

муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
"Рыбковская средняя общеобразовательная школа"
Сафоновского района Смоленской области

215525, Смоленская область, Сафоновский район, д. Рыбки, ул. Школьная, д.6
Тел. (48142) 6 01 13, e-mail: gurenkova1965@mail.ru



Утверждаю
Директор школы _____ В.А. Гуренкова
Пр. №49 от 31.08.2018

ПРОГРАММА

«ЗДОРОВЬЕ»

на 2018 – 2023 годы

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В современных условиях резко обозначились проблемы сохранения здоровья населения России. Особую тревогу вызывает состояние здоровья школьников, именно в этом возрасте формируется репродуктивный, интеллектуальный, трудовой и военный потенциал страны. Влияние школы на формирование здоровья учащихся длительное и непрерывное, т. к. в образовательном учреждении дети и подростки проводят не менее 1/3 суток, выполняя интенсивную умственную работу в определенных эколого – гигиенических условиях.

По результатам научных исследований последних лет, человечество просто обречено на вымирание в силу его физического увядания, утраты телесных, энергетических и психических потенциалов, ухудшения экологии Земли.

- Влияет на это и:
 - недостаточность этического и эстетического воспитания, влекущая за собой бескультурье, приобщение молодежи к алкоголю, курению, полное безразличие к жизни;
- многочасовое сидение у телевизоров, работа с компьютером приводят к росту заболеваний глаз, нарушениям опорно-двигательного аппарата – гиподинамии.

К сожалению, вышеизложенные факты, несомненно, отражаются и на уровне здоровья учащихся нашей школы. Анализ школьной жизни, проведенный педагогическим коллективом, показал, что нагрузка памяти ученика обширной информацией отодвинула на задний план формирование у него нравственно здорового образа жизни. Образовательный процесс до сих пор направлен на развитие интеллектуальных способностей ребят, в ущерб формированию умений и навыков, необходимых для принятия решений по поводу личного здоровья, сохранения и улучшения безопасной, здоровой физической среды обитания:

- 1) большинство детей неадекватно оценивают свое здоровье, слабо разбираются в вопросах здорового образа жизни и, как следствие этого, недостаточно заботятся о собственном здоровье;
- 2) отягощенность хроническими заболеваниями (26,5 % - 2017 – 2018 уч. год) сказывается на уровне работоспособности учащихся в течение учебного дня и года в целом (головные боли, тошнота, боли в области сердца, вялость, рассеянность, высокая утомляемость);
- 3) анализ итогов диспансеризации показал, что 33,5 % учащихся (2017 – 2018 уч. год) имеют серьезные отклонения в здоровье.

Осознание этого и убедило нас в необходимости изменения вектора воспитательного поля в сторону здоровья и физического совершенствования наших учеников. Стало очевидным и то, что на фоне благополучного здоровья более эффективно будет достигаться одна из главных задач - развитие природных способностей ребенка, его творческого потенциала. Результатом совместных усилий в этом направлении и стала разработка программы "Здоровье", актуальность которой заключается прежде всего в том, что она ориентирована на решение таких значимых проблем, устранение которых в сумме может дать максимально возможный полезный эффект оздоровления учащихся и учителей, сохранения их психического здоровья и обеспечения социальной адаптированности каждого из субъектов образовательного процесса.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

- сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов;
- формирование у школьников навыков организации здорового образа жизни посредством развития здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в школе;
- воспитание у школьников потребности быть здоровыми.

В результате практической реализации всех составляющих Программы Модель выпускника Рыбковской школы наполнится здоровьесберегающим содержанием:

- 1) он станет, способен управлять своим здоровьем;
- 2) сможет формировать его и адекватно воспринимать физиологические процессы, происходящие внутри собственного организма, регулировать их сообразно имеющимся природным возможностям;
- 3) естественным образом впитает отрицательное отношение к ассоциальным поступкам по отношению к своему здоровью и здоровью Планеты людей.

Основным *критериями эффективности* действия Программы должны стать:

- состояние физиологического благополучия ученика и учителя - "**Я МОГУ**";

- состояние психологического здоровья всех субъектов образовательного процесса - **"Я ХОЧУ"**;
- состояние социально-нравственного здоровья человека - **"Я ДОЛЖЕН"**.

