

Директор МБОУ «Икшурминская средняя школа»



Утверждаю

В.В.Иванова

31 августа 2022г.

**Программа Здоровьесбережения обучающихся
МБОУ «Икшурминская средняя школа»**

2022-2023 учебный год

Основание программы здоровьесбережения:

1. Программа призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка.
2. Программа подтверждает особый статус детства как периода, не зависящего от социальных, политических, национальных, конфессиональных и других отличий.
3. Программа находится в числе приоритетных направлений деятельности органов власти, служит основой сотрудничества и консолидации органов образования и здравоохранения, общественности, школы и родителей.

Цели программы:

1. создание в ОУ организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья обучающихся;
2. усиление контроля за медицинским обслуживанием учащихся;
3. создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
4. развитие организационного, программного и материально-технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
5. обеспечение системы полноценного сбалансированного питания детей с учетом особенностей состояния их здоровья;

Задачи программы:

- 1) четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы; 2) гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- 3) освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
- 4) планомерная организация полноценного сбалансированного питания обучающимися;
- 5) развитие психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся;
- 6) привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;

Участники программы:

- Обучающиеся,
- Классные руководители,
- Учителя-предметники,
- Медработник,
- Родители.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей;
 - подготовка педагогов по вопросам охраны здоровья детей;
 - обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи;
- введение в содержание воспитания и образования детей занятий о своём здоровье и навыков ценностного отношения к нему;
 - обеспечение двигательной активности детей;
 - организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи детям;
- пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, агитбригады, 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, ОБЖ, физической культуры);
- широкое привлечение учащихся и их родителей к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы;

Функциональные обязанности коллектива школы

1. Что должен контролировать и учитывать учитель физкультуры

1. Уровень физического развития – на основании данных о длине и массе тела, окружности грудной клетки, жизненной емкости легких. Детям с низким уровнем физического развития и с дисгармоничным развитием необходим щадящий режим физической нагрузки.
2. Уровень двигательной подготовленности – на основании стандартного набора тестов, характеризующих выносливость, силу, быстроту, ловкость, гибкость.
3. Уровень технической подготовки ученика – на основании педагогических наблюдений и контрольных испытаний.
4. Уровень знаний ученика в области физической культуры и здорового образа жизни – на основании бесед с учащимися, проведения контрольных теоретических зачетов и использования других средств оперативного или этапного контроля знаний.
5. Состояние здоровья и адаптационные возможности ученика – на основании данных школьных медицинских карт, наблюдения на уроках и других занятиях, измерения физиологических показателей (частоты пульса) при выполнении стандартных нагрузок.
6. Степень утомления в процессе выполнения физических нагрузок – на основании внешних признаков и данных объективного контроля.
7. Уровень мотивации учащихся к занятиям физической культурой.
8. Качество самоподготовки учащихся, в том числе выполнения домашних заданий и рекомендаций учителя.

2. Что должен контролировать классный руководитель

1. Причины и длительность пропусков занятий физкультурой учащимися.
2. Степень взаимодействия учащихся с преподавателем физкультуры и уровень их мотивации к занятиям.
3. Активность участия учащихся класса в спортивно-оздоровительных мероприятиях в масштабах школы.

4. Состояние психологического климата вокруг детей с ослабленным здоровьем, с недостатками физического и функционального развития.

3. На что должен обращать внимание школьный медицинский работник

1. Анамнез и индивидуальные особенности школьника, влияющие на его физические и психические возможности.

2. Характер, частота, длительность и тяжесть обострений хронических заболеваний; наличие средств купирования приступов.

3. Наличие признаков переутомления у школьников в процессе учебных занятий.

4. Наличие отклонений в физическом и функциональном развитии ученика.

5. Динамика острых респираторных заболеваний и обострений хронических заболеваний в течение учебной четверти, учебного года.

6. Уровень и характер травматизма, в том числе связанного с занятиями физическими упражнениями.

4. О чем должен заботиться заместитель директора

1. Расписание занятий должно быть составлено таким образом, чтобы урок физической культуры не проводился непосредственно перед уроками математики, русского языка, литературы, физики.

2. Дни здоровья и другие общешкольные мероприятия следует проводить в условиях хорошей погоды, по разработанному заранее сценарию.

3. Спортивные успехи класса или отдельного ученика должны быть известны всей школе наряду с успехами в учебе; спортивный авторитет класса, школьной команды, чемпиона школы в том или ином виде спорта должен служить привлекательным примером для всех учащихся.

4. Педагогический коллектив школы должен с уважением относиться к предмету «физическая культура» и к педагогам этого профиля.

5. В чем состоит ответственность директора школы

1. Обеспечение кадровой политики, направленной на привлечение и удержание профессиональных педагогов – специалистов в области физического воспитания.

2. Создание условий для возможно более широкого удовлетворения потребностей учащихся в разнообразных формах и видах физической активности, расширение сети секций и кружков.

