

## ЦЕЛЕВАЯ ПРОГРАММА «ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ»

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

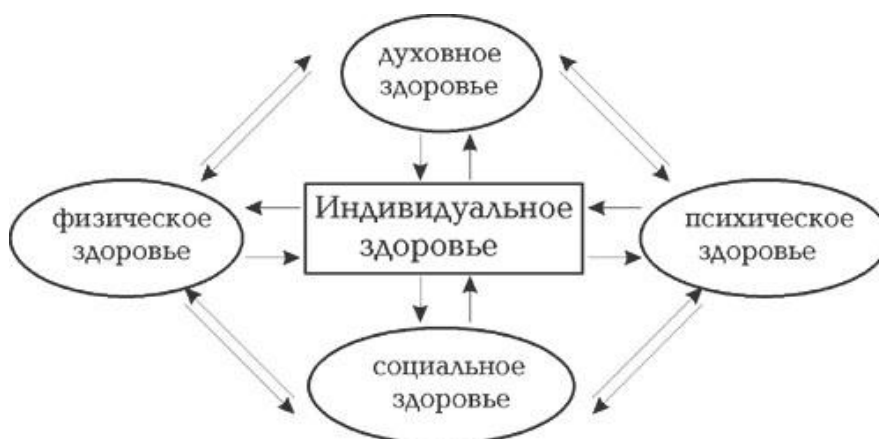
*В.А.Сухомлинский*

## Программа «ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ»

Проблема здоровья учащихся становится приоритетным направлением развития образовательной системы современной школы. Создание здоровьесозидающей программы не является самоцелью, а оказывается здоровьесберегающим механизмом, сопровождающим основные образовательные технологии.

По определению ВОЗ, "здоровье - это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни".

В связи с этим целостный взгляд на здоровье можно представить в виде четырехкомпонентной модели:



### 1. Нормативные основания разработки целевой программы

Программа опирается на

- концепцию Стратегии развития системы образования Санкт-Петербурга 2011-2020гг. «Петербургская школа 2020» (направление «Здоровье в школе»), целевую программу «Здоровая и безопасная школа» Петроградского района
- распоряжение комитета по образованию правительства Санкт-Петербурга от 31 января 2008г. № 124-р «Об утверждении концепции создания службы здоровья в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга».

### 2. Сроки реализации программы: в течение 2011-15 уч. г.

### 3. Цель программы

Создание условий для сохранения и улучшения физического, эмоционально- психического и нравственного здоровья школьников и педагогов школы №80, формирования безопасного и здорового образа жизни.

### 4. Задачи программы

- Построение внутренней среды школы, обеспечивающей здоровьесозидающий характер, а также безопасность участников образовательного процесса как противодействие факторам риска (физическим, психологическим, социальным, педагогическим, информационным).
- Развитие культуры здоровья и на ее основе формирование здорового образа жизни участников образовательного процесса.
- Создание условий для оздоровления учащихся и профилактики наиболее распространенных, в том числе и социально обусловленных заболеваний.

### 5. Прогнозируемый результат

- Здоровый выпускник: физически, эмоционально, психически, нравственно;
- Формирование у учащихся готовности к сохранению своего здоровья и здоровья других людей;
- Снижение заболеваемости и функциональной напряженности учащихся и педагогов;
- Повышение успешности учащихся, в том числе и в образовательной деятельности.
- Повышение уровня комфортности участников образовательного процесса.

### 6. Структура Службы здоровья

- Директор
- Заместитель директора школы
- Медицинская служба
- Классные руководители
- Учителя физкультуры
- Социальный педагог
- Педагог-психолог

- Учитель биологии
- Преподаватель ОИВТ

## 7. Функции различных категорий работников школы в контексте реализации программы

### 7.1. Функции директора и его заместителя

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство по организации Службы здоровья в школе;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация преподавания вопросов валеологии на уроках биологии и ОБЖ;
- организация контроля уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе «Здоровое поколение» и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей.

### 7.2. Функции медицинской службы школы

- проведение диспансеризации учащихся школы;
- медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы;
- организация вакцинации.
- медицинское сопровождение учебно-воспитательного процесса

### 7.3. Функции классного руководителя

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся, детского травматизма, вредных привычек в соответствии с составленной программой;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, ОППН, медработниками
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспут, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы «Здоровое поколение»;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностики уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения.

### 7.4. Социальный педагог

- исследование социума учреждения образования;
- организация социальной защиты и опеки учащихся, организация социально-педагогического консультирования родителей и учащихся;
- социально-педагогическая профилактика жизнедеятельности и быта учащихся;
- социальная поддержка в становлении личности учащихся; решение проблем социальной адаптации учащихся, оказавшихся в сложных жизненных ситуациях;
- осуществление профилактики асоциальных проявлений учащихся;
- помощь педагогам в работе с учащимися.

### 7.5. Педагог-психолог

- осуществляет: психодиагностику, коррекцию, психопрофилактику и просветительскую работу, тесно взаимосвязанную с личностным, социальным и профессиональным развитием учащихся;
- профилактика нарушений психологического здоровья учащихся;
- помощь в создании благоприятного психологического климата в школе;
- помощь родителям, учащимся и педагогам в разрешении проблем психологического характера;
- психологическая помощь педагогам в работе с учащимися;
- повышение уровня психологической грамотности педагогов.

### 7.6. Учителя физкультуры

- проведение спортивных мероприятий;
- организация дней здоровья;
- организация занятий ЛФК;
- участие в мониторинге;
- анализ физического развития учащихся;
- подготовка учащихся к спортивным мероприятиям вне школы;
- оформление и систематическое обновление информационного стенда (Уголок здоровья);

- организация мероприятий по профилактике травматизма на уроках физкультуры.

