

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №1 города Нефтегорска муниципального района Нефтегорский Самарской области

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ» (2019 – 2022 гг.)

Рассмотрена и принята на заседании
Педагогического совета школы
(протокол № 01 от 29 августа 2019 г.)

Утверждена приказом по ГБОУ СОШ №1
г. Нефтегорска от «30» августа 2019 г. №344-ОД

Директор школы: _____ О.А.Ананьева



Паспорт программы

Наименование программы	«Здоровье»
Основные разработчики	Директор школы Ананьева О.А., зам. директора по УВР Коршунова А.В. , педагог-психолог Колесникова Н.Ю., учитель физической культуры Кондратьева И.Н., библиотекарь Истомина Е.А., кл. руководитель Доровских Л.В., учитель технологии Березкина И.А.
Цель	Сохранение и укрепление физического, психического и социального здоровья учащихся, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
Задачи	<ul style="list-style-type: none">• Сотрудничество с ММБУ Нефтегорская ЦРБ для изучения и последующей коррекции с их помощью физического здоровья учеников школы, предотвращение роста заболеваемости учащихся школы.• Использование в работе диагностических методов исследования для возможной организации на уроке коррекции здоровья учащихся.• Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физкультуры и спорта.• Создание программы по профилактике вредных привычек.• Обеспечение школьников горячим разнообразным, качественным питанием. Формирование навыков правильного здорового питания.• Обеспечение полноценного психологического и социально - педагогического сопровождения учащихся.• Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.• Организация работы по укреплению здоровья педагогов.
Сроки реализации	2019 – 2022 гг.
Орган, ответственный за реализацию программы	Администрация школы

**Источники
финансирования**
**Ожидаемые конечные
результаты
реализации
программы**

- Привлечение родительских средств, спонсорская помощь
- Создать систему комплексного мониторинга состояния здоровья детей, анализ состояния здоровья и выработка мер коррекции.
 - Снизить заболеваемость школьников острыми респираторными заболеваниями на 40%.
 - Повысить уровень физической подготовки школьников на 15%
 - Улучшить успеваемость на 10-15%.
 - Увеличить количество школьников с положительной самооценкой.
 - Стимулировать повышение внимания учащихся и их родителей к вопросам здоровья, питания, ЗОЖ, рациональной двигательной активности
 - Социальная адаптация (средствами образования) детей с проблемами в развитии и ограниченными возможностями здоровья, детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.
 - Сформировать осознанное отношение детей и их родителей, членов педагогического коллектива к состоянию здоровья через пропаганду здорового образа жизни.
 - Повысить уровень знаний по вопросам укрепления здоровья и его сохранения.

Содержание

Введение	_____
Анализ социально-экономической, социально-педагогической и медико-педагогической ситуации	_____
Концепция укрепления здоровья детей, использования системы мер по сохранению и укреплению здоровья школьников в образовательном процессе	_____
Система воспитания здорового человека в ГБОУ СОШ г. Нефтегорска	_____
Паспорт программы	_____
Пояснительная записка	_____
Цели и задачи программы «Здоровье»	_____
Этапы выполнения программы «Здоровье»	_____
Механизмы реализации программы	_____
Критерии оценки эффективности ожидаемых результатов	_____
План мероприятий по программе «Здоровье»	_____
Подпрограмма «Профилактика наркомании среди подростков»	_____
Подпрограмма «Организация переменок и динамических пауз»	_____
Подпрограмма «Культура питания»	_____
Подпрограмма «Организация переменок и динамических пауз»	_____
Подпрограмма «Игровая радуга»	_____
Подпрограмма «Познай себя сам»	_____

*Забота о здоровье детей – это важнейший труд воспитателя.
От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь,
мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.
В.А.Сухомлинский*

1. Введение

В соответствии с Законом “Об образовании” здоровье детей и подростков относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Важность такой ориентации очень высока, поскольку по статистическим данным лишь 15-20% всего населения здоровы, 50% имеют функциональные нарушения и отклонения в состоянии здоровья, 30-35% - хроническую патологию. Состояние здоровья детского населения вызывает очень серьёзные опасения специалистов. Так, по данным НИИ, у 50% детей школьного возраста отмечаются отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата; 30% детей имеют нарушения в сердечно-сосудистой и дыхательной системах; около 70% детей страдают от гиподинамии. По данным Института возрастной физиологии РАО, около половины школьников страдают теми или иными невротическими синдромами.

Исследования Центра здоровья детей и подростков РАМН свидетельствуют о том, что около 90% детей имеют отклонения в физическом и психическом здоровье. 30-35% детей, поступающих в школу, уже имеют хронические заболевания.

Основными критериями здоровья растущего организма ребёнка служат:

- а) уровень физического развития и его гармоничность;
- б) уровень развития функциональных систем;
- в) способность организма к сопротивлению неблагоприятным воздействиям окружающей среды, в том числе к заболеваниям;
- г) хорошая адаптация к меняющимся внешним условиям.

Детство - самый важный этап в жизни человека, фундамент всей его судьбы, его здоровья. Согласно исследованию специалистов 75% болезней взрослых заложено в детстве.

Залогом успешного развития нашего общества является здоровье подрастающего поколения.

2. Цели и задачи программы «Здоровье»

Цель программы:

сохранение и укрепление физического, психического и социального здоровья учащихся, создание благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи программы:

- Сотрудничество с ММБУ Нефтегорская ЦРБ для изучения и последующей коррекции с их помощью физического здоровья учеников школы, предотвращение роста заболеваемости учащихся школы.
- Использование в работе диагностических методов исследования для возможной организации на уроке коррекции здоровья учащихся.
- Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физкультуры и спорта.
- Создание программы по профилактике вредных привычек;
- Обеспечение школьников горячим, разнообразным, качественным питанием, формирование навыков правильного здорового питания.
- Обеспечение полноценного психологического и социально-педагогического сопровождения учащихся.
- Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.
- Организация работы по укреплению здоровья педагогов.

Условия, обеспечивающие жизнедеятельность учащихся и педагогов ГБОУ СОШ №1г. Нефтегорска

Характеристика здания школы	Современное, панельное
Сменность занятий в школе	одна смена
Количество детей	607
Количество классов	26

Элементы инфраструктуры	Наличие
Водопровод	+
Канализация	+
Туалеты в здании	+
Отопление центральное	+
Столовая оборудована	+
Плита электрическая	+
Холодильник	+
Готовка пищи в школе	+

Оздоровительная инфраструктура в школе

Элементы инфраструктуры	Наличие
Медицинский кабинет	+
Спортивные залы	+
Тренажерный зал	+
Рекреации	+
Школьный стадион	+

Здоровьесберегающая деятельность школы

Формы деятельности	Наличие
Проведение ежегодной диспансеризации обучающихся	+
Учет санитарно-гигиенических требований при составлении расписания учебной и внеурочной работы	+
Нормализация учебной нагрузки учащихся	+
Организация горячего питания	+
Введение в учебный план дополнительного третьего часа физической культуры	+
Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе	+

Спортивно – оздоровительная деятельность школы

Формы деятельности	Кол-во Детей
Наличие спортивных секций	3
Среднее число детей, занимающихся в школьных спортивных секциях.	127
Среднее число детей, занимающихся в секциях и кружках городских центрах дополнительного образования	265
Среднее число детей, занимающихся в специальных медицинских группах А и В	69

