприятия у школьников с нарушением слуха и речи», ведется совместная работа с Центром психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Калининского района Санкт-Петербурга.

Ежегодно планируется, разрабатывается план совместной работы с «Центром социальной помощи семье и детям», разработаны и реализуются программы «Школа здоровья», медико-психолого-педагогическое сопровождение школьников» в рамках проекта по здоровьесбережению, в школе организована служба психолого-педагогического сопровождения учащихся, в которую входят 3 логопеда, 3 дефектолога, педагог-психолог, социальный педагог, в 2016 году ГБОУ школа № 10 приняла активное участие в проекте «Мониторинг здоровьесозидающей образовательной среде» в рамках научно-исследовательской работы СПб АППО, школа являлась активным участником городского исследования по направлению «Здоровье в школе» в 2016 году в рамках научно-исследовательской работы СПб АППО (в соответствии с распоряжением Комитета по образованию от 30.07.2015 № 3694-р «О региональных исследованиях качества образования»

Повышению эффективности работы по здоровьесбережению способствует и сотрудничество с Медико-психолого-педагогической консультацией района и города, в рамках которого в течение учебного года проводятся различные диагностики, консультации, тренинги для учащихся и родителей. Результаты взаимодействия с секциями Центра Детского творчества – высокие спортивные достижения наших воспитанников.

В сотрудничестве с органами государственного управления разрабатываются и утверждаются программы развития образовательной организации, основные образовательные программы, планы финансово- хозяйственной деятельности и другие нормативные акты. В рамках развития школьной системы оценки качества образования проводится ежегодный мониторинговый анализ состояния школьной образовательной системы, социологические опросы и анкетирование потребителей образовательных услуг. Ежегодно представители общественности становятся активными участниками школьных семинаров, мастер-классов, различных процедур независимой оценки качества образовательных услуг и результатов.

Одним из достижений является создание в нашей школе системы предпрофильной подготовки и профильного обучения, призванное обеспечить государственные гарантии качественного образования и социализацию обучающихся. На пути к познанию профессий наши ребята прошли диагностику предпочтений, профессиональные пробы, посетили ряд учреждений и предприятий.

Созданию условий для развития ребенка как нравственно здоровой, социально-активной, творческой личности в рамках реализации направлений воспитательной работы школы способствует сотрудничество с детскими общественными организациями, городской библиотекой, Советом писателей. Благодаря активному сотрудничеству нашей школы с данными организациями школьники стали участниками социально значимых акций, проектов различной направленности.

В сотрудничестве школы с Центром внешкольной работы, домом детского творчества калининского района, решаются задачи духовно-нравственного и художественно-эстетического воспитания школьников.

Успешному решению задач гражданско-правового воспитания подрастающего поколения, обеспечения равных условий обучения школьников, оказанию помощи семьям, попавшим в трудную жизненную ситуацию способствует сотрудничество школы с правоохранительными органами, Территориальным управлением социальной защиты населения.

В практику совместной работы школы с данными организациями вошли информационные встречи, индивидуальные консультации рекомендательного характера для школьников и родителей, совместное проведение общешкольных родительских собраний, посещение семей, проведение Дней правовых знаний.

Несомненно, более привлекательной для обучающихся и их родителей является та школа, в которой созданы необходимые кадровые условия для получения качественного образования. Поэтому приоритетным направлением деятельности по созданию

положительного имиджа нашей школы является работа с педагогами, повышения уровня профессиональной компетентности учителей нашей школы стало сотрудничество с коррекционными школами не только района и города, но и проведение совместных тематических семинаров со школами региона - региональный семинар «Индивидуальный подход в обучении и воспитании учащихся с ограниченными возможностями здоровья» (Новгородский район ГБОУ С(К) школа –интернат № 5 – 21.03.2015 года) ;
- проведение районного семинара «Практика организации учебного процесса для учащихся с ОВЗ» (20 апреля 2016 года)

УСЛОВИЯ И ПРЕДПОСЫЛКИ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

В ГБОУ школе № 10 Калининского района Санкт-Петербурга в 2015 году была организована рабочая группа с целью аудита, координации и разработки перспективных направлений работы в области здоровьесбережения. Выполнен анализ результатов работы школы по проблемам здоровья сохранения и укрепления здоровья учащихся, который включал: - результаты мониторинга качества образования; - анализ потребностей учащихся, родителей и педагогов; - анализ предложений участников педагогического совета.

СТРАТЕГИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ ШКОЛЫ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

14. Реализация основных направлений программы:

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
3. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
4. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
5. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
6. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
7. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья с привлечением родителей и социальных партнеров.
8. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.

Принципы согласованности между школьными стратегиями и практикой в сферах, признаваемых и осознаваемых местным сообществом, которое заинтересовано в качестве

работы по сохранению здоровья учащихся: - сотрудничество и обучение, ориентируемые на действия детей по вопросам здоровья, в рамках учебных программ; - принятие собственного взгляда учащегося на здоровье; - развитие стратегии здоровой школы; - развитие среды жизнедеятельности детей в школе; - развитие жизненных компетенций; - эффективная связь с семьей и общественностью; - создание действующих служб здоровья.

Задачи и мероприятия Программы

Сильные и слабые стороны образовательной системы школы позволяют говорить о том, что в ГБОУ сохраняется тенденция к качественному изменению организации процесса обучения с учётом обеспечения здоровья каждого ученика, индивидуального подхода к обучающимся, применения современных образовательных технологий, создания стимулов для здорового образа жизни, контроля за здоровьем обучающихся.

Это предполагает на основе реализации программы «Здоровье — это здорово» проектирование подпрограмм, направленных на решение проблемы здоровья всех участников образовательного процесса, обеспечивающих её инновационность, результативность, технологичность и востребованность субъектами образовательного процесса. Планируется дальнейшая разработка подпрограмм:

1. «Здоровый образ жизни - основа успешной социализации личности»

2.»Здоровый педагог-здоровый ученик»

РОДИТЕЛИ увидят образовательное учреждение, обеспечивающее условия для психологического комфорта и безопасности ребёнка, решение проблемы здоровья детей с помощью внедрения здоровьесозидающих технологий в учебно-воспитательный процесс;

ОБУЧАЮЩИЕСЯ смогут получить не только качественное и доступное образование, но и сформировать компетентность в области сохранения и укрепления здоровья и реализовать свои потенциальные возможности для социального успеха в дальнейшем;

УЧИТЕЛЯ получат возможность реализовать себя в разнообразных инновационных профессиональных практиках, программах дополнительного образования, повысить профессиональную компетентность в вопросах здоровьесбережения и здоровьесозидания