### 7. 7. Учитель ОИВТ

- участие в проведении мониторинга здоровьесозидающей образовательной среды, сопоставление с общей региональной базой данных;
- организация и проведение мероприятий по сохранению здоровья на уроках ОИВТ.

## 8. Анализ проблем и ресурсов образовательного учреждения

В школе есть *внутренние ресурсы* для деятельности Службы здоровья:

- педагогический коллектив подготовлен к работе в области здоровья;
- школа пользуется авторитетом в районе;
- в штате есть специалисты для организации Службы здоровья;
- имеется опыт предыдущей работы школы по решению проблем здоровья учащихся и педагогов.

*Внешними ресурсами* школы можно считать следующее:

- наличие в районе медицинских учреждений, Центров досуга, ППЦ «Здоровье», Молодежной консультации, спортивных клубов, ДДТЮ, с которыми можно выстроить социальное партнерство;
- взаимодействие школы с муниципальным образованием № 60 и депутатом ЗАГСa В.С.Макаровым;
- наличие в школе благотворительного фонда «УЧИЛИЩНЫЙ ДОМ им. А.С.Пушкина»;

*Внутренние проблемы* школы по построению здоровьесозидающей образовательной среды:

- отмечается снижение учебной мотивации, а так же к занятиям физкультурой, начиная с начальной школы;
- недостаточна оздоровительная работа;
- отмечается проблема ЗОЖ среди педколлектива;
- недостаточна организация двигательной активности учащихся;
- не решена проблема создания различных школьных секций;
- отмечается недостаточное внимание семьи к регулярности и сбалансированности питания учащихся;
- нет системности в организации мероприятий по формированию ЗОЖ.
- отсутствие занятий ЛФК;
- отсутствие коррекционных педагогов, организующих дополнительные занятия по учебным дисциплинам во внеурочное время.

Выявлен ряд *внешних рисков*:

- проблемы образа жизни детей (нарушение режима дня, неучастие родителей в досуге детей, высокий уровень наркотического заражения окружения старшеклассников и Интернет-зависимости);
- наличие детей с хроническими патологиями;
- недостаточный уровень физического развития детей;

Выявленные проблемы и ресурсы определили стратегию программы деятельности Службы здоровья школы на 2011-2015уч.г.

## 9. Стратегия целевой программы

Были определены *задачи построения здоровьесозидающей безопасной образовательной среды в школе*:

1. Построение внутренней среды ОУ, обеспечивающей здоровьесозидающий характер образовательного процесса и безопасность его участников
2. Повышение уровня культуры здоровья, в том числе и физической культуры участников образовательного процесса
3. Создание условий для коррекции нарушений здоровья, реабилитации и оздоровления ослабленных учащихся
4. Систематизация и упорядочение деятельности ОУ по построению здоровьесозидающей образовательной среды

## 10. Мероприятия программы и их ресурсное обеспечение

№ п/п	Мероприятия для достижения результата	Показатели достижения результата	Отчетность
<b>I. Организационно-управленческая деятельность по построению внутренней среды ОУ, обеспечивающей здоровьесозидающий характер образовательного процесса и безопасность его участников</b>			
1	Создание Службы здоровья	Формирование инициативной группы	Приказ №
2	Работа по обеспечению нормативно-правовой базы для организации здоровьесберегающего образа жизни: – подбор нормативно-правовых документов Министерства образования и науки РФ по вопросам организации и построения здоровьесозидающей безопасной среды; – разработка локальных нормативно-правовых актов ОУ	Формирование нормативной базы	Подбор документов, регламентирующих деятельность службы Здоровья
3	Ознакомление членов педагогического коллектива с нормативно-правовыми документами и задачами учреждения по созданию здоровьесберегающей безопасной среды	Ознакомление пед. Коллектива ГОУ	Служба Здоровье
4	Составление расписания занятий в школе в соответствии с требованиями СанПиНа 2.4.2.1178-02	Действующее расписание	Утв-ие расписания службой СанПиНа
5	Инструктаж педагогического коллектива по вопросам <ul style="list-style-type: none"> <li>● медицинского сопровождения образовательного процесса (листок здоровья и т.д.)</li> <li>● охраны жизни и здоровья детей на уроках (особенно на уроках физкультуры, химии, физики, информатики, трудового обучения)</li> <li>● предупреждения детского травматизма, правилам ПДД, во время массовых мероприятий, выездов.</li> <li>● использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе</li> </ul>	Инструктаж педагогич. коллектива мед. работниками и администрацией школы	План мед. службы школы, годовой план школы
6	Организация здорового питания школьников. Работа Совета по питанию. Контроль за организацией питания детей из малообеспеченных, многодетных семей, туб. инфицированных детей.	Система организации питания в ГОУ №80	Отсеет ответственного за организацию питания по школе
7	Организация и проведение единого мониторинга здоровьесозидающей среды ОУ	Подбор существующих, разработка собственных методик и проведение анкетирования учащихся школы	Аналитический и статистический отчет Службы Здоровья
8	Разработка плана мероприятий по реализации программы «Здоровое поколение» на 2011-2012 гг. на основе анализа результатов мониторинга	План мероприятий по реализации программы «Здоровое поколение» на 2011-2012 гг.	Утверждение плана на заседании НМС
9	Ознакомление членов педагогического коллектива <ul style="list-style-type: none"> <li>● с основными разделами программы «Здоровое поколение»,</li> <li>● планом реализации программы на 2011-2012 гг: <ul style="list-style-type: none"> <li>■ с задачами реализации программы на 2011-2012 гг;</li> <li>■ с тематикой внеклассных мероприятий по параллелям</li> <li>■ с обучающей программой «Здоровый стиль жизни»</li> <li>■ с нормами санитарно-гигиенического состояния классов, работой компьютерных кабинетов, школьных помещений.</li> </ul> </li> </ul>	Инструктаж педагогич. коллектива руководителем службы Здоровья Смотры-конкурсы школьных кабинетов	Протокол заседания педагогического совета, итоги смотров-конкурсов школьных кабинетов
10	Включение в планы воспитательной работы кл. руководителей вопросов, связанных <ul style="list-style-type: none"> <li>● с мероприятиями гигиенического направления в соответствии с обучающей программой «Здоровый стиль жизни»</li> <li>● с проведением уроков здоровья в рамках классных часов</li> <li>● с проведением Дней здоровья</li> <li>● проведением физкультурно-оздоровительной работы: <ul style="list-style-type: none"> <li>■ спортивные праздники,</li> <li>■ внутришкольные и внешкольные соревнования</li> <li>■ организация турслетов, походов</li> </ul> </li> </ul>	Инструктаж классных руководителей	Планы классных руководителей