Перечень спортивных сооружений, которые располагаются на территории школы:

- стадион;
- волейбольная площадка;
- баскетбольная площадка;
- теннисные столы;
- беговая круговая дорожка;
- полоса препятствий;
- футбольное поле

Обеспеченность школы кадрами педагогов

Персонал	
Учитель физкультуры	2
Учитель трудового обучения/ технологии	2
Учитель русского языка и литературы	3
Учитель начальных классов	8

Учитель математики	3
Учитель истории	1
Учитель географии	1
Учитель биологии	1
Учитель химии	1
Учитель физики	1
Учитель информатики	1
Учитель иностранного языка	4
Учитель музыки	1
Педагог - психолог	1

Материально - техническая база образовательного учреждения

Количество и оснащенность учебных кабинетов	33, достаточно оборудованы
Наличие и оборудование спортзала	Имеется, недостаточно
Наличие кабинета психологической разгрузки	Имеется
Наличие столовой	Имеется
Организация горячего питания	Охвачено 95,6 %
Наличие лыжной базы	Имеется

3. Этапы выполнения программы «Здоровье»

Этапы	Наименование мероприятий	Сроки реализации	Исполнитель
1 .Анализ и создание условий, необходимых для сохранения и укрепления здоровья школьников			
1.1	Осуществление контроля за соблюдением СанПиН.	2019-2022	Администрация
1.2	Проведение промежуточного оценивания хода реализации инновационных педагогических технологий	2019-2022	Методические объединения
1.3	Развитие материально - технической базы школы: • Приобретение спортивного инвентаря. • Эстетическое оформление зала столовой.	2019-2022	Администрация
1.4	Повысить уровень знаний педагогического коллектива через семинары, лекции.	2019-2022	Администрация
1.5	Разработка методических рекомендаций по применению здоровьесберегающих технологий на уроках, во внеурочной деятельности, учебных, диагностических, оздоровительных программ.	2019-2022	Метод совет в составе: Рук.МО Ртищевой Г.В., зам дир по УВР Коршуновой А.В., учителя нач. кл. Щербатовой Е.Г. педагога-психолога Колесниковой Н.Ю., учителя музыки Савинкиной О.И., учителя физ. культуры Кондратьевой И.Н., учителя биологии Табунковой Е.В.
2. Организация и проведение диагностических операций.			
2.1	Организация и осуществление комплексного мониторинга состояния здоровья учащихся.	2019-2022	Зам. директора по ВР Коршунова А.В. фельдшер Трофимова М.А.
2.2	Создание базы данных о состоянии здоровья учащихся.	2019	Зам. директора по ВР Коршунова А.В., фельдшер Трофимова М.А., учитель физической культуры Кондратьева И.Н.
3. Организация профилактических, оздоровительных и коррекционных мероприятий для учащихся.			
3.1	Обеспечение качественного и рационального питания школьников	2019-2022	Директор школы Ананьева О.А., работники столовой
3.2	Работа по коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата	2019-2022	Учителя физкультуры

3.3	Психопрофилактическая работа по повышению степени устойчивости при стрессовых ситуациях	2019-2022	Педагог – психолог Колесникова Н.Ю.
3.4	Работа по профилактике и коррекции нарушения зрения у школьников	2019-2022	Учителя, фельдшер Трофимова М.А.
3.5	Работа по закаливанию младших школьников	2019-2022	Учителя начальных классов, фельдшер Трофимова М.А.
3.6	Организация спецмедгруппы для детей, имеющих нарушения в состоянии здоровья	2019 - 2020	Учителя физ. культуры Кондратьева И.Н., Золотарев Д.В., Пузиков А.Ю.

4. Формирование системы знаний о здоровьесбережении.

4.1	<p>Различные формы урочной и внеурочной деятельности:</p> <p><u>Туризм, краеведение:</u> участие в туристических слетах, походы выходного дня, прогулки в лес, походы в каникулярное время.</p> <p><u>Спортивно - оздоровительная деятельность:</u> внедрение утренней зарядки, подвижные перемены, проведение физкультминуток, деятельность кружков, секций, проведение открытых уроков по физической культуре, конференций, семинаров.</p> <p><u>Профилактика заболеваний:</u> беседы, лекции, встречи с врачами, классные часы, беседы на тему профилактики наркомании, алкоголизма, курения.</p> <p><u>Воспитание культуры питания:</u> Проведение классных часов, бесед, часы общения, утренники, КВНы</p>	2019-2022	Учитель физ. культуры Кондратьева И.Н., классные руководители, учителя начальных классов, педагог-организатор
4.2	<p>Соревнования и спортивные праздники для школьников с привлечением педагогов и родителей:</p> <p>Спортивные турниры по различным видам спорта, веселые старты, товарищеские встречи, подготовка сборных команд школы для участия в районных, областных соревнованиях, общешкольные дни здоровья.</p>	Ежегодно	Учитель физкультуры Кондратьева И.Н., классные руководители, учителя начальных классов, зам. директора по УВР Коршунова А.В., педагог-организатор

5. Работа с родителями учащихся.

5.1	Общешкольные, классные родительские собрания, родительские лектории по вопросам ЗОЖ, анкетирование родителей по вопросам питания, спортивные мероприятия, конференции, семинары по ЗОЖ и профилактике вредных привычек	Постоянно	Администрация, родительский комитет, классные руководители.
-----	--	-----------	---

6. Внешние связи школы в рамках реализации программы «Здоровье».

6.1	Проведение совместных мероприятий с ММБУ Нефтегорская ЦРБ по профилактике заболеваний	Постоянно	Администрация
6.2	Установление связей с центром «Семья» для проведения консультаций, организации Дней профилактики	Постоянно	Администрация
6.3	Организация книжных выставок, проведение конкурсов, КВН совместно с библиотекой, МКДЦ «Нефтяник»	Постоянно	Администрация

4. Механизмы реализации программы.

1. Создание методического Совета по оздоровительным и коррекционно-реабилитационным мероприятиям, куда должны войти фельдшер, педагоги, психолог, представитель от родителей.
2. Выделение и оборудование помещений для профилактических мероприятий, комната психологической разгрузки, зал для проведения занятий по аэробике.
3. Оптимизация расписания уроков и внеурочной деятельности школьников.
4. Включение в структуру уроков различных видов оздоровительных пауз.
5. Организация утренней зарядки.
6. Проведение совместно с медицинскими работниками ежегодного мониторинга здоровья учащихся.

5. Организация рационального питания

Столовая школы отвечает всем необходимым требованиям — гигиеничность, многофункциональность. Теперь питание школьников улучшилось, так как продукты готовятся с помощью новых технологий, благодаря которым, в них сохраняются необходимые растущему организму витамины и полезные вещества, а вкус еды не ухудшается. Общая площадь столовой составляет 266,5 квадратных метра, посадочных мест 250. Имеются мясо-рыбный цех, овощной цех, горячий цех, обеденный зал, моечная, складское помещение. Все помещения достаточно оборудованы.

Приготовление пищи соответствует современным требованиям, есть пароконвектомат, электрическая плита с жарочным шкафом, электромясорубка, электроводонагреватель, шкаф пекарский, тестомесильная машина, овощерезка, посудомоечная машина, вытяжные зонты и др. Столовая полностью укомплектована необходимой посудой. Ее чистоте уделяется повышенное внимание. Мытье и дезинфекция производятся с соблюдением всех норм санитарно-гигиенического режима.

