

Утверждаю

и.о.директора ГБПОУ

«Профессиональное училище с. Домашка»



/М.К.Воробьева/

# ***Программа здоровьесбережения***

## **«Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»**

**на 2017-2022 учебные годы**

**Программа здоровьесбережения  
на 2017 - 2022 учебные годы**

**ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА**

- |            |  |   |
|------------|--|---|
| <b>1.</b>  | <b>Полное название программы</b>   | «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»   |
| <b>2.</b>  | <b>Цель программы</b>  | Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни. |
| <b>3.</b>  | <b>Направление деятельности.</b>   | Учебно-развивающее  |
| <b>4.</b>  | <b>Авторы программы</b>  | Зам.директора по УВР, преподаватели-предметники, психолог   |
| <b>5.</b>  | <b>Муниципальное образовательное учреждение, представившее программу</b> | ГБПОУ «Профессиональное училище с. Домашка»   |
| <b>6.</b>  | <b>Адрес, телефон</b>  | Кинельский район, с. Домашка, ул. Зеленая, д.3  |
| <b>7.</b>  | <b>Место реализации</b>  | ГБПОУ «Профессиональное училище с. Домашка»   |
| <b>8.</b>  | <b>Количество обучающихся</b>  | 170 человек   |
| <b>9.</b>  | <b>Возраст обучающихся</b>   | от 16 до 23 лет   |
| <b>10.</b> | <b>Сроки проведения.</b>   | 2017-2022 г.  |

## **Программа по здоровьесбережению "Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения"**

*В мире есть лишь две абсолютные ценности: чистая совесть и здоровье*

### **Паспорт программы**

**Необходимость создания программы:** ухудшение здоровья обучающихся в связи с изменениями экологической обстановки, отношения к своему здоровью, социального благополучия.

### **Основные разработчики программы:**

**ЦЕЛЬ:** формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

### **ЗАДАЧИ:**

- отработать систему выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- создать информационный банк показателей здоровья и образа жизни обучающихся;
- организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и преподавателями-предметниками;
- формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
- осуществлять медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья обучающихся;

**Сроки реализации программы.** 2017 – 2022 гг.

### **Перечень основных блоков:**

- Педагогический (работа классного руководителя, преподавателя физической культуры, преподавателей-предметников);
- Психологический (работа педагога-психолога);
- Социальный (взаимодействие с родителями, учреждениями дополнительного образования);
- Блок двигательной активности  
(физическое развитие)

**Исполнители.** Педагоги училища, родители, учреждения дополнительного образования

## **Ожидаемые результаты.**

- Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья обучающихся для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого обучающегося.
- Организация систематического контроля за состоянием здоровья обучающихся и педагогов на основе организации профилактических осмотров.
- Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса.
- Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
- Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус подростков;
- Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам;
- Разработка рекомендации для родителей, администрации училища, преподавателей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения;
- Включение в план работы училища проведение недель здоровья;
- Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.

## **Система управления и контроля за реализацией программы.**

Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет зам.директора по УВР, преподаватели-предметники, психолог.

Формы контроля: результативность работы рассматривается 2 раза в год на МО преподавателей.

Предлагаемая модель здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения является последовательной системой реализации комплексной программы сохранения и укрепления здоровья обучающихся. Реализация училища здоровьесберегающего проекта при воплощении данной модели в образовательном пространстве обеспечит переход образовательного учреждения к статусу «Здоровьесберегающее образовательное учреждение».

Предлагаемая программа «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения» может быть охарактеризована как интегральная модель, поскольку включает в себя все наиболее распространенные в настоящее время виды здоровьесберегающей деятельности училища, применяемые в системе образования.