	■ расширение ассортимента спортивных секций		
11	<p>Осуществление систематического контроля за</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• работой учителей физкультуры: посещение уроков, внеклассных спортивных мероприятий.</li> <li>• нагрузкой уч-ся, объемом домашних заданий</li> <li>• организацией учебных занятий в начальной школе с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье уч-ся (неподвижная поза на уроке, отсутствие живых чувственных ощущений, преобладание словесного информационного принципа учебного процесса)</li> <li>• организацией оздоровительных режимных моментов в школе (физкультурные паузы), контролем за осанкой на уроке, обеспечением удовлетворения потребности учащихся в питьевой воде.</li> </ul>	Посещение уроков, беседы с учителями	Реализация плана административного контроля
12	<p>Планирование деятельности ГОУ по подготовке специалистов СЗОУ и пед. коллектива к построению здоровьесозидающей образовательной среды:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• курсы повышения квалификации;</li> <li>• проведение тренинговых занятий на базе школы;</li> <li>• проведение заседаний ПМК, семинаров по вопросу реализации здоровьесберегающего потенциала школьного урока</li> <li>• консультации психолога</li> </ul>	Формирование положительной мотивации педагогического коллектива к построению здоровьесозидающей образовательной среды	Протоколы НМС, планы семинаров, тренинговых занятий
13	Взаимодействие и координация деятельности всех участников образовательного процесса по вопросам организации безопасной здоровьесозидающей деятельности.	Консультации учителей-предметников и классных руководителей	Отчет Службы Здоровье
14	Использование опыта других ОУ по построению безопасной здоровьесозидающей среды	Обмен методиками и ознакомление с опытом других ОУ педагогического коллектива	Рабочие материалы Службы Здоровье
15	Организация работы Совета школы по вопросам безопасности, сохранения и укрепления здоровья детей	Ознакомление Совета школы с программой «Здоровое поколение» и результатами мониторинговой деятельности	Протокол заседания Совета школы

## II. Повышение уровня культуры здоровья и физической культуры участников образовательного процесса

1.	Создание банка интерактивных классных часов по тематике, касающейся здоровья с целью формирования навыков здорового жизненного стиля (игры, моделирование ситуации, занятия с элементами тренинга).	Пополнение медиатеки	Разработка классным руководителем 1-го классного часа
2.	<p>Обеспечить реализацию учебной программы «Здоровый образ жизни» за счет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• проведения занятий, бесед с учащимися на классных часах о здоровом образе жизни;</li> <li>• включения в учебные планы начальных классов специальных уроков практической гигиены, бесед учителя на уроках и во внеурочное время по вопросам охраны здоровья, горячего питания;</li> <li>• интеграции разделов программы «Здоровый образ жизни» в курсы анатомии, биологии, химии и ОБЖ при прохождении соответствующего материала в старших классах;</li> <li>• Подготовка старшеклассников к организации и проведению динамических пауз на перемене у учащихся младших классов.</li> </ul>	Формирование положительной мотивации ученического коллектива к здоровому образу жизни	По плану классного руководителя
3.	<p>Разработать систему внеклассных мероприятий, способствующих формированию у учащихся положительной мотивации к здоровому образу жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• проведение игр по станциям, конкурсов на тему: «В гостях у доктора Айболита» для уч-ся 1-4 классов;</li> <li>• участие во всероссийской акции «Спорт вместо наркотиков»</li> <li>• участие в конкурсе творческих работ, посвященных Всемирному дню борьбы со СПИДом для уч-ся 10-х классов.</li> <li>• участие в районных конкурсах творческих работ, направленных на пропаганду здорового образа жизни.</li> <li>• участие в городском смотре-конкурсе «Мир против наркотиков».</li> </ul>	Формирование положительной мотивации ученического коллектива к здоровому образу жизни	По общешкольному плану, по плану Кл. руководителя