ЭТАПЫ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРОГРАММЫ

1 этап - ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ

1. Соединение воедино всех разнообразных направлений деятельности школы в области создания здоровьесберегающей педагогической системы.
 - 1.1. Изучение ОБЖ, ПДД, профилактику детского травматизма и пожарной безопасности.
 - 1.2. Уроки, дни и месячники здоровья, изучение особенностей человеческого организма на уроках биологии.
 - 1.3. Акции ученического самоуправления: "Нет наркомании", "Мир без табака", "Чистый двор".
 - 1.4. Работу экологического кружка «Юный эколог», летнего оздоровительного лагеря " Солнышко".
 - 1.5. Тематики педагогического всеобуча.
2. Реструктуризация системы управления образовательным процессом для создания активной среды, в которой обучение и воспитание будет происходить не за счет ресурсов здоровья, а вследствие специально организованной системы развития внутреннего потенциала учащихся и педагогов.
3. Активизация работы и расширение сферы влияния центров внеклассной деятельности: спортивных секций, секций лечебной физкультуры, экологического кружка "Юный эколог", летнего оздоровительного лагеря "Солнышко".
5. Кадровое, научно-методическое, техническое, финансовое и мотивационное обеспечение процесса развития.
6. Начало конкретных изменений образовательного процесса, охватывающих урочную и внеурочную работу в соответствии с приоритетными направлениями действия программы:

- **учебно-воспитательная работа** - научно обоснованная, строго регламентированная, оптимально организованная, способствующая формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся и учителей, обеспечивающая их правильное физическое и психологическое развитие, формирующая здоровый образ жизни и повышающая качество образования в целом;
- **диагностическая работа** - комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья учащихся и учителей, изучение подвижности адаптационных перестроек и работоспособности под действием природных и социальных факторов среды обитания;
- **профилактическая работа** - предупреждение и своевременное выявление отклонений в развитии и состоянии здоровья, профилактика обострений и прогрессирования болезненного процесса;
- **научно-методическая работа** - скорейшее внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику образовательного процесса;
- **информационно-просветительская работа** - пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем здоровьесберегающим технологиям, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая и коллективная;
- **координационная работа** - формирование систем непрерывного природосообразного образования. Связь с различными службами: детская поликлиника, РОСПОТРЕБНАДЗОР, спорткомитет, комитет по социальной защите, фонд социального страхования, служба занятости населения.

II этап – СИСТЕМООБРАЗУЮЩИЙ

1. Разработка инструментария, необходимого для создания здоровьесберегающей среды:

- системы мониторинга здоровья детей (диагностики соматического, физического, психического состояния и функциональных возможностей организма);
- системы мониторинга психологического комфорта учащихся на важнейших ступенях развития (адаптация первоклассников,

"школьная тревожность" пятиклассников, социометрия восьмиклассников, адекватного проявления склонностей и способностей в старшем звене);

- системы отслеживания "Уровня воспитанности учащегося" по трем ступеням (начальная школа, 5-8 класс, 9-11 класс);
- система физкультурно – оздоровительной работы.

2. Определение системы медицинских и педагогических мероприятий, направленных на снижение количества отрицательных факторов, влияющих на состояние здоровья и комфорта ученика и учителя в образовательной среде школы:

- снижение уровня учебной нагрузки (спаренные уроки) на организм учащихся;
- реорганизация системы лечебно-оздоровительной и профилактической работы в школе с учетом особенностей экологической ситуации в регионе;
- расширение воспитательного поля внеурочной деятельности учащихся в сторону практического использования умений и навыков здорового образа жизни (туристические слеты, экологические и здоровьесберегающие акции, практические занятия по ГО и ОБЖ с привлечением специалистов и т.д.);
- создание необходимых условий для развития комфортного микроклимата в школе и семье (индивидуальная работа с детьми, требующими особого педагогического внимания; отработка системы внеклассных мероприятий, направленных на развитие творческих способностей и склонностей учащихся на всех ступенях их развития и т.д.);
- консультации родителей по организации оптимального домашнего режима;
- обеспечение качественным и рациональным питанием;
- работа по профилактике и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата и зрения;
- поддержание санитарно – гигиенических условий в школе на высоком уровне.