## 1. Введение.

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Забота о сохранении здоровья обучающихся важнейшая обязанность училища, отдельного преподавателя, педагогического коллектива и самого ребенка. Здоровье-основа формирования личности, и в этой связи уместно привести слова замечательного педагога В.А.Сухомлинского: «Опыт убедил нас в том, что примерно у 85% всех неуспевающих учеников главной причиной отставания в учебе является плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание». Подросток должен осознавать, что быть здоровым - его обязанность перед самим собой, близкими, обществом. Человек, не приученный или не умеющий заботиться о своем здоровье, психологически уязвим и не адаптирован в реальной жизни. Подросткам, испытывающим проблемы со здоровьем, труднее учиться. И в первую очередь педагоги должны помочь им справиться с этими трудностями.

В Концепции охраны репродуктивного здоровья населения страны, принятой в Российской Федерации, одной из наиболее острых проблем называется медико-социальная. А значит, проблемы охраны репродуктивного здоровья населения приобретают особую социальную значимость. В настоящее время доказано, что основным направлением профилактики заболеваний населения является работа по формированию здорового образа жизни. Международный опыт показывает, что в структуре факторов, определяющих здоровье, равно как и болезни, более 50% приходится на образ жизни человека. По данным и зарубежных, и российских специалистов таблица факторов, влияющих на здоровье детей, выглядит так:

- 50%- образ жизни;
- 20%- условия внешней среды;
- 20%- особенности организма, наследственность;
- 8-12%- система здравоохранения.

Здоровье - один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья. Это одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. Именно здоровье людей должно служить главной «визитной карточкой» страны. Если мы не будем заботиться о своем здоровье- у нас не будет будущего. Будущее нашей страны- счастливые дети. Лучший способ сделать детей счастливыми - сделать их здоровыми! Поэтому важно с раннего детства прививать навыки здорового образа жизни.

Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования ориентирован на выпускника, выполняющего правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни. При организации работы, ориентированной на формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, в настоящее время используется комплексный подход. Тематика здоровья так или иначе пронизывает весь образовательный подход. Темы здоровья достаточно легко интегрируются в уроки биологии, химии, географии, обществознания, математики, иностранного языка. Накоплен большой методический материал проведения уроков здоровья или минуток здоровья по всем предметам.

Уроки физической культуры по сравнению с другими уроками предоставляют дополнительные возможности для формирования здорового образа жизни. Помимо двигательных способностей у подростков развиваются волевые качества личности, произвольная регуляция поведения, формируются нравственные качества.

Большой потенциал заложен в таких мероприятиях, как дни здоровья. Общение учащихся с педагогами в неформальной атмосфере способствует возникновению доверительных отношений. Дни здоровья стимулируют интерес детей и побуждают их к активному участию в деятельности.

Проблемы сохранения здоровья обучающихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранения здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить подростку возможность сохранения здоровья за период обучения в училище, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

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.

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 обучающихся в училище состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья обучающихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья

обучающихся и педагогов. Охрана здоровья педагога является важным фактором укрепления здоровья подростка. Педагог обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для обучающегося, вести здоровый образ жизни.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел «Календарный план реализации программы» обновляется каждый учебный год.

#### **Вместе с тем выявлен ряд проблем, среди которых:**

- не созданы соответствующие условия для занятий физической культурой и спортом для обучающихся с ослабленным здоровьем, с ограниченными возможностями здоровья;
- отсутствует глубокая медицинская диагностика врачей-специалистов.

Предметом исследования, а также целью данной программы является поиск наиболее оптимальных средств для формирования самой важной базовой характеристики, обеспечивающей реализацию всех остальных, - здоровья.

Программа призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка, направленные на защиту здоровья и получение полноценного образования.

Программа является подтверждением особого статуса детства как периода, не зависящего от социальных, политических, национальных конфессиональных и других отличий.

Программа находится в числе приоритетных направлений деятельности органов власти, служит основой сотрудничества образования и здравоохранения, общественности, училища и родителей.

#### **Программа опирается в своих положениях на:**

- Конвенцию ООН о правах ребенка;
- Конституцию Российской Федерации;
- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Национальную доктрину образования Российской Федерации;
- Инициативу «Наша новая школа».