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● участие в проведении Всероссийского Дня здоровья</li> <li>● организация и проведение заключительного классного часа «День защиты детей»</li> <li>● презентация книжных выставок в библиотеке «Здоровый образ жизни»: <ul style="list-style-type: none"> <li>■ «О вреде курения, алкоголизма, наркомании»</li> <li>■ К всероссийской акции «Спорт вместо наркотиков»</li> <li>■ К всесоюзному Дню здоровья</li> <li>■ К всероссийскому Дню защиты детей</li> </ul> </li> </ul>		
4	<p>Разработать систему мероприятий, способствующих поддержанию у членов педагогического коллектива положительной мотивации к здоровому образу жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● проведение ежегодной диспансеризации работников школы;</li> <li>● разъяснение необходимости проведения профилактических прививок;</li> <li>● предоставление возможности для занятий ЛФК на базе школы;</li> <li>● проведение Дня здоровья в рамках экскурсионного выезда пед. коллективом <ul style="list-style-type: none"> <li>- на день учителя,</li> <li>- в каникулы</li> </ul> </li> <li>● проведение мероприятий по профилактике эмоционального «выгорания» учителей;</li> <li>● предоставление возможности прохождения курса «Здоровье педагога» на базе НМЦ</li> </ul>	Формирование положительной мотивации педагогического коллектива к здоровому образу жизни	По общешкольному плану
5	Размещение на информационном стенде информации о работе анонимного наркологического кабинета, кабинета по профилактике СПИДа, телефона доверия, медико-социально-психологических консультаций.	Стенд	Своевременная информация
6	Проведение родительских собраний с приглашением специалистов с целью актуализации ценности здоровья.	По общешкольному плану, в соответствии с потребностями классного руководителя	Протоколы родительских собраний
<b>III. Создание условий для коррекции нарушений здоровья и оздоровления ослабленных учащихся</b>			
1	<p>Работа по оздоровлению учащихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● проведение медосмотра учащихся школы;</li> <li>● проведение профилактического осмотра уч-ся 9-х и 11-х кл.</li> <li>● проведение диспансеризации учащихся врачами-специалистами;</li> <li>● проведение профилактических прививок;</li> <li>● с целью физического развития, привлечения к спортивной деятельности: <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Организация занятий ЛФК с нуждающимися уч-ся</li> <li>➢ Организация занятий в бассейне (нач. школа)</li> <li>➢ Систематическое проведение Дня здоровья</li> <li>➢ Проведение спортивных мероприятий</li> <li>➢ Проведение тур. слетов и походов</li> <li>➢ Постоянная работа школьных спортивных секций.</li> </ul> </li> </ul>	Анализ медицинских карт	Медицинские карты, отчет мед. работников, учителей физ-ры, классных руководителей
2	Разработка рекомендаций по построению индивидуального образовательного маршрута учащихся на консилиуме специалистов и педагогов.	Анализ ученического портфолио	Протоколы пед. консилиумов
3	<p>Организация социальной защиты и помощи, укрепление семейных отношений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● консультации психолога, социального педагога;</li> <li>● взаимодействие с молодежным центром на Гатчинской 27, ПШЦ «Здоровье».</li> <li>● рекомендации о прохождении родителями, учащимися тренинговых занятий, консультаций на базе городских психологических центров</li> </ul>	Анализ ученического портфолио, беседы	Отчет социального педагога, психолога



## 11. Критерии оценки качества реализации целевой программы

В соответствии с поставленными целями эффективность реализации программы определяется исходя из результативности обеспечения здоровья учащихся и педагогов.

*Показатели:* позитивные изменения в сопоставлении с данными собственного мониторинга.

*Способы измерения:* инструментарий единого мониторинга здоровьесозидающей среды, анкетирование педагогического и ученического коллективов.

## 12. План мероприятий по реализации программы на 2011-2012 гг.

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
<b>I. Построение внутренней среды ОУ, обеспечивающей здоровьесозидающий характер образовательного процесса и безопасность его участников</b>			
1.	Составление расписания занятий в школе в соответствии с требованиями СанПиНа 2.4.2.1178-02	Сентябрь	Завучи
2.	Мониторинг состояния здоровья уч-ся. Оформление аналитических и статистических отчетов о состоянии здоровья уч-ся.	В течение года	Служба здоровья
3.	Оформление листков здоровья до 12.09 и контроль за выполнением мед. указаний учителями-предметниками, учителями физкультуры, классными руководителями.	В течение года.	Кл. руководители, врач, мед.сестра,
4.	Знакомство учителей и классных руководителей: <ul style="list-style-type: none"><li>• с инструкцией по охране жизни и здоровья детей на уроках (особенно на уроках физкультуры, химии, физики, информатики, трудового обучения) и безопасного поведения на переменах.</li><li>• с основными разделами программы «Здоровое поколение», с тематикой внеклассных мероприятий по параллелям</li></ul>	Сентябрь - вводный инструктаж, январь - повторный	Козырев Ю.В., администрация
5.	Проведение бесед на уроках с уч-ся по предупреждению детского травматизма, правилам ПДД, во время массовых мероприятий, выездов.	Перед каждым выходом, выездом	Кл. руководители, учителя
6.	Осуществление постоянного контроля за работой учителей физкультуры: посещение уроков, внеклассных спортивных мероприятий.	В течение года.	Администрация
7.	Организация здорового питания школьников. Работа Совета по питанию. Контроль за организацией питания детей из малообеспеченных, многодетных семей, туб. инфицированных детей.	В течение года.	Козырев Ю.В., администрация, Давыдова С.А., кл. руковод.
8.	Постоянный контроль за санитарно-гигиеническим состоянием классов, работой компьютерных кабинетов, школьных помещений. Освещение этих вопросов на совещаниях при директоре, производственных совещаниях, смотры-конкурсы школьных кабинетов.	В течение года.	Администрация, Степанов Г.Н., проф. ком.
9.	Систематический контроль за нагрузкой уч-ся, объемом домашних заданий. Рассмотрение данного вопроса на недельных совещаниях, совете школы, родительских собраниях.	В течение года.	Завучи, Воинкова Г.В.
10.	Организация учебных занятий в начальной школе с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье уч-ся (неподвижная поза на уроке, отсутствие живых чувственных ощущений, преобладание словесного информационного принципа учебного процесса).	Ежедневно	Учителя начальной школы
11.	Подготовка старшеклассников к организации и проведению с учащимися начальных классов динамических пауз на переменах.	Ежедневно	Вишнякова Е.Р..
12.	Организация оздоровительных режимных моментов в школе (физкультурные паузы), контроль за осанкой на уроке, обеспечение удовлетворения потребности в питьевой воде.	В течение года.	Учителя школы
13.	Проведение спортивных праздников, внутришкольных и внешкольных соревнований.	В течение года.	Мачнев А.Н., Сорокин В.М.
14.	Проведение турслетов и походов.	В течение года.	Мачнев А.Н., Сорокин В.М.
15.	Расширение ассортимента спортивных секций.	В течение года.	Мачнев А.Н., Сорокин В.М.
16.	Проведение заседаний МО, семинаров по вопросу реализации здоровьесберегающего потенциала школьного урока.	По графику	Служба здоровья