Перед входом в помещение столовой для мытья рук учащимися организовано специальное место.

С целью постоянного контроля за работой столовой, выявления мнения о питании детей в школе 2 раза в год проводится анкетирование родителей, обучающихся, учителей школы.

Качество получаемой сырой и готовой продукции проверяет бракеражная комиссия. Среди членов комиссии кроме администрации школы, учителей, есть члены управляющего совета школы. Без бракеража реализация пищи детям не допускается.

Обеспечение пищевыми продуктами и продовольственным сырьем осуществляется согласно договора, заключенного с ООО «Красноглинский комбинат детского питания », директор П.В.Воробьев.

Средняя стоимость комплексного обеда 40 рублей. Минимальные наценки на продукты питания.

Большое внимание при организации питания уделяется витаминизации: круглый год овощные салаты, соки, фрукты составляют 25% рациона питания учащихся.

Всего обучающихся – 607 человека. Количество учащихся получающих горячее питание - 480, что составляет 95,6% .

6. Медицинское обслуживание в школе

В школе есть медицинский кабинет, оснащенный стандартным комплектом оборудования и обеспечивающий организацию медицинского контроля за развитием и состоянием здоровья школьников и их оздоровлением в условиях школы и соответствующего санитарным правилам (СанПиН 2.4.2. 2821- 10).

В медицинском блоке есть дополнительное оборудование, позволяющее проводить стоматологическое лечение. В ГБОУ СОШ №1г. Нефтегорска проводятся мероприятия по профилактике острых респираторных заболеваний:

- а) санитарно-просветительская работа;
- б) строгий контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований;
- в) сезонная неспецифическая профилактика респираторно-вирусных инфекций.

Профилактические осмотры школьников проводятся в соответствии с приказом №60 от 14.03.95 года, №151 от 07.05.98 года «О временных отраслевых стандартах объема медицинской помощи» и № 154 от 05.09.99 года « О совершенствовании медицинской помощи детям подросткового возраста». Основой профилактической и оздоровительной работы в школе является контроль за состоянием здоровья учащихся. Основная цель наблюдения за состоянием здоровья школьников заключается, с одной стороны, в оценке влияния школьных программ, организации режима и условий обучения и воспитания в

школе на здоровье детей, с другой – в определении эффективности проводимых мероприятий, направленных в первую очередь на укрепление здоровья детей.

Углубленный медицинский осмотр проводится ежегодно врачами ММБУ Нефтегорская ЦРБ, согласно графика.

Все профилактические осмотры проводятся в три этапа:

I этап – доврачебное обследование: измерение роста, массы тела и оценка физического развития; измерение артериального давления; оценка состояния опорно-двигательного аппарата, осанки; оценка состояния стопы; определение остроты зрения; определение бинокулярного зрения; исследование слуха с помощью шепотной речи на расстоянии 6м; лабораторные анализы (кровь, моча согласно графику).

II этап – специализированный ;

III этап – педиатрический

Профилактические осмотры детей:

1. Диспансеризация детей перед поступлением в школу проводится в поликлинике (1класс).

2. По окончании первого класса, первого года обучения (2 класс).

3. При переходе к предметному обучению (5 класс).

4. Прошли Всероссийскую диспансеризацию 47 учащихся 1998 г.р.

Статистические данные по итогам диспансеризации школьников
2018 - 2019 учебного года

Заболевание	Количество учащихся, страдающих данным заболеванием	% от общего количества учащихся ОУ
1. Нарушение осанки	12	2,3
2. Миопия сл. степени	4	0,7
3. Ожирение	5	0,9
4. Сколиоз	2	0,3
5. ВПС	1	0,1
6. Заболевание почек	2	0,3
7. Плоскостопие	4	0,7
8. ДПЖ	8	1,5
9. Анемия	2	0,3
10. Варикоцелла	1	0,1
11. Кариес	3	0,5
12. Задержка роста	1	0,1

Причины, вследствие которых наблюдается заболеваемость детей

- Интенсификация учебного процесса.
- Несоответствие школьной мебели антропометрическим данным обучающихся.
- Отсутствие необходимого психолого-педагогического сопровождения в школе.

- Недостаточная осведомленность родителей в вопросах сбережения здоровья детей, включая вопросы полноценного питания.
- Недостаточная подготовка основной массы учителей по вопросам охраны здоровья учащихся.
- Низкая двигательная активность школьников.

После окончания осмотра обобщаются результаты этапов обследования, и дается заключение о состоянии здоровья каждого учащегося, включая оценку физического развития, оценку состояния здоровья с определением группы здоровья, медицинской группы по занятиям физкультурой в школе, назначаются методы оздоровления учащихся с учетом рекомендацией специалистов.

Данные осмотров регистрируются в индивидуальные карты развития школьника (в форме 026у) и в журнале здоровья и листах здоровья в классных журналах. Медицинская документация школьников форма 026/У заведена на всех. Результаты углубленного осмотра заносятся в журналы – в листок здоровья, а также в «паспорт здоровья учащихся» для ознакомления классных руководителей с рекомендациями для педагогов.

Если при углубленном осмотре выявлены у учащихся отклонения, требующие консультации специалиста, то они направляются в детскую поликлинику к участковому врачу и данному специалисту. У нас имеется тесная взаимосвязь с ММБУ Нефтегорская ЦРБ.

Школьники, имеющие хронические заболевания подлежат диспансерному наблюдению по форме №30, которое осуществляется участковыми педиатрами и специалистами поликлиники.

Ежегодно в школе анализируем работу с диспансерными группами.

Школьный врач разрабатывает мероприятия, направленные на улучшение состояния здоровья детей. О результатах осмотра школьников и намеченных лечебно-оздоровительных мероприятиях сообщает классным руководителям и родителям во время индивидуальных бесед или на классных родительских собраниях.

Ежеквартально и ежегодно проводится анализ состояния здоровья учащихся.

Профилактическая работа

Вопросы реформирования системы оздоровительной работы в школе и поиск, наиболее эффективных путей формирования здорового образа учащихся в последние годы становятся всё более актуальными.

1. В школе проводятся мероприятия по профилактике острых заболеваний в осеннее - зимний период:

а) сезонная неспецифическая профилактика для всех учащихся – поливитамины, аскорбиновая кислота, отвар шиповника (как третье блюдо)

б) специфическая профилактика учащихся:

-вакцинация детей против гриппа;

г) санитарно-просветительская работа;

д) строгий контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований проводится в школе на основании норм СанПиН 2.4.2.2821-10.

2. В школе организована работа по санации и профилактике заболеваний полости рта у детей.

3.В школе проводятся систематические мероприятия:

- ежедневная зарядка перед началом учебного процесса;

-физкультурные паузы;

- уроки здоровья в начальном и среднем звене;

- динамические паузы в 1-х классах на свежем воздухе;

- уроки физической культуры проводятся с направленной тематикой.

4. Вакцинация учащихся проводится согласно годовых и месячных планов.

Мероприятия по профилактике острых респираторно-вирусных заболеваний:

а) санитарно-просветительская работа:

- проведены беседы в классах;

- выпущено 9 сан бюллетеней;

- в холлах школы размещены плакаты и брошюры;

б) строгий контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований проводится в школе на основании норм СанПиН 2.4.2.2821-10

в) сезонная неспецифическая профилактика респираторно-вирусных инфекций для всех учащихся: С - витаминизация третьего блюда, поливитамины, ревит, аскорбиновая кислота, гексавит.