Основной стратегической целью программы «Здоровье» ГБПОУ «Профессиональное училище с. Домашка» на 2017-2022 годы является содействие всем участникам образовательного процесса в создании условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и приобретении знаний, умений, навыков, необходимых для формирования устойчивой мотивации к сохранению, укреплению здоровья и к здоровому образу жизни.

Для достижения стратегической цели должны быть решены следующие стратегические задачи:

- совершенствование системы физкультурно-оздоровительной работы;
- организация методической поддержки педагогам в реализации цели программы;
- разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствования здоровьесберегающих инновационных технологий обучения и воспитания, адекватных возможностям подростков;
- обеспечение формирования у обучающихся мотивации к стремлению заботиться о своем здоровье и умению вести ЗОЖ, у педагогов - мотивации к валеологизации учебно- воспитательного процесса, освоению валеологических технологий в учебном процессе, к деятельности по сохранению собственного здоровья, у родителей- мотивации совместной деятельности по вопросам формирования ЗОЖ детей через систему просветительской работы;
- установление эффективных путей взаимодействия с родителями, различными специалистами в области здоровьеобеспечения;
- построение диагностической системы отслеживания состояния здоровья обучающихся в форме мониторинга.

## **2.Цели программы:**

- создание в училище организационно - педагогических, материально -технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- усиление контроля за медицинским обслуживанием участников образовательного процесса;
- создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;



- развитие организационного, программного и материально-технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в училище с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников училища.

### **3.Задачи программы:**

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния училища;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения обучающихся, использование технологий урока, сберегающих здоровье обучающихся;
- планомерная организация полноценного сбалансированного питания обучающихся;
- развитие психолого-медико-педагогической службы училища для своевременной профилактики психологического и физического состояния обучающихся;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внеучилищной работы к формированию здорового образа жизни обучающихся;
- посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

### **4.Функции различных категорий работников училища**

#### **1.Функции медицинской службы училища:**

- проведение диспансеризации обучающихся училища;
- медосмотр обучающихся училища, определение уровня физического здоровья;
- выявление обучающихся специальной медицинской группы.

#### **2.Функции администрации:**

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания обучающихся в училище;
- организация преподавания вопросов валеологии на уроках биологии и ОБЖ;
- организация и контроль уроков физкультуры;

- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья обучающихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организация работы психологической службы в училище.

### **3. Функции классного руководителя:**

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в училище;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний обучающихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических работ с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья обучающихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

### **5. Участники программы:**

- обучающиеся
- педагогическое сообщество
- родители
- социальные партнеры

### **6. Сроки и этапы реализации программы:**

I этап - 2017 – 2018 гг.

II этап - 2018 – 2019 гг.

III этап - 2019 – 2020 гг.

IV этап – 2020- 2021 гг.

V этап – 2021 – 2022 гг.

### **1 этап - определение концептуальной линии развития ОУ (1 год):**

- анализ уровня заболеваемости (включая диагностику аппаратно-программным комплексом для предварительной доврачебной оценки и раннего выявления отклонений в состоянии здоровья обучающихся), динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

### **2 этап – формирование научно-методической базы ОУ здоровьесберегающего типа(1 год):**

- совершенствование материально-технической базы ОУ;
- разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования;
- подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля обучающегося;
- программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся
- разработка «Паспорта индивидуального развития обучающегося»

### **3 этап – разработка программ деятельности здоровьесберегающего образовательного учреждения (1 год):**

- внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в ОУ;
- разработка методов диагностики уровня здоровья на базе «Кабинета здоровья» училища;
- разработка программы обучения педагогов технологиям здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на занятиях.

### **4 этап – разработка моделей индивидуализации обучения**

- работа инновационной группы педагогов ОУ по разработке и внедрению технологий здоровьесбережения на основе индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка педагогов собственных технологий индивидуализации обучения с последующим внедрением их на занятиях.