3. Повышение авторитета физической культуры в глазах преподавателей, родителей и учащихся.

4. Обеспечение медико-психологического контроля за процессом физического воспитания учащихся во всех его формах.

В рамках данных направлений мы должны осуществлять следующие простые и вместе с тем очень важные **действия**:

1. Проводить ежедневную влажную уборку, проветривание классных комнат на переменах, озеленять классные помещения комнатными растениями.
2. Ежемесячно проводить генеральную уборку классных помещений (обтирать плафоны, мыть парты и стулья моющими средствами).
3. Обеспечивать каждого учащегося горячим питанием в столовой.
4. Следить за условиями теплового режима, освещённости классных помещений.
5. Привлекать учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях.
6. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проводить беседы, воспитательные часы с учётом возрастных особенностей детей.
7. Применять **разнообразные формы работы**:

1) Учет состояния детей:

Анализ медицинских карт учащихся.

Определения группы здоровья.

Учет посещаемости занятий.

Контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

2) Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

Организация работы спортивных секций, кружков, клубов.

Проведение дополнительных уроков физической культуры.

Индивидуальные занятия.

Организация спортивных перемен.

Дни здоровья.

Физкультминутки для учащихся 1 класса

Организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.

**План работы по программе здоровьесбережения
на 2022-2023 учебный год**

	Мероприятия	Ответственные
<i>Сентябрь</i>		
1.	Научно-методическая работа.	учитель физкультуры
2.	Организация питания в школьной столовой.	мед. работник, администрация
3.	День здоровья: школьный осенний кросс.	учитель физ-ры, кл. руководители
4.	Оформление медицинских карт.	мед. работник
5.	Лекторий для родителей «Режим дня школьника».	кл. руководители
6.	Организация работы спортивных секций, кружков.	учитель физкультуры
7.	Инструктаж учащихся по технике безопасности в школе.	учитель физ-ры, кл. рук.
8.	Инструктаж учащихся по технике безопасности в школе.	учитель физ-ры, администрация
9.	Инструктаж учащихся по технике безопасности в школе.	кл. рук.
<i>Октябрь</i>		

1.	Правила личной гигиены и их использование учащимися при посещении столовой, на переменах (контроль).	мед. работник
2.	Осуществление контроля за соблюдением учебной нагрузки.	завуч
3.	Классные часы.	кл.рук.
4.	Спортивный праздник для 1-2 классов «Зов джунглей».	учитель физ-ры
5.	Конкурс рисунков «Зелёная аптека» (3-4 кл).	учитель физ-ры
6.	Работа спортивных кружков, секций (контроль).	завуч
7.	Проведение генеральной уборки класса.	кл. рук
Ноябрь		
1.	Охват горячим питанием учащихся, калорийность блюд, нормы питания (контроль).	мед. работник
2.	«Я люблю спорт!» конкурс рисунков	учитель физ-ры, кл. рук
3.	Разучивание русских народных игр с учащимися.	учитель физ-ры, 4 класс
Декабрь		
1.	Подготовка и проведение лекции по проблеме своевременного предупреждения вирусных заболеваний «Гриппу – бой!».	мед. работник
2.	Классные часы.	кл.рук
3.	Оформление стенда «Вредным привычкам – нет!»	уч. физ-ры
4.	Проведение генеральной уборки класса.	кл. рук
Январь		
1.	Конкурс на лучший рисунок «Я за здоровый образ жизни	уч. физ-ры
2.	«Неделя спорта». Проведение конкурса на самый спортивный класс.	уч. физ-ры
3.	Витаминизация блюд.	мед. работник
4.	Профилактическая работа во время эпидемии гриппа.	мед. Работник, кл. рук

Февраль		
1.	Оформление стенда «Профилактика простудных заболеваний».	уч. физ-ры
2.	Участие в соревнованиях «Лыжня России».	уч. физ-ры, кл.рук
3.	Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом: - определение группы здоровья занятость в спортивных секциях в школе.	уч. физ-ры . мед.раб, завуч
Март		
1.	Классные часы.	кл. рук
2.	Конкурс плакатов «Мы за здоровый образ жизни»	уч. физ-ры
3.	Проведение генеральной уборки класса.	кл. рук
4.	День здоровья в рамках «Всероссийского дня здоровья».	уч. физ-ры, кл.рук
5.	Проведение декады по предупреждению дорожно-транспортного травматизма.	кл. рук.
Апрель		
1.	Проведение декады по предупреждению дорожно-транспортного травматизма.	кл. рук.
2.	Конкурс рисунков «Осторожно, дети!(начальные классы).	уч. физ-ры
май		
1.	Соревнования по пионерболу (3-4 кл).	уч. физ-ры
Июнь		
1.	День здоровья: лагерной смене – ура! (спортивные игры, соревнования, эстафеты).	уч. физ-ры
2.	Беседа и оформление стенда «Правила безопасности на воде».	уч. физ-ры
3.	Озеленение школьной территории.	