7. Кадровый потенциал в системе здоровьесбережения

Кадровый потенциал является носителем знаний о здоровье, здоровом образе жизни и технологий (действий) о здоровьесберегающем обучении, воспитании и управлении.

В систему «Кадровый потенциал» включены:

1. школьная администрация;

2. учителя;

3. родители (семья);

4. ученики;

5. медико-психологическая служба.

Эти группы выполняют разные специфические роли, и вместе с тем они завязаны в единую систему здоровьесбережения.

1. Роль школьной администрации:

- соблюдение САН ПиН;
- создание инфраструктуры для оздоровительной деятельности;
- организация системной работы по охране и укреплению здоровья, формированию ценностей здоровья и здорового образа жизни;
- использование здоровьесберегающих технологий, рекомендованных педагогическим советом;
- обеспечение переподготовки кадров;
- влияние на социальные, экономические и психологические факторы.

2. Роль учителей:

- просвещение учащихся в области ЗОЖ;
- мотивация учения;
- создание эффективного психологического климата в классе;
- выбор адекватных средств и методов;
- индивидуальный подход;
- взаимодействие с семьей;
- влияние на микросоциум;
- фиксация проблем.

3. Роль родителей (семьи):

- создание условий для занятий ребенка дома;
- создание условий для оздоровления ребенка;
- формирование морали, социальных установок;
- формирование мотивации к ЗОЖ;
- передача культурных традиций;
- взаимодействие с учителем в проблемных ситуациях;
- влияние на психологические внутришкольные факторы.

4. Роль ученика:

- формирование собственной мотивации к здоровью;
- формирование привычки соблюдать гигиенические правила и нормы;
- изучение и усвоение учебного материала;
- нацеленность на поиск позитивного выхода в проблемных ситуациях.

5. Роль медико-психологической службы:

- участие в формировании единой здоровьесберегающей среды:
- контроль за санитарно-гигиеническими условиями в образовательном процессе;
- разработка содержания и критериев оздоровительной системы: занятий физическими упражнениями, на уроках физкультуры, ЛФК, физкультминутках на уроках;
- борьба с гиподинамией;
- организация динамических пауз между уроками;
- правильное сбалансированное питание;
- корректировка образовательного процесса в соответствии с результатами измерения здоровья учащихся (физическое и психическое);
- динамика развития возможностей познавательной активности учащихся в учебной деятельности;
- разработка мониторинга «Психологическое здоровье ученика, класса»;
- разработка рекомендаций в помощь учителю, организаторам питания, администрации и др.

8. Основополагающие принципы построения программы «Здоровье»

1. Развитие интереса и потребностей к двигательной и познавательной активности учащихся.
2. Единство физического и психического развития.
3. Принцип наглядности.
4. Принцип целостности человека, его психосоматического, социокультурного единства. При этом приоритетными компонентами деятельности должны выступать самореализация, саморазвитие и творчество, находящиеся в гармонии с двигательной активностью человека.
5. Принцип непрерывности физического воспитания и образования личности на всех этапах жизнедеятельности.
6. Принцип дифференцированного подхода к организации мероприятий по развитию физической культуры.
7. Принцип триединого представления о здоровье.
8. Принцип соответствия содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся.
9. Принцип формирования ответственности.
10. Принцип отсроченного результата.
11. Принцип контроля результатов.

Данные принципы помогут правильно организовать образовательный процесс и постепенно разрешать следующие проблемы:

1. Проблему учебных перегрузок школьников, приводящих к состоянию переутомления;
2. Проблему организации физической активности учащихся, профилактики гиподинамии;
3. Проблему питания школьников;
4. Проблему охраны и укрепления психологического здоровья учащихся (предупреждение школьных стрессов, распространения среди учащихся вредных привычек, зависимостей и т.д.);
5. Проблему формирования культуры здоровья учащихся и компетентности педагогов в вопросах здоровья и здоровьесберегающих технологий.
6. Проблему организации сотрудничества с родителями учащихся по вопросам сохранения и укрепления здоровья их детей.

Здоровьесберегающие технологии, применяемые педагогами

ГБОУ СОШ №1г. Нефтегорска:

1. Медико-гигиенические;
2. Физкультурно-оздоровительные;
3. Экологические здоровьесберегающие;
4. Обеспечения безопасности жизнедеятельности;
5. Образовательные здоровьесберегающие;
6. Социально адаптирующие и личностно-развивающие;
7. Лечебно - оздоровительные.

Проблемы в учебной деятельности, которые могут быть решены с помощью здоровьесберегающих педагогических технологий:

Проблемы	Причины	Методы решения проблем
Сложность и непонятность учебного материала	1. Большой объем информации. 2. Отсутствие системы - координат, средств наглядности в виде схем, рисунков, диаграмм, опорных карт. 3. Монологическая (лекционная) подача материала. 4. Ориентация на запоминание (память) и воспроизведение учебного материала. 5. Не включается	1. Погружение в тему. 2. Использование витагенной проекции (информация, идущая от ученика, его жизненного опыта). 3. Выделение главных смысловых линий, объектов, систем- координат с записью на доске. 4. Наглядные средства, в том числе использование компьютерных технологий. 5. подача материала с использованием голографического подхода (физическое) рассмотрение объекта в трех проекциях: 1) центронаправленный вектор - учитель: главные идеи, понятия; 2) ученик – проявления знаний из жизни -

	жизненный опыт учащихся и др.	учитель; 3)учитель – знания – ученик.
Неполная включенность учащихся в учебный процесс	1.После болезни, ослабленные дети. 2.Сложность, непонятность учебного материала. 3.Нет занимательности в самом материале. 4.Нет проблемности в подаче материала. 5.Не стимулируется деятельность учащихся. 6.Легкие цели урока.	1.Индивидуальный подход к ослабленным детям и болевшим. Индивидуальный учебный план. 2.Использование игровых приемов, подключение эмоциональных моментов, ситуаций «открытий» и др. 3.Использование проблемных ситуаций в подаче материала. 4.Стимулирующие методы: любой успех, идея, ответ дополнение замечается учителем; «оценка в аванс» эмоциональная и отметочная.
Отсутствие интереса к изучаемой теме, предмету	1.Сложно и непонятно. 2.Учитель чаще не замечает деятельности ученика и его намерений. 3.Ученик ходит в «слабых». 4.Уход в себя.	1.Внимание к таким детям. Дифференцированные задания. Игровые моменты. Презентация продуктивной деятельности. 2.Деятельностный подход в обучении. 3.Позиция и роль ученика должны быть раскрыты в полной мере. Внимание на личностные качества!
Утомление учащихся на 20 минуте и далее...	1.Не рациональная организация урока. 2.Наполненность урока до 80% напряженным умственным трудом. 3.Учитель не предлагает детям эмоциональных пауз, физкультминуток. 4.Строгая дисциплина. 5.Голос железный, крикливый.	1.Рациональная организация урока 2.Не забывать о психологическом комфорте. 3.Обратить внимание на проблему управления учебным процессом на уроках. 4.Личностные качества.
Стрессовые ситуации на уроке или почему учащиеся редко переживают на уроке чувство успеха? Почему учащиеся ходят в двоечниках?	1.Учитель побуждает детей к учебе через чувство страха, вызывая у детей желание действовать, чтобы избежать наказания или неудачи. 2.При выставлении оценок учитель использует собственные критерии, заранее детям неизвестные. 3.При оценивании акцент делается на недостатках ребенка, часто напоминает о прежних неудачах. 4.Ориентируется на сильных учеников при выборе заданий для	1.Установление человеческих отношений (гуманизация методов обучения). 2. Установление партнерских отношений. 3.В организационном моменте уделить внимание договору о критериях оценки, о качестве, о времени. 4.Оценивать знания ученика, а не незнания. 5.Учить детей самооценке, рефлексии. 6.Использовать дифференцированный подход в обучении, в том числе и при выборе домашних заданий. 7. индивидуально-ориентированный план на адаптационный период для долго отсутствовавших детей. 8.Психотерапевтическая направленность деятельности учителя на поддержку личности.