## **5 этап – практическая реализация программы развития ОУ здоровьесберегающего типа.**

- Работа педагогов всех МО училища по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- Проверка результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения;
- Публикация полного пакета материалов функционирования собственного здоровьесберегающего ОУ

### **Общее представление о здоровьесберегающей среде в ГБПОУ «Профессиональное училище с. Домашка»**

Приоритетной задачей нашего училища, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни обучающихся. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения:

- Соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм
- Учет возрастных особенностей обучающихся
- Режим учебно-познавательной деятельности
- Организация питания
- Социально-педагогические условия обучения

### **Слагаемые здоровьесберегающей среды**

(все, с чем обучающийся соприкасается в течение дня):

- Родители, их взаимоотношения с ребенком
- Учебная среда
- Организация и содержание внеучебного времени
- Педагогическая среда
- Психологическая среда
- Санитарно-гигиеническая среда

### **Условия формирования здоровьесберегающей среды**

1. **Позиционирование ОУ в качестве здоровьесберегающего учреждения**
  - Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ;
  - учет в любом решении ОУ аспектов, связанных с влиянием данного решения на здоровье обучающихся;
  - проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в училище изменений, связанных с вопросами здоровья;

- учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития училища
2. Изменение меры ответственности всех участников образовательного процесса за состояние их здоровья
- Внесение изменения в перечень должностных обязанностей учителей с учетом пунктов, касающихся их деятельности в сфере здоровья
  - Введение в ОУ нормы индивидуальных соглашений с обучающимися, в которых прописаны обязанности учеников в деле заботы о собственном здоровье и участие в мероприятиях по помощи училища в обеспечении решения данной приоритетной задачи
  - Заключение индивидуальных соглашений с родителями обучающихся для усиления уровня их ответственности и подключения к работе училища в этом направлении

### **Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в школе:**

**Блок профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья обучающихся** предполагает:

- ведение карты здоровья каждого обучающегося, что позволяет видеть статистику состояния здоровья по училищу в целом;
- регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья обучающихся;
- использование в училище рекомендованных методов профилактики заболеваний;
- обсуждение данных мониторинга здоровья обучающихся на педсоветах;
- 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 училища;
- планомерная организация питания обучающихся;

- реабилитационную работу;
- обязательное медицинское обследование;
- мероприятия по очистке воды.

**Блок просветительно-воспитательной работы** предполагает:

- организацию «Дней здоровья», внеучебной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;
- включение в учебный план образовательного учреждения образовательных программ, направленных на формирование мотивации 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).

**Блок рациональной организации учебного процесса** предполагает:

- соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;
- использование приемов индивидуализации обучения;
- строгое соблюдение гигиенических требований к использованию технических средств в учебном процессе;
- 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 обучающихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;

- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся.

#### **Блок организации физкультурно-оздоровительной работы предполагает:**

- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внеучебной деятельности к формированию здорового образа жизни учащихся;
- организация динамических перемен, физкультпауз на уроках;
- эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (включая занятия ЛФК), родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

#### **Блок здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения предполагает:**

- соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;
- наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровьесберегающую работу;
- оснащённость физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, столовой.

#### **Блок организации системы просветительской и методической работы**

##### **с педагогами и родителями предполагает:**

- проведение в образовательном учреждении постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;
- повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения;
- обеспеченность образовательным учреждением необходимой научно-методической литературой

#### **Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения**

**Раздел 1.** Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся (организация здоровьесберегающей деятельности ОУ и готовность преподавателей к реализации здоровьесберегающей деятельности).