<b>II. Повышение уровня культуры здоровья, в том числе и физической культуры участников образовательного процесса</b>			
1.	Создание банка интерактивных классных часов по тематике, касающейся здоровья с целью формирования навыков здорового жизненного стиля (игры, моделирование ситуации, занятия с элементами тренинга).	В течение года.	Служба здоровья
2.	Проведение занятий, бесед с учащимися на классных часах о здоровом образе жизни в соответствии с обучающей программой «Здоровое поколение».	Занятия по плану	Кл. руководители
3.	Включить в учебные планы начальных классов проведение специальных уроков практической гигиены, бесед учителя на уроках и во внеурочное время по вопросам охраны здоровья, горячего питания; обеспечить выполнение этого раздела работы во всем объеме и на высоком методическом уровне.	В течение года	Завуч начальной школы, учителя начальной школы
4.	Обеспечить правильную постановку гигиенического обучения в старших классах путем преподавания вопросов гигиены и медицины; антиалкогольного и антинаркотического воспитания при прохождении соответствующего материала в курсах анатомии, биологии, химии и ОБЖ в соответствии с разделами обучающей программы «Здоровое поколение».	В течение года	Учителя школы
5.	Проведение игр по станциям, конкурсов на тему: «В гостях у доктора Айболита» для уч-ся 1-4 классов.	В течение года	.Белова Е.В.
6.	Участие во всероссийской акции «Спорт вместо наркотиков»		Мачнев А.Н., Сорокин В.М.
7.	Участие в конкурсе творческих работ, посвященных Всемирному дню борьбы со СПИДом для уч-ся 10-х классов.	В течение года	Кл. руководители 10-х классов, Давыдова С.А.
8.	Участие в районных конкурсах творческих работ, направленных на пропаганду здорового образа жизни.	В течение года	Кл. руководители
9.	Участие в городском смотре-конкурсе «Мир против наркотиков».	Февраль-апрель	Давыдова С.А., Воинкова Г.В.
10.	Участие в проведении Всероссийского Дня здоровья	7 апреля	Служба здоровья
11.	Заключительный классный час «День защиты детей»	май	Классные руководители
12.	Проведение мероприятий по профилактике эмоционального «выгорания» учителей.	В течение года	Воинкова Г.В.
13.	Проведение занятий для педколлектива по повышению готовности педагогов к сохранению и укреплению собственного здоровья, формированию здорового образа жизни.	В течение года	Служба здоровья
14.	Наличие на информационном стенде информации о работе анонимного наркологического кабинета, кабинета по профилактике СПИДа, телефона доверия, медико-социально-психологических консультаций.	Постоянно	Давыдова С.А., Воинкова Г.В.
15.	Презентация книжных выставок в библиотеке «Здоровый образ жизни»: <ul style="list-style-type: none"> <li>• «О вреде курения, алкоголизма, наркомании»</li> <li>• К всероссийской акции «Спорт вместо наркотиков»</li> <li>• К всеоюзному Дню здоровья</li> <li>• К всероссийскому Дню защиты детей</li> </ul>	В течение года	Машкова Л.С.
16.	Проведение родительских собраний с приглашением специалистов с целью актуализации ценности здоровья.	В течение года	Кл. руководители, Воинкова Г.В.
<b>III. Создание условий для коррекции нарушений здоровья, реабилитации и оздоровления ослабленных учащихся</b>			
1.	Проведение медосмотра учащихся школы.	Ежегодно	Мед.сестра
2.	Профилактический осмотр уч-ся 9-х классов	По плану	Медицинская консультация, мед.сестра, кл. руководители
3.	Проведение диспансеризации учащихся.	По плану	Медицинская служба
4.	Проведение профилактических прививок.	По плану	Медицинская служба
5.	С целью физического развития, привлечения к спортивной деятельности как альтернативе вредных привычек: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация занятий ЛФК с нуждающимися уч-ся</li> </ul>	В течение года	Администрация, Мачнев А.Н., Сорокин В.М.,

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация занятий в бассейне (нач. школа)</li> <li>• Систематическое проведение Дня здоровья</li> <li>• Проведение спортивных мероприятий</li> <li>• Проведение тур. слетов и походов</li> <li>• Постоянная работа школьных спортивных секций.</li> </ul>		кл. руководители, учителя началь- ных классов
6.	Разработка рекомендаций по построению индивидуального образовательного маршрута учащихся на консилиуме специалистов и педагогов.	В течение года	Пед. консилиум
7.	Организация социальной защиты и помощи, укрепление семейных отношений.	В течение года	Служба здоровья
8.	Взаимодействие с молодежным центром на Гатчинской 27, ППЦ «Здоровье».	В течение года	Медицинская служба, Давыдова С.А., Воинкова Г.В.
<b>IV. Систематизация и упорядочение деятельности ОУ по построению здоровьесозидающей образовательной среды</b>			
1.	Создание Службы здоровья		Козырев Ю.В., администрация
2.	Организация и проведение единого мониторинга здоровьесозидающей среды ОУ	Ежегодно	Служба здоро- вья
3.	Разработка программы деятельности ОУ на основе анализа результатов мониторинга, плана мероприятий по ее реализации	Июнь 2012г.	Воинкова Г.В.
4.	Подготовка специалистов СЗОУ и пед. Коллектива к построению здоровьесозидающей образовательной среды.	В течение года	Служба здоро- вья
5.	Взаимодействие и координация деятельности всех участников образовательного процесса по вопросам организации здоровьесозидающей деятельности.	В течение года	Служба здоро- вья
6.	Использование опыта других ОУ по построению здоровьесозидающей среды	В течение года	Служба здоро- вья
7.	Продолжение работы Совета школы по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей	В течение года	Служба здоро- вья, родительский актив школы
8.	Включение в планы воспитательной работы кл. руководителей мероприятия гигиенического направления в соответствии с обучающей программой.	В течение года	Воспитательная служба, кл. руководите- ли