	самостоятельной и домашней работы. 5. Не учитывает здоровье детей, пропустивших по болезни. 6. Незаинтересованность учителя в некоторых детях.	
--	--	--

Здоровьесберегающие образовательные технологии составляют технологическую основу здоровьесберегающей педагогики. Здоровьесберегающие образовательные технологии – качественная характеристика любой образовательной технологии, ее "сертификат безопасности для здоровья", это совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные технологии обучения, воспитания, развития задачами здоровьесбережения.

*Без здоровья меркнут и гибнут
мудрость, знания и добродетели.
М. Монтень*

Анализ состояния духовного, нравственного и физического здоровья учащихся по итогам работы прошедшего учебного года и результатам ежегодного медосмотра

Социальный заказ на воспитание здорового человека, осознание педагогами и родителями проблемы выживания человека и сохранение его здоровья как педагогической проблемы.

Законодательная деятельность школы: «Закон об образовании», Устав школы.

Социальные связи

Планы совместных мероприятий с ММБУ Нефтегорская ЦРБ, МКДЦ «Нефтяник», ДОУ, НМ библиотекой, Центром «Семья»

Реализация программы «Здоровье», подпрограмм: «Школа – территория без наркотиков», «Питание», «Игровая радуга».

9. СИСТЕМА ВОСПИТАНИЯ ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА в ГБОУ СОШ №1 г. Нефтегорска

Концептуальные основы воспитания здорового человека. Формирование потребности у школьников, сохранить и укреплять своё здоровье и здоровье окружающих.

Воспитывающая, развивающая среда
Принятие на себя педагогами, учащимися их родителями функции защитников здоровья. Создание условий для реализации программы «Здоровье»

Традиции

Многолетние призовые места спортсменов школы на районных соревнованиях по основным видам спорта, проведение внеклассных спортивных мероприятия, Дней Здоровья

Утвержден приказом
по ГБОУ СОШ №1 г. Нефтегорска
№ _____ от « _____ » _____ 2019 г.
Директор _____ О.А.Ананьева

10. ПЛАН мероприятий по программе «Здоровье»

Содержание работы	Сроки	Ответственны е
<p>1.Нормативно-правовое обеспечение. 1.1. Закон РФ «Об образовании»; 1.2. СанПиН 2.4.2.11780-02 и СП 2.3.61079-01; 1.3. Программа «Здоровье» ГБОУ СОШ №1 г. Нефтегорска и ежегодный «План учебно – воспитательной работы на 2019 – 2020 уч.год»; 1.4. Договор с ММБУ Нефтегорская ЦРБ на проведение лечебно-оздоровительной работы.</p>	Постоянно	Администраци я
<p>2. Обеспечение выполнении законодательства по охране здоровья школьников. 2.1. Осуществление контроля за выполнением СанПиН 2.4.2.11780-02 и СП 2.3.61079-01: • Санитарно-гигиеническое состояние школы, пищеблока; • Световой, питьевой, воздушный режимы кабинетов, спортзала, мастерских; • Выполнение норм СанПиН при составлении школьного расписания; • Соотношение дозировки письменной домашней работы и письменной классной работы; • Валеологический подход к организации урока и перемены; • Контроль за состоянием рабочей мебели. 2.2. Организация медосмотра. Мониторинг состояния здоровья учащихся. 2.3. Оформление документации «Охрана жизни и здоровья детей»: • Ф-26/У на каждого ребенка; • Список диспансерных детей; • Листки здоровья в классных журналах; • Медкарты на каждого ребенка. 2.4. Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний; 2.5. Определение уровня физического развития и физической подготовки учащихся. 2.6. Выполнение предложений ГСЭН и Пожарно – спасательный отряд №36 противопожарной службы</p>	В течение учебного года	Администраци я школы
	Сентябрь	
	Сентябрь	Специалисты ММБУ Нефтегорская ЦРБ, зам, директора по УВР, Администраци я, федыдшер
	Сентябрь	
	Май	Учитель физической культуры Администраци

Самарской области по улучшению санитарно-гигиенического и противопожарного состояния школы		я школы
3. Разработка и внедрение системы оздоровления обучающихся в школе. 3.1. Разработка и внедрение комплексов коррекционно-развивающих занятий, включая физкультминутки, упражнения для расслабления глаз, позвоночника, развития мелкой моторики рук, дыхания. 3.2. Проведение в школе утренней гимнастики. 3.3. Организация горячего, разнообразного и качественного питания школьников. 3.4. Обеспечение преемственности (ЦДЮТ «Радуга») в обучении, профилактике заболеваний и лечении , детей; 3.5. Использование здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе. 3.6. Организация отдыха и оздоровления детей в летний период. 3.7. Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	В течение учебного года По мере необходимости и Постоянно	Администрация школы Классные руководители

4. Организация воспитательной и физкультурно-оздоровительной работы. 4.1. Создание условий для самореализации детей в системе внеурочной деятельности; 4.2. Организация школьных конкурсов и тематических классных часов, направленных на борьбу с вредными привычками детей и молодежи, профилактику наркомании, алкоголизма: • «Азбука Здоровья»; • «ЗОЖ - как предупреждение заражения СПИДом»; • «Здоровье не купишь»; • «Курить не модно- модно не курить». 4.3. Организация Дня Здоровья; 4.4. Организация школьных спортивных соревнований, военно-спортивной игры «Зарница», «Безопасное колесо» (по плану воспитательной работы) и участие школьников в районных, окружных и областных соревнованиях; 4.5. Организация работы спортивных секций; 4. 6.Профилактика травматизма: • Организация дежурства по школе и столовой с привлечением всех сотрудников школы; • Инструктаж по технике безопасности с учащимися школы при проведении внеклассных	В течение года Январь Февраль Апрель Май Сентябрь. В течение года	Зам. директора по УВР, учитель физкультуры, классные руководители.
• Проведение тематических классных часов бесед		

по профилактике травматизма:		
<p>«Внимание - дети!», «Антитеррор», «Чтобы выжить» и т.п. ; • Проведение месячника Дня защиты детей от ЧС; • Периодическое обновление стендов: «Уголок безопасности», «Азбука движения», «Жизнь без опасности».</p> <p>4.6. Родительские собрания и лектории по ЗОЖ (рекомендации по оздоровлению детей)</p> <p>5.Связь с заинтересованными службами: 1. Профилактические программы Центра Семья: Уроки Гигиены. • «Все ли Вы знаете о себе» для учащихся 7-8 классов; • «Основы здорового образа жизни» (профилактика ВИЧ и СПИДа) для учащихся 8-11 классов (фельдшер: Трофимова М.А.); • «Профилактика вредных привычек» для учащихся 4-6 классов (кл. руководители).</p> <p>2. Психолого-педагогическое сопровождение детей с особыми образовательными потребностями: •Консультативная работа: - Логопед, (Родюшкина О.М.) - Психолог (Колесникова Н. Ю.) • Уроки Здоровья по профилактике табакокурения: «<i>Стоп - смокинг</i> или курение запрещено»</p> <p>3. Встречи с медицинским персоналом ММБУ Нефтегорская ЦРБ</p>	<p>Сентябрь Май Апрель</p> <p>Апрель</p> <p>По графику</p>	<p>Центр Семья</p> <p>Центр диагностики</p> <p>Мед. работники</p>

11. Предполагаемые результаты реализации программы.