- Позиционирование школы в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения
- Готовность преподавателей к участию в здоровьесберегающей работе
- Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования
- Организация самоаудита училища - внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности училища

## **Раздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.**

- Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку и к зданиям
- Организация питания обучающихся
- Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму образовательного учреждения
- Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению
- Выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

## **Раздел 3. Рациональная организация образовательного процесса и использование здоровьесберегающих технологий при реализации образовательного процесса в училище.**

- Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса
- Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе
- Психологические основы здоровьесберегающей организации учебного процесса

## **Раздел 4. Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения**

- Состояние физкультурно-спортивного комплекса образовательного учреждения



- Организация уроков физвоспитания в образовательном учреждении
- Физвоспитание в режиме дня училища
- Внеклассная физкультурно-спортивная работа
- Контроль за выполнением обучающимися образовательного учреждения нормативов двигательной активности
- Комплексная оценка физической подготовленности обучающихся образовательного учреждения

**Раздел 5.** Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов здорового образа жизни обучающихся.

- Организация образовательной работы в ОУ в рамках учебных дисциплин здоровьесохранного блока
- Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся
- Участие обучающихся и их родителей в здоровьесохранной работе образовательного учреждения.

**Раздел 6.** Организация профилактики употребления психоактивных веществ в среде обучающихся

- Программа профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися
- Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде обучающихся
- Организация безопасной поддерживающей образовательной среды

**Раздел 7.** Организация комплексного сопровождения системы формирования здорового образа жизни обучающихся (система медицинского обслуживания обучающихся)

- Организация медицинского обслуживания обучающихся
- Оценка комплексных показателей состояния здоровья обучающихся

**Раздел 8.** Организация системы мониторинга сформированности культуры здорового образа жизни обучающихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов).

- Организация психологического сопровождения здоровьесберегающего образовательного процесса в ОУ
- Программа диагностики психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья
- Программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся
- Оценка сформированности у обучающихся, их родителей и преподавателей училища мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации в форме отчетов образовательного учреждения.

### **Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения:**

**Цель данной работы:** привитие норм здорового образа жизни на основе отказа от вредных привычек, соблюдение режима дня, спортивного режима, использование оздоровительных сил природы

#### **1. Гигиенические средства (санитарно-гигиенические средства здоровьесберегающие технологии)**

- Требования к материально-техническому состоянию зданий училища; организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов
- Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления
- Организация рационального питания обучающихся – пища должна быть полноценной по химическому составу. Быть безвредной в химическом отношении и безопасной с точки зрения бактериального состава
- Соблюдение общего режима дня обучающихся – режима двигательной активности, режима питания и сна
- Формирование здорового образа жизни
- Личная и общественная гигиена; привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.
- Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций

#### **2. Средства двигательной направленности (здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта)**

- Уроки физкультуры с комплексами физических упражнений
- Физкультминутки на уроках и подвижные перемены
- Различные виды оздоровительной гимнастики(пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура
- Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.

### **3. Медико-диагностические средства контроля за состоянием здоровья обучающихся (физиологические здоровьесберегающие технологии)**

- Работа «Кабинета здоровья» (доврачебный скрининг с выявлением проблемных зон здоровья)

### **4. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ(психологические здоровьесберегающие технологии)**

- Обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик
- Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер обучающихся в процессе их развития

### **5. Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровьесберегающие образовательные технологии)**

- Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс
- Системный подход к организации образовательной деятельности
- Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровьесберегающей направленности для всех ступеней обучения

### **6. Профилактические и закаливающие средства (воспитательная работа по формированию ЗОЖ)**

- Организация просветительского лектория
- Культурно-массовые мероприятия
- Работа с семьей обучающегося( пропаганда здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории)
- Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии)

### **Модель личности обучающегося.**

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности «Школы здоровья». В качестве основополагающей линии развития нашего училища в этом направлении выбрана концепция здоровьесберегающего образования. Училище должно стать «антропоцентричной», т.е. центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, соответственно, все способы и формы организации жизни училища подчинены целям его всестороннего личностного развития. Модель технологий обучения в здоровьесберегающем училище существенно отличается от других существующих моделей и педагогических систем. Она предоставляет ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках не ученик подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя, а учитель, обладая

разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем ребенка. Это требует разработки новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации обучения и здоровьесбережения. Учет индивидуальных особенностей обучающихся в педагогической деятельности – это комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими путями:

- вариативностью образовательной среды на основе принципов профилизации обучения;
- дифференциацией обучения;
- индивидуализацией учебного процесса с учетом личностных особенностей обучающихся;
- разработкой индивидуальных образовательных программ для детей с особенностями развития и педагогически запущенных детей;
- индивидуальными портфолио в системе дистанционного образования

Работникам училища необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения обучающихся.

