

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ИРКУТСКОГО РАЙОННОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ХОМУТОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»
(МОУ ИРМО «Хомутовская СОШ №2»)

«УТВЕРЖДЕНО»



Директор МОУ ИРМО

«Хомутовская СОШ №2»

В.М.Коврига.

30 августа 2024 года

Рабочая программа

«Здоровье+»

*Составила: Рукосуева О.А.,
Заместитель директора по ВР*

Аналитическое обоснование программы

Предметом острой общественной тревоги стало отмечающееся в последнее время резкое ухудшение физического здоровья детей.

Все более осознается как актуальная задача государства, общества и всех его социальных институтов необходимость преодоления имеющей место тревожной тенденции в интересах обеспечения жизнеспособности подрастающего поколения.

Здоровье детей школьного возраста, как и других групп населения, зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, образовательном учреждении. Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание.

Не остается в стороне и наша школа, поэтому особое внимание педколлектив уделяет вопросам укрепления здоровья и физического развития учащихся.

Проанализировав результаты реализации работы по профилактике ЗОЖ, разработана данная программа со всеми необходимыми дополнениями

Цели программы «Здоровье+».

1. Формирование у школьников знаний о здоровом образе жизни и привитие навыков ответственного отношения к нему, профилактика вредных привычек.
2. Продемонстрировать многогранную природу здоровья.
3. Содействовать сохранению здоровья каждого школьника.
4. Сформировать основания для критического мышления по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленным на сохранение здоровья.
5. Обеспечить учащихся необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.
6. Создать методические и технологические основания для моделирования различных видов деятельности, направленных на укрепление здоровья в школе, а также на изменение всего уклада школы с пользой для здоровья каждого школьника и работника школы.
7. Расширить и разнообразить взаимодействия школы, родителей и общества в контексте укрепления здоровья.

Основные задачи и содержание работы в школе по реализации программы «Здоровье +»

1. Школа ставит перед собой следующие задачи:

- поиск здоровьесберегающих оптимальных режимов учебно-воспитательной работы;
- валеологический анализ уроков;
- разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствование здоровьесохраняющих технологий обучения и воспитания, адекватных возможностей детей;
- содействие гармоничному развитию детей путем профилактики и коррекции возможных отклонений физического состояния и здоровья на каждом возрастном этапе;
- вооружение педагогов необходимыми знаниями в области здоровья;
- оказание педагогам конкретной помощи в изучении физиологических возможностей организма детей, определении уровня физического развития, соответствия биологического возраста паспортному, ведение наблюдений за ростом и развитием ребенка;
- пропаганда среди родителей, педагогов и детей основ здорового образа жизни.

2. В соответствии с основными задачами содержание работы школы определяется следующими направлениями:

- научным, изучающим закономерности роста и развития, формирования личности ребенка с целью разработки способов, средств и методов применения валеологических знаний в условиях учреждений системы образования;

- прикладным, осуществляющим научно-методическое обеспечение всего процесса обучения и воспитания. Направление предполагает подготовку кадров педагогических, ориентированных на ЗОЖ, создание учебных пособий, методических рекомендаций;

- практическим (работа с детьми, родителями, педагогами ОУ в рамках программы).

3. Основными видами деятельности по программе «Здоровье+» в школе являются диагностика, развитие, профилактика и коррекция, консультирование.

3.1. Диагностическая деятельность.

Школа решает следующие конкретные диагностические задачи:

- диагностический мониторинг физического состояния, гармоничности развития, физической подготовленности и работоспособности детей, контроль за состоянием функций опорно-двигательного аппарата и органа зрения;

- диагностика готовности ребенка к поступлению в школу с выявлением степени морфофункциональной зрелости ребенка;

- диагностика состояния адаптационных механизмов, предупреждение психосоматической дезадаптации;

- контроль за сбалансированностью питания;

- мониторинг причин, влияющих на ухудшение состояния здоровья и нарушение гармоничности физического развития.

3.2. Развивающая деятельность ориентирована на оказание помощи педагогическому коллективу в осуществлении индивидуального подхода в обучении и воспитании детей, развитии их способностей и склонностей.