3. Активное внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих педагогических технологий, валеотехнологий и валеомодулей, построенных на принципах "ежедневной победы над собой" и помогающих ребенку сформировать личностно значимый интеллектуально-эмоциональный фильтр, необходимый для продуктивной организации здорового образа жизни:

- изучение опыта работы школ, входящих в Российское отделение Европейской сети школ формирования здоровья;
- использование наиболее эффективных методик обучения здоровому образу жизни: "мозговая атака" (обсуждение в группах) с усвоением информации на 50%, ролевая игра.

III этап – ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ

Для решения поставленных Программой задач на каждом этапе ее реализации необходимо обеспечение триединства благоприятных педагогических условий:

- **теоретических** - обобщение и совершенствование уже имеющегося в школе опыта работы; изучение опыта других образовательных учреждений, нормативной литературы; проведение семинаров - погружений с учителями и родителями;
- **методических** - корректировка ныне действующих учебных программ с учетом использования здоровьесберегающих технологий и природосообразностью ребенка; разработка специальных программ с валеологической направленностью; планирование учебно-воспитательной работы в соответствии с основными направлениями деятельности Программы; разработка основных классификаций параметров здоровья в соответствии с валеологическими критериями;
- **организационных** - создание комнаты психофизиологической разгрузки; финансирование специалистов для проведения ежегодной диспансеризации учащихся и учителей; обеспечение образовательного процесса необходимыми учебниками, методическими пособиями, наглядными раздаточными и дидактическими материалами.

МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Основной педагогический метод - "метод подкреплений", когда учащиеся имеют возможность в реальной жизни убедиться в

необходимости адекватного отношения к своему здоровью, жизни и комфорту, что нужно не только много знать, но и уметь использовать эти знания в быту, что нет предела человеческим возможностям для самосовершенствования.

Жизнь в школе организуется таким образом, что каждый ученик в реальной, естественной ситуации становится сознательным субъектом нравственной практики и может реализовать себя под девизом: **"Пренебрежение к своему здоровью - безнравственно!"**.

Решению проблемы формирования у учащихся негативного отношения к ассоциальным явлениям будет способствовать установка на то, что сами дети способны психологически заражать друг друга и хорошим, и плохим. Поэтому в практическую реализацию Программы заложено не одностороннее воздействие педагога на воспитанника, а взаимодействие ребят, совершенствующееся в процессе общения.

Решение этих проблем вытекает из необходимости создания такой образовательной среды, в которой будет обеспечиваться равновесие между адаптивными возможностями организма учащегося и учителя и постоянно меняющейся средой. Это реструктуризация педагогической системы с целью:

- создания методики обеспечения психолого-медико-социального сопровождения учащихся на каждом возрастном этапе;
- постоянной диагностики состояния здоровья и мероприятий по формированию здорового образа жизни школьника и педагога;
- эффективной коррекционной и реабилитационной работы по индивидуальным медицинским показателям;
- методики включения всех субъектов образовательного процесса в здоровье сберегающую деятельность;
- способы формирования личностных концепций здоровья;
- выработка умений, относящихся к саморегуляции эмоциональных состояний и самоконтролю в стрессовых ситуациях.

Необходимо, чтобы девиз медиков "primo non nocere!" ("прежде всего не навреди!"), стал девизом педагогов, учащихся и их родителей.

Многогранность задач и широкий спектр очерченных проблем, возникающих при рассмотрении каждого аспекта Программы "Здоровье",

убеждают в необходимости объединения усилий всех заинтересованных сторон в создании целостной системы ее действия.

Задачи (предполагаемые результаты)

на решение, которых будут направлены наши усилия, можно сформулировать следующим образом:

- воспитывать адекватное отношение к здоровому образу жизни, умению сохранять и укреплять свое здоровье;
- учить детей освобождаться от своих непрерывных страхов и приобретать чувство собственной значимости;
- помогать двигаться в жизни в направлении созидания, сознательного творческого строительства самого себя;
- воспитывать негативное отношение к "болезням поведения" - рискованному образу жизни и нерациональному использованию запаса сил, данных природой;
- формировать положительное отношение к своему телу и внутреннему миру, как к самому ценному подарку в жизни;
- учить слушать и слышать свой организм, своевременно учитывать его запросы и требования, поскольку они всегда объективны;
- всесторонне развивать этическое отношение к здоровью: "Любой поступок, вредящий здоровью - безнравственен".

Сущность развиваемого нами подхода оптимистична и заключается в утверждении:

"В любых, самых неблагоприятных условиях среды, индивидуальные усилия человека по сохранению и укреплению здоровья – решающий фактор успеха".