**Реализация программы направлена на формирование у обучающихся 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.

## Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Методического совета училища;
- посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОТ;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья обучающихся и морально-психологического климата в училище.
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внеучилищной образовательной деятельностью обучающихся в свете формирования здорового образа жизни.

## План деятельности по реализации программы

| №    | Мероприятия   | Ответственные исполнители       | Сроки    | Планируемый результат и выполнение                    |
|------|---|---------------------------------|----------|---|
| 1.   | <b>Медицинское направление.</b>   |                                 |          |   |
| 1.1. | Медико-педагогическая экспертиза:<br>- анализ основных характеристик состояния здоровья детей в училище;<br>- выявление учащихся специальной медицинской группы;<br>- ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям. |                                 | ежегодно | Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах |
| 1.2. | Проведение диспансеризации учащихся училища.  | ЦРБ                             | ежегодно |   |
| 1.3. | Проведение медицинского осмотра учащихся.   |                                 | ежегодно | План медосмотров                                      |
| 1.4. | Медосмотр учащихся училища, определение уровня физического здоровья.  |                                 | ежегодно | План медосмотров                                      |
| 1.5. | Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.   |                                 | ежегодно | план прививок   |
| 1.6. | Оформление медицинских карт и листов здоровья в классных журналах.  | Классные руководители, м/сестра | ежегодно | Классные журналы                                      |

|           |  |   |                               |                                    |
|-----------|--|---|-------------------------------|------------------------------------|
| 1.7.      | Анализ случаев травматизма в училище.  | заместитель<br>директора по УВР   | ежегодно                      | Материалы<br>отчетов               |
| 1.8.      | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.  | Классные<br>руководители,<br>заместитель<br>директора по<br>УВР                                     | ежегодно                      | материалы<br>отчетов               |
| 1.9.      | Контроль за качеством питания и питьевым режимом.  | Директор,<br>зам.директора<br>хозяйственной<br>части,<br>представители<br>родительского<br>комитета | ежедневно в<br>потечение года |                                    |
| 1.10.     | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:<br><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• проветривание;</li> <li>• освещение;</li> <li>• отопление</li> <li>• вентиляция</li> <br/> <li>• уборка</li> </ul> | зам.директора,<br>учителя,<br>зам директора<br>УВР  | ежедневно в<br>потечение года |                                    |
| 1.11.     | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)  | заместитель<br>директора<br>по УВР  | ежегодно                      | справка по<br>оценке<br>расписания |
| 1.12.     | Постоянный контроль за столовой училища.   | зам.директора по<br>хозяйственной<br>части, директор<br>школы, зам дир<br>по УВР                    | ежедневно в<br>течение года   |                                    |
| <b>2.</b> | <b>Просветительское направление</b>  |   |                               |                                    |
| 2.1.      | Организация просветительской работы с родителями (лекторий).   | заместитель<br>директора по УВР   | ежегодно                      | график<br>проведения<br>лектория   |
| 2.2.      | Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.   | заместитель<br>директора по УВР   | ежегодно                      | тематика<br>лектория               |
| 2.3.      | Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья   | администрация<br>училища  | ежегодно                      | план работы                        |