3.3. Профилактическая и коррекционная деятельность определяется необходимостью формирования у педагогов и детей потребности в знаниях о здоровом образе жизни, желания использовать их в работе с ребенком, а также своевременным предупреждением и устранением возможных отклонений в состоянии здоровья и физического развития, обусловленных неумелым обучением и воспитанием. Профилактическая и коррекционная работа проводится как с отдельными детьми, педагогами, так и с их группами. В процессе профилактической и коррекционной работы осуществляются следующие конкретные мероприятия:

- прием детей в первые классы, диагностика физиолого-гигиенической готовности степень биологической зрелости с целью раннего выявления возможных отклонений в состоянии здоровья;

- разработка комплекса развивающих, профилактических и коррекционных упражнений для занятия с детьми. Совместно с педагогами и родителями намечает программу индивидуальной работы с целью их улучшения адаптации, высокой работоспособности и обеспечения нормального развития с учетом индивидуальной готовности ребенка к обучению на каждом переходном этапе.

3.4. Консультативная деятельность ориентирована на повышение валеологической культуры педагогов и родителей; расширение кругозора по вопросам здорового образа жизни. При осуществлении консультативной работы необходимо решать следующие задачи:

- консультация педагогов, родителей по проблеме оздоровления детей. Консультации могут носить как индивидуальный, так и групповой характер;

- индивидуальные и коллективные занятия с детьми по вопросам здорового образа жизни;

- повышение валеологической грамотности через работу педагогического совета, методических объединений, общих и родительских собраний;

- на базе библиотеки комплектация библиотечки по проблемам здоровья и здорового образа жизни.

В соответствии с этим в школе вводится следующая модель школы здоровья:

1. Образование в области здоровья. Это последовательно спланированная программа на весь школьный курс, ориентированная на физические, интеллектуальные, эмоциональные и социальные аспекты здоровья. **Цель – здоровье как необходимая составляющая общей культуры.**

2. Физическое воспитание (физическая культура и спорт, трудовые навыки), которое представляет собой последовательно спланированную школьную программу на весь курс обучения физическим навыкам и физической активности, пригодную для всех школьников.

3. Работа медицинского кабинета ориентирована на профилактику и раннее вмешательство, включая оказание неотложной помощи, первой помощи, умение работать с хронически больными детьми, связь с медицинскими учреждениями по месту жительства.

Система питания обеспечивает детей разнообразной, вкусной и здоровой пищей, формирует и отслеживает правила питания в классах и столовой.

4. Служба здоровья школы (Школьный совет содействия укреплению здоровья) оценивает состояние здоровья педагогического и технического персонала, уровень его компетентности по данному вопросу, готовность к системным действиям по сохранению здоровья, поддерживает работу персонала, направленную на обеспечение здоровья учащихся, создает позитивные ролевые модели.

5. Консультирование, психологическая и социальная служба включают в работу базирующиеся в школе структуры социального обеспечения.

6. Здоровая среда направлена на **формирование благоприятного физического и психологического климата** в школе.

7. Вовлечение родителей и общественности включает широкий круг возможностей по сохранению и улучшению здоровья школьников.

Что будет достигнуто в процессе реализации программы «Здоровье» в школе:

1. Сформировано ценностное отношение к здоровью всех участников педагогического процесса.
2. Сформирована валеологическая культура педагогов, учащихся и их родителей.
3. Внедрены новые традиции, пропагандирующие и способствующие здоровому образу жизни.
4. Отслежены параметры личностного здоровья всех участников педагогического процесса (совместно с медицинскими работниками).
5. Создана школьная модель профилактики и коррекции социальных вредностей (табакокурения, алкоголизма, токсикоманией, наркоманией).
6. Создана школьная модель социально-педагогической поддержки детей «группы риска» и детей-инвалидов.