## Обучающая программа по формированию здорового стиля жизни участников образовательного процесса

Программа «Здоровое поколение» начинается с первого класса и продолжается на всех ступенях школы. Каждая ступень реализует данную программу на более высоком уровне и формирует более глубокое понимание мер по охране и укреплению здоровья.

Цели программы:

- Содействовать сохранению здоровья каждого школьника;
- Сформировать у школьника представления об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих;
- Сформировать основания для критического мышления по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленным на сохранение здоровья;
- Обеспечить учащихся необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- Создать методологические и технологические основания для моделирования различных видов деятельности, направленных на укрепление здоровья в ОУ, а также на изменение всего уклада жизни с пользой для здоровья;
- Расширить и разнообразить взаимодействия школы, родителей и общества в контексте укрепления здоровья.

Для реализации программы не требуется дополнительных часов в учебных планах школы, она может органично войти в образовательные области на основе синтеза с базовым компонентом. Эта программа может быть представлена интегрированными курсами. Таким образом, она соединяется с каждой образовательной областью, так как образовательные программы многих предметов содержат ее элементы. Например, они присутствуют в таких разделах государственной программы, как «Окружающий мир», «Естествознание», «Анатомия», «ОБЖ» и т.д.

Поэлементно программа «Здоровое поколение» проходит в различных областях знаний, в основном базирясь на предметах естественно-научного цикла, но может быть также рассмотрена на предметах гуманитарного и эстетического циклов.

Обучающая программа «Здоровое поколение», наряду с интегрированным, может быть представлена **модульным курсом на классных часах**.

Основой структурирования программы по модульному принципу выступает системный подход, при котором изучаемая система рассматривается состоящей из элементов – модулей с определенными связями между ними.

При модульном подходе программу «Здоровое поколение» предлагается изучать блоками по параллелям. На каждый модуль выделяется от 4 до 12 часов в параллели.

Построение программы по одним и тем же разделам с 1 по 11 классы позволяет осуществлять и интеграцию, и модульный принцип преподавания.

### Содержание программы

Начальная школа (1 – 4 классы)			
№ п/п	Тема	Основное содержание	Ответственные (при содействии)
1.	<b>I. Самопознание</b> <i>Знание своего тела</i>  <i>Самопознание через ощущение, чувство и образ</i>	Части тела, их функциональное предназначение. Внутренние органы и их предназначение. «Язык» тела. Здоровье и болезнь, гуманное отношение к физическим недостаткам. Эмоциональная сфера личности: чувства, настроение, эмоциональные переживания, ощущения. Способы проявления эмоций и выражения чувств.	Кл. руководитель (Психолог)
2.	<b>II. Я и другие</b>	Дружба. Взаимовлияние людей, способы конструктивного решения конфликтных ситуаций. Правила совместной жизни. Поведение на улице, общественных местах, в школе. Правила	Кл. руководитель (Социальный)

		поведения с незнакомыми людьми. Родственные связи – семья. Правила семейного общения. Права ребенка в семье. Правила групповой деятельности.	педагог Психолог Воспит.ГПД
3.	<b>III. Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний</b> <i>Гигиена тела</i>  <i>Гигиена полости рта</i>  <i>Гигиена труда и отдыха</i>	Уход за кожей, волосами и ногтями. Выбор одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и индивидуальными особенностями. Уход за зубами. Режим дня. Активный и пассивный отдых. Сон как наиболее эффективный отдых. Гигиена органов зрения, факторы, приводящие к утомлению. Способы «пассивной» защиты от болезни: мытье рук и т.д.	Кл. руководитель (Мед. сестра Учитель физры Воспитатель ГПД)
4.	<b>IV. Питание и здоровье</b> <i>Питание - основа жизни</i> <i>Гигиена питания</i>	Зачем люди едят? Режим питания. витамины. Правила поведения за столом. Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Хранение пищевых продуктов. Ядовитые растения и грибы.	Кл. руководитель (Мед. сестра)
5.	<b>V. Основы личной безопасности и профилактика травматизма</b> <i>Безопасное поведение на дорогах</i> <i>Бытовой и уличный травматизм</i>	Средства передвижения. Городской транспорт. правила для пешеходов. Сигналы светофора. Перекресток. Дорожные происшествия. Опасные факторы современного жилища, школы, игровой площадки. Ожоги. Опасность при пользовании пиротехническими средствами. Электротравма. Опасность при игре с острыми предметами. Опасности открытого окна, катания на перилах. Элементарные правила безопасности при катании на велосипеде. Правила пользования роликами, экипировка.	Кл. руководитель (Инспектор ПДД Социальный педагог Учитель физры Воспитатель ГПД)
6.	<b>VI. Культура потребления медицинских услуг</b> <i>Выбор медицинских услуг</i>  <i>Обращение с лекарственными препаратами</i>	Поликлиника и вызов врача на дом. Служба «03», неотложная помощь, служба спасения. Посещение врача. Больница. Школьная мед.сестра. Польза и вред медикаментов. Осторожное обращение с лекарствами, которые хранятся дома.	Кл. руководитель (Мед. сестра)
7.	<b>VII. Предупреждение употребления психоактивных веществ</b>	Вредные привычки, наносящие ущерб здоровью человека. Вред табачного дыма. Что такое алкоголь и чем опасно его употребление. Поведение с людьми, употребляющими психоактивные вещества.	Кл. руководитель (Психолог Воспитатель ГПД)
8.	<b>VIII. В поисках красоты</b>	Красота в жизни человека. Понятие прекрасного. Красота человека. Бывают ли некрасивые люди? Каждый мечтает быть красивым. Красота человеческой души. Прекрасное и безобразное.	Кл. руководитель (Учит. ИЗО Учит. музыки, Воспитатель ГПД)