1. Снижение у педагогов и учащихся ОРЗ на 40%.
2. Увеличение числа школьников, занимающихся в спортивных кружках и секциях, до 75 % от общего количества.
3. Выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательным воздействиям окружающей среды, желания и умения вести здоровый образ жизни.
4. Повышение уровня обученности учащихся до 100 %, качества знаний до 45%.
5. Повышение социально-психологической комфортности в детском и педагогическом коллективе.
6. Повышение информированности учащихся по вопросам здоровьесбережения.

12. Система мониторинга за ходом реализации программы

«Здоровое питание – путь к знаниям»

Направление мониторинга	Методы мониторинга	Оформление результатов мониторинга	Место представления результатов
Организация и регулирование школьного питания	Оценка охвата питанием	Справка	Административное совещание
	Анкетирование родителей учащихся	Справка, обсуждение с родителями	Родительские собрания
	Анкетирование учащихся	Анализ анкет	Административное совещание
	Лабораторные исследования	Акт по результатам лабораторного исследования	Административное совещание
	Маркетинговые исследования (охват питания)	Акт	Публичный доклад директора школы
	Форум на сайте школы	Наличие материалов на сайте школы	Административное совещание
	Опрос специалистов межведомственных организаций	Решение санитарно-противоэпидемиологической комиссии	Санитарно-противоэпидемиологическая комиссия
Модернизация и укрепление материально-технической базы пищеблоков	Обследование пищеблока ОУ муниципальной комиссией.	Утвержденный главой администрации план ремонтных работ	План работ по подготовке пищеблока к учебному году
	Обследование пищеблоков комиссией по приемке ОУ к новому учебному году	Акт приемки ОУ к началу нового учебного года	Административное совещание
	Обследование технологического оборудования	Справка о технической исправности технологического оборудования (НОУ «Учебный центр «Авангард»)	Административное совещание
	Аудит материально-технической базы, сбор и анализ отчетных документов о техническом состоянии оборудования	Паспорт пищеблока ОУ	
Кадровое обеспечение	Анализ уровня повышения квалификации руководителей, специалистов и	Справка по результатам анализа	Административное совещание

	персонала школьных столовых по вопросам организации школьного питания		
	Анализ прохождения гигиенической аттестации работников пищеблока	Утвержденные ФГУЗ списки обученных	Управление роспотребнадзора по Самарской области
	Анализ количества участников в городских мероприятиях по организации школьного питания	Информационно-аналитическая справка	Педсовет, Сайт школы
Система просветительской работы	Наблюдение за организацией работы по пропаганде здорового питания в СМИ	Информационно-аналитическая справка	Совещание при директоре
	Диагностика заболеваемости учащихся	Карта оценки здоровья школьников	Заседание ШМО классных руководителей. Родительские собрания по параллелям. Публичный отчет директора о деятельности школы.

13. Критерии оценки эффективности ожидаемых результатов.

- Количественный и качественный показатели участия школьников в районных и областных соревнованиях.
- Динамика изменений в состоянии физического здоровья учащихся.
- Наличие в плане работы школы мероприятий, направленных на повышение уровня знаний по здоровьесбережению, на укрепление здоровья учащихся.

14. Формы представления результатов программы.

- Аналитические отчеты по реализации программы.
- Разработки по проблеме здоровьесбережения.
- Разработки мероприятий, направленных на развитие правильного отношения учащихся к ЗОЖ.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

Самарской области средняя общеобразовательная школа №1
г. Нефтегорска муниципального района Нефтегорский
Самарской области

**Подпрограмма
«Профилактика наркомании
среди подростков»**

Подпрограмма разработана
О.А. Ананьевой
Эффективная стратегия борьбы с наркоманией -

это ранняя профилактика. Необходимо воспитывать подростков, которые умеют отдыхать и преодолевать жизненные трудности, не прибегая к помощи наркотиков.
Н.К.Смирнов

Пояснительная записка.

Истощенное с исколотыми венами тело. Отрешенный взгляд ничего не выражающих глаз. Бессвязная речь, ответы не попадая на, казалось бы, самые обыденные вопросы. А главное, полное безразличие к происходящему вокруг, отсутствие интереса к жизни... И всё это в 14-16 лет. Да, страшная картина, название которой - наркомания.

Чтобы бороться с наркоманией, надо, прежде всего, знать причины и условия, её порождающие. Откуда она появилась? Кто подвержен этой болезни? Что способствует приобщению к наркотикам, каковы психологические предпосылки наркомании?

Мотивы, лежащие в основе употребления наркотиков, различны. Однако во всех случаях начальным является любопытство, стремление к новизне ощущений, преодолению запретного барьера.

Человека толкают к опасному действию следующие факторы:

1. Внешние и социальные:

обширные и быстрые социальные изменения в обществе, потеря культурных ценностей, неуверенность в будущем дне, безработица, незащищенность, снижение авторитета власти.

2. Личностные и семейные:

безнадзорность, семейные неурядицы, материальный крах, озабоченность будущим, возрастающий темп разводов.

Люди обращаются к наркотическим средствам, в том числе к алкоголю, табаку, в надежде облегчить состояние, снять утомление, голод, в случаях депрессии, тревоги, страха.

В самом начале наркоман очарован действием наркотика и не думает о грозящих ему последствиях, - он уверен, что без труда бросит наркотики, когда ему только захочется.

Приобретение и употребление дурманных веществ становится смыслом жизни наркоманов. И ещё одна особенность. Наркоманы стремятся приобщить к своему увлечению других.

Борьба с наркоманией - одновременно борьба за нравственность.

Что делать, чтобы не допустить молодых людей в стан наркоманов? Как вернуть их к жизни?

Проблем много. Ими занимаются давно и целенаправленно наркологи, полиция. Но это и наша общая проблема. Гражданская позиция не только в том, чтобы поговорить об этом, но и действовать всем сообща и каждому в отдельности. И не опускать глаза, узнав, что подросток попробовал какое - либо зелье, ученик, сын или дочь связались с наркоманами. Если можете человеку помочь, не жалеите времени и нервов, это нужно сделать.

Главная задача сводится, прежде всего, в предупреждении наркомании, воспитании потребности в здоровом образе жизни.

Задачи профилактики конкретизируются так: блокировать деятельность изготовителей и распространителей, утечку «лекарств», доступ к наркотикам и к информации о технологиях их изготовления.

Но, прежде всего, нужно повысить осведомленность, в первую очередь, молодежи о смертельной опасности наркотического дурмана. И здесь большая надежда возлагается на школу. Главное - не допустить распространения «моды», локализовать очаги увлечения «дурью».