Ежегодное планирование работы по программе:

| № | Содержание работы | Сроки | Ответственные |
|--|--|----------------|-------------------------|
| I. Работа с педагогическими кадрами | | | |
| 1. Своевременное выявление больных детей: | | | |
| 1. | Заполнение «паспорта здоровья класса» | сентябрь | Уч.физ-ры |
| 2. | Систематическое наблюдение за состоянием здоровья учащихся | в течение года | Кл.рук, медработники |
| 3. | Контроль за посещением учащихся | в течение года | Кл.рук, |

| | | | |
|--|---|----------------|--|
| | | | медработники, соц.педагоги |
| 4. | Выяснение причин пропусков, посещение больных детей, беседы с родителями | в течение года | Кл.рук, медработники, соц.педагоги |
| 2. Организация питания: | | | |
| 1. | Систематический контроль за организацией питания учащихся, соблюдение санитарно-гигиенических требований в столовой | в течение года | Зав.столовой, бракеражная комиссия |
| 2. | Организация дежурства в школьной столовой | в течение года | Организатор дет.движения, кл.рук. |
| 3. Создание санитарно-гигиенических условий | | | |
| 1. | Организация учебных занятий, кружков, внеклассных мероприятий согласно санитарно-гигиеническим требованиям | в течение года | Зам.директора по УВР и ВР |
| 2. | Создание нормального температурного и светового режима | в течение года | Зам.директора по АХЧ |
| 3. | Соблюдение чистоты и порядка в школьном здании и на территории школы | в течение года | Зам.директора по АХЧ, кл.рук. |
| 4. | Проведение на переменах между уроками сквозного проветривания | в течение года | Учителя- предметники, кл.рук. |
| 5. | Прохождение медосмотров всеми работниками школы | один раз в год | Директор, медработники |
| 4. Проведение тематических классных часов: | | | |
| 1. | Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья | октябрь | Кл.рук. 1-2-х классов |
| 2. | Занимайся физкультурой, если хочешь быть здоров! | ноябрь | Кл.рук. 3-4-х классов |
| 3. | Правильное питание | декабрь | Кл.рук. 5-х классов |
| 4. | Мы и витамины | январь | Кл.рук. 6-х классов |
| 5. | Мода и здоровье | февраль | Кл.рук. 7-х классов |
| 6. | Враги юности | март | Кл.рук. 8-х классов |
| 7. | Помоги себе сам | апрель | Кл.рук. 9-х классов |
| 8. | Здоровый образ жизни | май | Кл.рук. 10-11-х классов |
| 5. Планирование учебного материала: | | | |
| 1. | Включение последовательной, спланированной работы по охране и укреплению здоровья учащихся на уроках: биологии, физики, химии, физической культуры, ОБЖ, технологии и т.д. | в течение года | Зам.директора по УВР, учителя- предметники, руководители ШМО и ОМО |
| 6. Проведение педсоветов, совещаний: | | | |

| | | | |
|---|---|---------------------|--|
| 1. | Обязательное включение вопросов ЗОЖ в работу педсоветов, совещаний и МО | в течение года | Директор, зам.директора по УВР |
| 2. | Организация группы здоровья для работников школы | в течение года | Уч.физ-ры, медработник |
| II. Работа с учащимися | | | |
| 1. Наглядная агитация: | | | |
| 1. | Оформление уголка здоровья в каждом классе | в течение года | Кл.рук. |
| 2. | Опубликование статей о ЗОЖ в школьной газете «Школьная жизнь» | Один раз в четверть | Редактор шк.газеты |
| 4. | Организация показа видеофильмов по теме ЗОЖ | в течение года | Кл.рук., оператор шк.медеоцентра |
| 5. | Организация выставок книг «Наше здоровье в наших руках» | в течение года | Библиотекарь |
| 2. Соблюдение правил техники безопасности: | | | |
| 1. | Проведение инструктажа по технике безопасности во время экскурсий, на уроках физкультуры, технологии, физики, химии | в течение года | Учителя-предметники, кл.рук. |
| 2. | Изучение правил дорожного движения | в течение года | Уч. ОБЖ, кл.рук |
| 3. | Изучение правил пожарной безопасности | в течение года | Уч. ОБЖ, кл.рук |
| 4. | Организация встреч с работниками ГИБДД, пожарной части, больницы, милиции | в течение года | Зам.директора по ВР, организатор дет.движения, соц.педагоги |
| 5. | Работа по плану «ЮИД» | в течение года | Организатор дет.движения |
| 3. Спортивно-оздоровительная работа: | | | |
| 1. | Проведение утренней зарядки | ежедневно | Спорт.активисты |
| 2. | Подвижные игры на переменах | ежедневно | Организатор дет.движения, деж.учителя |
| 4. | Вечера отдыха | в течение года | Кл.рук. |
| 5. | Проведение традиционных спортивно-массовых мероприятий | в течение года | Уч.физкультуры, зам.директора по ВР |
| 6. | Проведение дней здоровья | в течение года | Уч.физкультуры, зам.директора по ВР |
| 7. | Участие в районных и областных | В течение года | Уч.физкультуры |