<b>Средняя школа (5 – 9 классы)</b>			
№ п/п	Тема	Основное содержание	Ответственные
1.	<b>I. Самопознание</b> <i>Знание своего тела</i>  <i>Самопознание через ощущение, чувство и образ</i>	Телосложение. Ткани, органы, системы органов и их саморегуляция. Функции основных систем организма. Физиологические и психологические процессы в различные периоды взросления и полового созревания. Индивидуальные особенности строения и развития тела. Функции левого и правого полушарий. Самооценка. Кризисы развития в период взросления (кризис идентичности и авторитетов, переживания, отчуждения, дисморфобия и др.). Стресс, его психологические и физиологические проявления, способы совладания со стрессом. Половые различия в поведении людей.	Кл. руководитель (Учитель биологии Психолог Учитель ОБЖ)
2.	<b>II. Я и другие</b>	Положение личности в группе. Ролевые позиции в группе. Виды и формы общения: вербальное, невербальное. Критика и ее виды. Способы реагирования на критику. Конфликты с родителями, друзьями, учителями, способы их разрешения.	Кл. руководитель (Психолог Учитель)

		Отношения между мальчиками и девочками. Референтные группы. «Инструменты» общения: конструктивная критика, поддержка, убеждение и др. групповое давление. Ролевые позиции в семье. Эмоциональная сфера личности. Формирование Я-концепции.	ОБЖ)
3.	<b>III. Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний</b> <i>Гигиена тела</i>  <i>Гигиена полости рта</i>  <i>Гигиена труда и отдыха</i>   <i>Профилактика инфекционных заболеваний</i>	Запахи тела. Уход за кожей лица и рук, ногами. Уход за ногтями. Правила выбора гигиенических средств ухода за телом. Типы волос, уход за волосами. Болезни кожи и придатков, связанные с нарушением правил гигиены. Правила личной гигиены мальчиков и девочек-подростков. Пользование предметами личной гигиены. Средства гигиены полости рта. Заболевания зубов, десен, меры их профилактики. Питание и здоровье зубов. Биологические ритмы организма: суточные, недельные, сезонные. Периоды работоспособности. Режим учебы, отдыха и сна. Индивидуальный режим физических и умственных нагрузок. Переутомление, его субъективные и объективные признаки, методы снятия. Признаки утомления органов зрения и слуха, способы его снятия. Оптимальные условия труда, микроклимат в классе и квартире. Причины возникновения инфекционных заболеваний. Источники возбудителей. Пути передачи. Инфекции, передаваемые половым путем. Туберкулез, его предупреждение.	Кл. руководитель (Врач Учитель биологии Учитель физры Учитель ОБЖ)
4.	<b>IV. Питание и здоровье</b> <i>Питание - основа жизни</i>  <i>Гигиена питания</i>	Основные группы пищевых продуктов. Основные блюда и их значение. Составление индивидуального меню. энергетическая ценность питания. Связь питания и обмена веществ. Пищевые добавки, БАДы. Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и блюд.	Кл. руководитель (Врач Учитель биологии Учитель химии)
5.	<b>V. Основы личной безопасности и профилактика травматизма</b> <i>Безопасное поведение на дорогах</i> <i>Бытовой и уличный травматизм</i>   <i>Поведение в экстремальных ситуациях</i>	Ситуации самостоятельного движения ребенка по улице. перекресток. Опасность движения группой. Безопасное поведение в транспорте – зоне повышенного риска. Правила пользования пиротехническими средствами. Правила поведения на экскурсиях, в походах, экипировка туриста. Правила безопасности при обращении с открытым огнем. Основные правила наложения жгутов, повязок, транспортировки пострадавшего. Экстремальные ситуации аварийного и криминального характера. Поведение при аварийных ситуациях в жилище (пожар, затопление, разрушение). Поведение в незнакомой природной среде. Совладание с паническими состояниями. переживание острых негативных эмоций и стрессовых состояний. помощь при утоплении.	Кл. руководитель (Инспектор ГАИ Учитель ОБЖ Учитель физры)
6.	<b>VI. Культура потребления медицинских услуг</b> <i>Выбор медицинских услуг</i>  <i>Обращение с лекарственными препаратами</i>	Ответственность за ложные вызовы медицинских служб. Критическое отношение к рекламе и выбору медицинских услуг и товаров. Выбор товаров и услуг, ориентированных на здоровье. Правила употребления лекарственных препаратов. опасность самолечения. Безопасное хранение и обращение с лекарственными средствами. Злоупотребление медикаментами. Побочное действие лекарственных средств.	Кл. руководитель (Врач Учитель химии Учитель ОБЖ)
7.	<b>VII. Предупреждение употребления психоактивных веществ</b>	«Легальные» (табак, алкоголь) и «нелегальные» (наркотики) психоактивные вещества. История распространения психоактивных веществ. Жизненный стиль человека, зависящего от психоактивных веществ. Как противостоять групповому давлению и не употреблять психоактивные вещества. зависимость от психоактивных веществ. Состояние интоксикации.	Кл. руководитель (Учит. ОБЖ Врач Учитель химии)
8.	<b>VIII. В поисках красоты</b>	Человек как загадка. Человек – дитя природы. Красота человека. Бывают ли некрасивые люди? Каждый мечтает быть красивым. Красота человеческой души. Прекрасное и безобразное. Разные эталоны красоты и гармонии. Свое мнение.	Кл. руководитель (Учит. ИЗО , музыки,