|      |   |                              |                |                              |
|------|---|------------------------------|----------------|------------------------------|
|      | детей.  |                              |                |                              |
| 2.4. | Вовлечение родителей и учителей в администрация работу по сохранению и укреплению училища здоровья детей.   |                              | ежегодно       | план работы                  |
| 2.5. | Подготовка и проведение заместители педагогического совета по теме директора «Формирование здорового образа жизни»  |                              | ежегодно       | протокол педсовета           |
| 2.6. | Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ).  | заместитель директора по УВР | ежегодно       | план работы                  |
| 2.7. | Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.   | заместитель директора        | ежегодно       | план работы                  |
| 2.8. | Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры.   | учителя-предметники          | в течение года | планы уроков                 |
| 3.   | <b>Психолого-педагогическое направление.</b>  |                              |                |                              |
| 3.1. | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся экспериментальным программам:<br>- определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей;<br>- изучение умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах;<br>- изучение психологических возможностей и готовности детей к училищу;<br>- выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения; | ЦРБ классные руководители    | ежегодно       | диагностические исследования |

|      |  |                                     |          |                              |
|------|--|-------------------------------------|----------|------------------------------|
|      | - разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения.                  |                                     |          |                              |
| 3.2. | Конференция по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения»  | заместитель директора по УВР        |          | материалы конференции        |
| 3.5. | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов организации учебной деятельности.   | учителя-предметники                 | ежегодно | планы уроков                 |
| 4.   | <b>Спортивно-оздоровительное направление.</b>  |                                     |          |                              |
| 4.1. | Организацию спортивных мероприятий.  | преподаватель физической культуры   | ежегодно | план работы                  |
| 4.2. | Разработка системы кружковой и внеклассной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.                                     | заместитель директора по УВР        | ежегодно | план работы кружков и секций |
| 4.3. | Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров училища к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы. | заместитель директора по УВР        | ежегодно | план работы                  |
| 5.   | <b>Диагностическое направление</b>   |                                     |          |                              |
| 5.1. | Мониторинг состояния здоровья детей.   | руководитель МС                     | ежегодно | результаты мониторинга       |
| 5.2. | Подготовка и проведение семинара для преподавателей училища по теме «Проблемы диагностики развития».                                   | руководитель МС, социальный педагог | ежегодно | материалы семинара           |



## Календарный план реализации программы здоровьесбережения

### Сентябрь

- Организация дежурства по училищу и группам.
- Налаживание работы кружков и секций, организация клубной деятельности.
- Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы училища по здоровьесбережению.
- Организация питания учащихся.
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- «Уроки чистоты».
- Проведение внутриучилищных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях и спартакиаде.
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Старты здоровья.
- Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.
- Организация работы спецгруппы.

### Октябрь

- Организация работы учащихся по трудоустройству и поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, училищу, по сохранению имущества.
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка кабинетов к зиме.
- Проведение внутриучилищных спортивных мероприятий и соревнований, участие в районной и областной спартакиадах.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Физкультминутки (ежедневно).
- Подвижные игры на переменах (ежедневно).

### Ноябрь

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику « День матери».
- Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме « Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
- Экскурсии.

- Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на местности.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
- Отчёты о проделанной работе по здоровью сбережению.

## **Декабрь**

- Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
- Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.
- Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

## **Январь**

- Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».
- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

## **Февраль**

- Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
- День защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы.

## **Март**

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

## **Апрель**

- Всемирный день здоровья.
- Операция «Милосердие», операция «Память».
- Благоустройство территории.
- День здоровья.
- Динамические паузы, физкультминутки.

## **Май**

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.

- «Весёлые старты».
- Проведение экскурсий на природу.
- Презентация уроков чистоты.

## **Июнь**

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летних каникул.

Осуществление запланированных действий по реализации данной программы позволит получить следующие **результаты**:

1. Будет сформирована система физкультурно- оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка.
2. Будет осуществляться систематический контроль за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики.
3. Снизится заболеваемость всех участников образовательного процесса.
4. Будет создан компьютерный банк данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования, который будет использоваться для совершенствования модели медико- психолого- педагогического сопровождения учащихся.
5. Повысится уровень знаний по вопросам здоровья и его сохранения.