Самый страшный враг подростка - скука. Гонимый скукой, он готов на любое безрассудство, лишь бы отличиться. И если в нем не воспитана потребность отличиться в спорте, музыке, искусстве, поэзии, математике или технике, то пустоту может быстро заполнить нечто уродливое, извращенное. Значит, нужно искать новые формы досуга. Больше клубов, дискотек, спортплощадок и залов.

Наркотический «Всеобуч» необходимо начинать со школьного возраста. Борьба с наркоманией и токсикоманией будет тем успешнее, чем раньше удастся выявить людей, систематически одурманивающих себя.

Нужно вести профилактическую разъяснительную работу с подростками, но без раскрытия технологии изготовления и применения того или иного наркотика. В основу работы с подрастающим поколением должен быть положен возрастной принцип, и беседы нужно строить с учетом того, что чем ребёнок моложе, тем в меньшей степени с ним должны вестись разговоры о свойствах наркотиков и их влиянии на организм. Основную же информацию надо передать старшеклассникам, родителям, общественности - с целью оздоровления социального окружения детей.

Задачи профилактической деятельности.

1. Воспитание из подростка социально равнодушной личности, способной противостоять наркомании в любой обстановке.
2. Ориентация ребенка на здоровый образ жизни.
3. Поддержание благоприятного нравственного и эмоционально-психологического климата в школе.
4. Тесное сотрудничество школы с правоохранительными органами, общественными организациями, медицинскими работниками, родителями в борьбе против наркомании.

Главная задача профилактической работы в начальной ступени:

Формирование у учащихся гигиенической культуры.

Научить соблюдать элементарные правила человеческого общежития.

Примерная тематика бесед для учащихся.

1. «Мои семейные обязанности»
2. «Мои вредные привычки и как с ними бороться».
3. «Твой режим дня».
4. «Можно и нельзя в жизни».

Ролевые игры.

1. «Мамины помощники».
2. «Праздник в семье».
3. «Праздник вежливости».

Спортивные игры.

1. «Папа, мама, я - спортивная семья».
2. «Веселые старты».
3. «Сильные, ловкие, смелые».

Главная задача профилактической работы в средней ступени:

Формирование общественного мнения по важнейшим проблемам жизни общества и человеческих отношений; развитие самосознания и культуры самовоспитания; активная пропаганда здорового образа жизни; формирование ответственности как черты личности

Примерная тематика бесед для учащихся.

1. «Никотин и нервная система»
2. «Как человек становится наркоманом»
3. «Сколько стоит твоё здоровье»
4. «Алкоголь и иммунитет».

Ролевые игры.

1. «Суд над наркотиками».
2. «Суд над вредными привычками».

Спортивные игры.

1. «Рыцарский турнир».
2. «Папа, мама, я - спортивная семья».

Главная задача профилактической работы в старшей ступени:

- формирование нравственного самосознания, ответственности как черты личности;
- воспитание ответственности, объективной самооценки; твёрдых жизненных убеждений;
- формирование умения владеть собой в сложных жизненных ситуациях

Примерная тематика бесед для учащихся.

9 класс.

1. «Дьявольские подарки древних цивилизаций».
2. «Наркотик и семья - несовместимы».
3. «Скажи «Нет!» вредным привычкам».
4. «Наркотик и жизненные перспективы».

Темы диспутов.

1. Твое свободное время.
2. Коллектив и компания - в чем их различие?
3. Если тебе предложат закурить, выпить, как ты поступишь?
4. День рождения, дискотека, турпоход - есть ли здесь место наркотику?

Мероприятия.

1. Антинаркотическая акция.
2. Конкурсы плакатов, рисунков.
3. «А ну-ка, парни!».
4. «В здоровом теле - здоровый дух».

Комплексный план мероприятий по антинаркотическому воспитанию учащихся.

5. Лекции для учащихся (1-2 раза в 3-4 месяца; лекции читают врачи, психологи, работники правоохранительных органов).
6. Беседы (1 раз в 2-3 месяца; их проводят классные руководители, специалисты)
7. Диспуты, ролевые игры (1-2 раза в год; их организует классный руководитель).
8. Лекции для родителей (1-2 раза в год; читают врачи, психологи, юристы).
9. Анкетирование (1 раз в год; проводят классные руководители и специалисты).
10. Спортивно-оздоровительные мероприятия.

Можно предпринять такие шаги, как:

1. Контроль над местами, где собираются курящие школьники.
2. Проводить наблюдения за поведением юношей и девушек на вечерах в школе.
3. Особое внимание - семье.

Одной из наиболее традиционных форм работы с родителями являются родительские собрания, общешкольные и классные. В обсуждение на собраниях целесообразно включать темы, интересные для всех. Говорить о нравственной и правовой ответственности взрослых за приобщение детей к употреблению наркотиков и алкогольных напитков в детском и подростковом возрасте.

Особое внимание надо уделить индивидуальной работе с неблагополучными семьями. Подчеркивать, что благодатная почва для приобщения к дурману - праздность и лень.

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа №1
г. Нефтегорска муниципального района Нефтегорский
Самарской области**

**Подпрограмма
«Культура питания»**

Подпрограмма разработана

Ртищевой Г.В.

Организация и развитие школьного питания.

Цель:

Формирование здоровой личности, обеспечение благотворных условий для учёбы.

Задачи:

- Создание условий, способствующих укреплению здоровья,
- формирование навыков правильного здорового питания,
- поиск новых форм обслуживания детей,
- увеличение охвата учащихся горячим питанием.

1. Организационно - аналитическая работа, информационное обеспечение

Основные мероприятия	Сроки	исполнители
1. Организационное совещание: составление графика дежурств, обязанности дежурного учителя и учащихся в столовой.	Январь	Директор, зам. директора по ВР
2. Совещание классных руководителей: - работа классных руководителей по организации оптимального режима дня школьника; - по обеспечению безопасности жизнедеятельности учащихся; - заключение договора на возмездное оказание услуг	Январь	Директор Зам. директора по ВР Зам. директора по ВР
3. Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания.	Декабрь	
4. Совещание при зам. директора по ВР по питанию с приглашением классных руководителей 1- 11 классов по вопросам: - охват учащихся горячим питанием; - соблюдение гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний.	Февраль	
5. Организация работы родительского комитета школы по вопросам питания обучающихся.	В течение года	Родительски й комитет Родительски й комитет, директор
5. Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение проверок		
6. Организация работы бракеражной комиссии.		

2. Методическое обеспечение

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Организации консультаций для классных руководителей 1-4, 5-11 классов: • Культура поведения учащихся во время приема пищи. • Соблюдение санитарно-гигиенических требований; • Организация горячего питания - залог сохранения здоровья.	В течение года	Зам. директора по ВР

2.Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся.	В течение года	Администрация
--	----------------	---------------

3. Организация работы по улучшению материально - технической базы столовой, расширение сферы услуг для родителей

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Эстетическое оформление зала столовой	В течение года	Администрация, учитель ИЗО
3. Разработка новых блюд и их внедрение в систему школьного питания		Стол. работники, комиссия
4. Ярмарка здорового и витаминизированного питания	декабрь	Учитель

4. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
1. Проведение классных часов по темам: <ul style="list-style-type: none"> • Режим дня и его значение • Культура приема пищи • «Хлеб - всему голова» • Профилактика кишечных заболеваний 	В течение года	Классные руководители
2. Проведение праздника «Осенины»		Педагог-организатор
3. Цикл бесед «Азбука здорового питания»	В течение года	Классные руководители
4. Анкетирование родителей «Питание глазами родителей».		Зам. директора по
5. Анкетирование детей «Питание глазами детей»		

6. Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители
----------------------	-------	-------------

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа №1
г. Нефтегорска муниципального района Нефтегорский
Самарской области**

**Подпрограмма
«Организация переменок
и динамических пауз»**

Подпрограмма разработана
Жигалина Е.В.