| | | | |
|---|---|-----------------------------|--|
| | соревнованиях | | |
| 4. Организация работы спортивных кружков: | | | |
| 1. | Выявление интересов учащихся | Конец уч.года | Уч.физ-ры, зам.директора по ВР |
| 2. | Формирование объединений ДО | сентябрь | Уч.физкультуры, зам.директора по ВР |
| 3. | Вовлечение учащихся из «группы риска» в объединения ДО | сентябрь, в течение года | Уч.физкультуры, зам.директора по ВР |
| 4. | Мониторинг результативности объединений ДО | Конец уч.года | Зам.директора по ВР |
| 5. Организация индивидуальной просветительской работы для мальчиков и девочек: | | | |
| 1. | Организация работы «девичника» - гигиена девушки - секреты обаяния - алкоголь и потомство | 2 четверть | Медработники |
| 2. | Организация работы «мальчишника» -гигиена юноши - секреты мужского достоинства -алкоголь и потомство | 3 четверть | Медработники |
| 3. | Цикл совместных бесед «Как прожить долго и здоровым» | 4 четверть | Медработники |
| 6. Проведение творческих работ с учащимися: | | | |
| 1. | Конкурс рисунков за ЗОЖ 1-6 классы | ноябрь | Уч. искусства |
| 2. | Конкурс плакатов за ЗОЖ 7-11 классы | ноябрь | Уч. искусства |
| 3. | Конкурс сочинений «Наше здоровье в наших руках» 9-11 классы | январь | Руководитель МО уч.русского языка |
| 4. | Конкурс презентаций за ЗОЖ | апрель | Уч.информатики |
| 5. | Участие в разработке проектов | в течение года | Зам.директора по УВР и ВР |
| 7. Организация летнего отдыха учащихся | | | |
| 1. | Детский оздоровительный лагерь с дневным пребыванием | июнь-август | Зам.директора по ВР, уч.нач.классов |
| 2. | Работа ремонтно-строительной бригады | июнь | Уч.технологии |
| 3. | Работа бригады «Забота» (помощь пожилым, ветеранам и инвалидам) | июнь-август | Зам.директора по ВР |
| 4. | Работа сводных отрядов по месту жительства | июнь-август | Зам.директора по ВР |
| 5. | Участие в районных мероприятиях: - Турслёт - Спасатель - Археологический лагерь | июнь-август | Зам.директора по ВР, ответственные |
| 6. | Трудоустройство учащихся через ЦЗ | июнь-август | Зам.директора по ВР |
| III. Работа с родителями и общественностью | | | |

| | | | |
|-----|---|----------------------|--|
| 1. | Организация лектория для родителей по вопросам ЗОЖ | один раз в четверть | Зам.директора по УВР и ВР |
| 2. | Организация классных родительских собраний | один раз в четверть | Кл.рук. |
| 3. | Включение вопросов по ЗОЖ в общешкольные родительские собрания | один раз в четверть | Зам.директора по УВР и ВР |
| 4. | Включение вопросов по ЗОЖ в работу школьного Управляющего Совета | ежемесячно | Директор |
| 5. | Совместное проведение мероприятий по ЗОЖ с сельским ДК, сельской и детской библиотекой | два раза в год | Зам.директора по ВР, организатор дет.движения |
| 6. | Проведение рейдов «Трезвый подросток» , «Злостный курильщик» и «22.00 – ваши дети дома» | еженедельно | Соц.педагоги, зам.директора по ВР, члены Управляющего Совета |
| 7. | Распространение буклетов за ЗОЖ среди родителей учащихся | один раз в полугодие | Зам.директора по ВР, редактор шк.газеты |
| 8. | Проведение углубленного медосмотра учащихся | один раз в год | Медработники |
| 9. | Обустройство классных комнат, живых уголков, зимних садов | в течение года | Кл.рук, родит. комитет класса |
| 10. | Сдача овощей в школьную столовую | август-сентябрь | Родит. комитет класса |