		Его необходимость. Красота и польза.	литературы)
--	--	--------------------------------------	-------------

<b>Старшая школа (10 – 11 классы)</b>			
№ п/п	Тема	Основное содержание	Ответствен-ные
1.	<b>I. Самопознание</b> <i>Знание своего тела</i>	Субъективные и объективные признаки здоровья. Репродуктивное здоровье юноши и девушки. Самопознание через ощущение, чувство и образ. Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения. Направленность личности: Я – концепция, понятие о локусе контроля. Представление о психологии пола, гендерных позициях. Планирование и способы реализации планов. Ответственность и свобода выбора.	Кл. руководитель (Учитель биологии, Психолог)
2.	<b>II. Я и другие</b>	Индивидуальные различия в восприятии и понимании людьми друг друга. Интимные межличностные отношения: дружба, любовь, вражда, одиночество. Человек в семье. Семья и ее функции. Психологический климат семьи. Развод. Способы манипулирования людьми. Формальные и неформальные группы, их социально-психологическая специфика. Механизмы и пути воздействия группы на личность и личности на группу в области сохранения и укрепления здоровья. принятия решения в группе. Межличностные конфликты в группе. Их типология и пути разрешения. Конформизм и самостоятельность, лидерство. Навыки, необходимые для противостояния негативным влияниям неформальной группы в сфере отношения к здоровью.	Кл. руководитель (Психолог Учитель ОБЖ)
3.	<b>III. Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний</b> <i>Гигиена тела</i> <i>Гигиена труда и отдыха</i>  <i>Профилактика инфекционных заболеваний</i>	Взаимосвязь чистоты, эстетики и здоровья. Планирование труда и отдыха в экстремальных условиях: во время экзаменов, тренировок, соревнований. Физиологическая и психологическая адаптация к нагрузкам, срывы, адаптации. ВИЧ\СПИД, пути передачи, способы предупреждения. «Группы риска» по заражению инфекционными заболеваниями. Профилактика инфекционных заболеваний в различных социальных и жизненных ситуациях. Индивидуальная ответственность за распространение инфекционных заболеваний.	Кл. руководитель (Учитель ОБЖ Врач Психолог)
4.	<b>IV. Питание и здоровье</b> <i>Питание - основа жизни</i>  <i>Гигиена питания</i>	Основные правила рационального питания: режим питания, сбалансированность продуктов питания, пищевые приоритеты. Выбор продуктов и блюд. Диеты, лечебное питание и голодание. Пост. Болезни питания, анорексия, ожирение, питание в особых условиях (питание спортсменов, питание в походах, во время экзаменов и т.д.). правила поведения в местах общественного питания: кафе, рестораны и др. Основные химические и биологические загрязнители пищи: тяжелые металлы, пестициды, плесень и др.	Кл. руководитель (Врач Учитель биологии Учитель химии Учитель физ-ры)
5.	<b>V. Основы личной безопасности и профилактика травматизма</b> <i>Безопасное поведение на дорогах</i> <i>Бытовой и уличный травматизм</i>	Ответственность за нарушение ПДД.  Травматизм при конфликтах. Жестокое обращение с детьми и подростками. Административная и юридическая ответственность при создании травмоопасной ситуации, нанесении телесных повреждений. Травматизм в местах массовых скоплений людей. Прогноз развития травмоопасной ситуации, меры предупреждения травмы. Первая доврачебная помощь	Кл. руководитель (Инспектор ПДД Учитель ОБЖ Учитель физ-ры Врач)



	<b><i>Поведение в экстремальных ситуациях</i></b>	при ранениях, травмах, потере сознания. Модели поведения людей в экстремальных ситуациях. поведение в состояниях печали и горя.	
6.	<b>VI. Культура потребления медицинских услуг Выбор медицинских услуг Обращение с лекарственными препаратами</b>	Оказание помощи в различных медицинских учреждениях. врачебная тайна. Передозировка лекарственных средств. Первая помощь.	Кл. руководитель (Врач)
7.	<b>VII. Предупреждение употребления психоактивных веществ</b>	Основные виды психоактивных веществ. Употребление психоактивных веществ как ложный путь решения жизненных проблем. Социальные, психологические и физиологические последствия употребления психоактивных веществ. Возможности, трудности и пути выздоровления курильщика, наркомана, алкоголика. Юридическая и личная ответственность за распространение и употребление психоактивных веществ.	Кл. руководитель (Учит. биологии, химии, ОБЖ, Психолог)
8.	<b>VIII. Человек в поисках веры</b>	Проблемы жизни и смерти. Вера в Бога. Различные виды религий. Вера в себя.	Кл. руководитель (Учитель литературы, общественного)

#### **Ожидаемые результаты**

- создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья, воспитанию и развитию личности;
- у учащихся должны быть выработаны формы поведения, помогающие избежать опасностей для жизни и здоровья;
- снижение заболеваемости среди учащихся и педагогов.