**«Добывать и сохранить здоровье может
только сам человек».**
Н. А. Асмолов

Цель:

формирование у детей мотива, осознанной потребности в активной двигательной деятельности

Задачи:

1. Пропаганда физкультуры и спорта через систему игровых упражнений.
2. Сплочение детского коллектива.
3. Воспитание сознательной дисциплины.

Воспитательное значение игры, ее всестороннее влияние на развитие ребенка трудно переоценить. Игра органически присуща детскому возрасту и при умелом руководстве со стороны взрослых способна творить чудеса. Ленивого она может сделать трудолюбивым, незнайку - знающим, неумелого - умельцем. Словно волшебная палочка, игра может изменить отношение детей к тому, что кажется им порой слишком обычным, скучным, надоевшим.

Игры существуют разные: подвижные, сюжетные, подражательные, музыкальные, дидактические, познавательные. Все они нужны и по-своему полезны детям, все должны быть использованы в работе. Но особое место среди них занимают подвижные игры. Как показали специальные исследования, 85 % времени бодрствования школьники проводят в сидячем положении. А это пагубно влияет на их здоровье.

Важнейшее достоинство подвижных игр состоит в том, что в своей совокупности они, по существу, исчерпывают все виды свойственных человеку естественных движений: ходьбу, бег, прыжки, борьбу, лазание, метание, бросание и ловлю, упражнения с предметами - и потому являются самым универсальным и незаменимым средством физического воспитания.

В оздоровительных целях в нашей школе созданы условия для удовлетворения биологической потребности учащихся в движениях. Для реализации этой потребности учащиеся активно двигаются в течение дня не менее двух часов. Такой объем двигательной активности складывается из участия в комплексе мероприятий дня: в проведении гимнастики до учебных занятий, физкультминуток на уроке, подвижных игр на переменах, уроков физкультуры, внеклассных спортивных занятий и соревнований, дней здоровья, самостоятельных занятий физкультурой. Соблюдение перемен тоже играет большую роль. Продолжительность перемен между 1-2 уроком - 10 минут, остальные - 15 минут. В первом классе продолжительность динамической паузы - 40 минут.

Перемены проводятся при максимальном использовании свежего воздуха, в подвижных играх.

Активный отдых, подвижные игры на воздухе во время перемен приносят гораздо больше пользы организму, чем перемены, проводимые в помещении школы. Кроме того, систематический отдых на открытом воздухе оказывает закаливающее, оздоровительное

влияние на школьников. Если выход на улицу по погодным условиям невозможен, то потребность в двигательной активности реализуется в стенах школы.

Во время перемен звучит музыка, дети могут танцевать, заниматься аэробикой. В помощь для проведения игр с детьми привлекаются старшеклассники. Организуется «Перемена без проблем».

Подвижные игры на улице

Салки

Игра может проводиться в самых различных условиях: в помещении, на воздухе - детьми всех возрастов. Число участников - от 3 до 40 человек.

По считалке выбирают одного водящего - «салку». Условно устанавливаются границы площади игры. Все разбегаются в пределах данной площади. Водящий объявляет: «Я - салка!» - и начинает ловить играющих в установленных пределах площадки. Кого догонит и осалит (дотронется), тот становится «салкой» и объявляет, подняв руку вверх: «Я - салка¹» Он начинает ловить играющих, а бывший «салка» убегает со всеми.

Разновидности игры «Салка»

- **Салки с домом**

Для убегающих чертится на площадке «дом», в котором они могут спастись от «салки», но долго находиться там не имеют права.

- **Салки «Ноги от земли»**

Спасаясь от «салки», играющие должны оторвать ноги от земли (пола). С этой целью они залезают на какой-либо предмет или садятся, ложатся, подняв ноги вверх. В таком положении «салка» не имеет права их салить.

- **Салки «Давай руку»**

В этой игре убегающий от «салки» кричит: «Дай руку!» Если кто-либо из играющих возьмётся за руку, то водящий не имеет права их осалить. Если же с другой стороны присоединится ещё игрок, т.е. их будет трое, водящим имеет право салить любого крайнего.

- **Салки - пресекалки**

Убегающие могут выручать друг друга, пересекая дорогу между «салкой» и тем, кто убегает. Как только кто-либо перебежит дорогу, «салка» должен ловить его. Водящий должен быть очень внимателен, уметь быстро переключиться и ловить нового игрока.

Уголки

Игра может проводиться в самых различных условиях: в помещении, на воздухе - детьми всех возрастов. Если играют в помещении, то участвуют 5 человек, при игре на улице - до 15 человек.

Играющие становятся по углам комнаты, водящий - в середине. Если играющих более 5 человек, то для остальных чертятся кружки - «домики». Все находящиеся по углам - «мышки». Одна из них - водящая «мышка» - находится в середине комнаты. Она подходит к какой-нибудь «норке» и говорит: «Мышка, мышка, продай свой уголок!» Та отказывается. Тогда водящий идёт к другой «мышке». В это время «мышка», отказавшаяся продать «уголок», вызывает кого-нибудь из играющих и меняется с ним местом. Находящийся в

середине стремится занять кого-нибудь из перебегающих. Если ему это удастся, то оставшийся без места идёт на середину комнаты.

Литература

Для учителя:

1. 30 детских утренников для начальной школы (сценарии) / Авт.-сост. Давыдова М.М. - М.: «Аквариум ЛТД», 2010.
2. Глущенко А.Г. Внеклассная работа в начальных классах. – Киев, 2000.
3. Зайцева О. В, Карпова Е. В. На досуге: игры в школе, дома, на дворе. Ярославль, Академия развития, 1997.
4. Калечиц Т.Н., Кейлина З.А. Внеклассная и внешкольная работа. – М., 2011.
5. Классному руководителю. Учебно-методическое пособие/под ред. М. И. Рожковой. М. Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001.
6. Обухова Л. А.; Лемяскина Н. А. Уроки здоровья. – Воронеж, 1999.
7. Сергеева В. П. Классный руководитель в современной школе. Практическое пособие . 4-е изд. Доп. – М.: ЦГЛ, 2002
8. Спутник классного руководителя. 1-4 классы / авт.-сост. Н.А.Максименко. – Волгоград: Учитель, 2007.
9. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. Т.1.- М.:Генезис, 2001
- 10.Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. М.: Генезис, 2002

Для обучающихся:

1. Баль Л.В., Ветрова В.В. Букварь здоровья. Для дошкольников и младших школьников. – М.:ТЦ «Сфера», 2000.
2. Большая детская энциклопедия. – М.:ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2002
3. Леокум А. Детская энциклопедия «Скажи мне, почему?..» / Авторизованный перевод Я. и А.Агуреевых. – М.:Джулия, 1992

4. Нуждина Т.Д. Энциклопедия для малышей: Чудо всюду. Мир людей. – Ярославль: Академия, К. Академия Холдинг, 2000.