



Общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа
«ПЕРВАЯ ШКОЛА»

ПРИНЯТО
на Педагогическом Совете
Протокол № 09 от «29 » августа 2017 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Исполнительный директор

Шинкарчук Н.В.

Приказ № 236/1

от «28» августа 2017 г.



ПРОГРАММА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ОУ СОШ «ПЕРВАЯ ШКОЛА»

ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ

УЧАЩИХСЯ НА 2017-2021 годы

«ШКОЛА-ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»

Москва 2017

1.Раздел «Пояснительная записка».

В соответствии с Законом РФ “Об образовании” здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. В современных условиях школа призвана выполнять не только образовательную функцию, но и заботиться о сохранении и укреплении здоровья детей, так как через школу проходит каждый и проблеме сохранения и укрепления здоровья нужно решать именно здесь.

Программа «Школа – территория здоровья» ОУ СОШ «Первая Школа» разработана в соответствии:

- с Законом РФ “Об образовании”.
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" от 06.10.2009 № 373" + «Приказ о внесении изменений» Рег. № 19707 от 04.02.2011.
- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" от 17.12.2010 № 1897", с изменениями, утвержденными приказом Минобрнауки России от 29 декабря 2014 г. № 1644.
- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования" от 17.05.2012 № 413".
- Федеральный закон от 24.07.98 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями от 20 июля 2000 г.).
- Федеральный закон №38 –ФЗ от 30.03.1995. «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ – инфекции)».
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993.
- СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»
- СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях", утверждёнными Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 29 декабря 2010 г.

Актуальность проблемы:

здоровье детей и подростков в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны,

генофонд нации, научный и экономический потенциал общества и, наряду с другими демографическими показателями, является чутким барометром социально-экономического развития страны.

Однако, динамическое наблюдение за состоянием здоровья детского населения, особенно школьников, выявляет стойкую тенденцию ухудшения показателей здоровья; уменьшается удельный вес здоровых школьников с одновременным увеличением хронических форм заболеваний при переходе из класса в класс в процессе обучения, снижается индекс здоровья.

Несмотря на пристальное внимание к вопросам оздоровления подрастающего поколения и существующие законы, количество здоровых детей, по данным Научно-исследовательского института гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей Российской академии медицинских наук, снизилось в три раза. Как свидетельствует статистика, распространенность патологии и заболеваемости среди детей в возрасте от трех до 17 лет ежегодно увеличивается на четыре–пять процентов.

Здоровыми можно назвать всего лишь десять процентов от общего количества учеников, а остальные 90 процентов имеют проблемы и отклонения в физическом, психологическом, нервном развитии. По данным статистики в нашей стране из года в год снижается индекс здоровья и увеличивается общая заболеваемость детей и подростков. Особую тревогу в этом плане вызывает сам характер заболеваний, изменяющийся в сторону хронических неинфекционных: аллергических, сердечно-сосудистых, онкологических, нервно-психических, болезней органов дыхания, зрения, слуха и т.д.

Изменение структуры хронической патологии. Вдвое увеличилась доля болезней органов пищеварения, в 4 раза опорно-двигательного аппарата (сколиоз, остеохондроз, осложненные формы плоскостопия), втрое — болезни почек и мочевыводящих путей.

Увеличение числа школьников, имеющих несколько диагнозов. Школьники 7–8 лет имеют в среднем 2 диагноза, 10–11 лет — 3 диагноза, 16–17 лет — 3–4 диагноза, а 20% старшеклассников-подростков имеют в анамнезе 5 и более функциональных нарушений и хронических заболеваний.

Одним из главных факторов неблагополучия здоровья школьников является недостаточный уровень грамотности в вопросах сохранения и укрепления здоровья самих учащихся, их родителей. Необходимо сформировать у ребенка потребность быть здоровым, научить его этому, организованно помочь в сохранении и формировании здоровья. Важно пробудить в детях желание заботиться о своем здоровье. Именно на решение этих вопросов направлена наша программа.

В ходе реализации Федеральной целевой программы развития образования в направлении обеспечения здоровья школьников предстоит разработать и внедрить новые технологии и методики здоровьесберегающего обучения, обеспечивающие формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью, здорового образа жизни всех участников образовательного процесса.

Сегодня нет необходимости доказывать, что педагог и правильно построенный в условиях здоровьесбережения учебно-воспитательный процесс способны сохранить и укрепить здоровье учащихся. Проблема заключается в эффективной организации здоровьесберегающей школьной среды, в системности внедрения в педагогическую практику здоровьесберегающих образовательных технологий и программ.

Исходя из актуальности проблемы мы ставим для себя следующие задачи и цель программы:

Цель данной программы: использование в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности обучающихся современных здоровьесберегающих технологий, обеспечивающих сохранение здоровья, формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью, здорового образа жизни всех участников образовательного процесса.

Задачи программы:

- Освоение современных здоровьесберегающих технологий, обеспечивающих сохранение здоровья, формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью, здорового образа жизни всех участников образовательного процесса.
- Определение и внедрение активных формы и методов использования современных здоровьесберегающих технологий с учётом особенностей работы школы в рамках полного дня.
- Организация системного использования данных технологий, направленных на все сферы деятельности участников образовательного процесса.
- Мониторинг состояния здоровья учащихся, с использованием экспресс-диагностики состояния учащихся и отслеживанием основных параметров развития организма в динамике (начало - конец учебного года), что позволяет сделать соответствующие выводы о влиянии здоровьесберегающих технологий на состояние здоровья учащихся.

Этапы реализации программы:

1 этап (подготовительный) — 2017-2018 г.

- Изучение и анализ ситуации в области здоровья в школе.
- Создание материально-технической базы, системы учебно-воспитательного процесса в школе.
- Создание благоприятного психологического климата в коллективе.

2 этап (основной) — 2018-2021 г.

- Разработка и внедрение подпрограммы диагностического комплекса.
- Разработка и внедрение подпрограммы оздоровительной работы в школе.
- Разработка и внедрение подпрограммы по спортивно-оздоровительной работе в школе.
- Разработка программы для родителей и педагогов по формированию здорового образа жизни.

3 этап (заключительный) — конец 2021 г.

- Организация мониторинга эффективности реализации программы.
- Коррекция основных направлений и подпрограмм.
- Разработка перспективных направлений развития программы.
- Создание системы физкультурно-оздоровительной, психолого-педагогической деятельности в школе.

Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);
- культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их).

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

2. Раздел «Общая характеристика программы».

Современная педагогическая наука, основываясь на требованиях ФГОС и перечисленных выше нормативных документах, предлагает целый ряд эффективных здоровьесберегающих технологий, которые реализуются в ОУ СОШ «Первая Школа» с 2012 года и включены в программу «Школа – территория здоровья »:

- *Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности*: контроль за исправностью оборудования, соблюдением учащимися правил по охране труда и противопожарной безопасности, беседы о правилах поведения на перемене.
- *Экологические здоровьесберегающие технологии*: озеленение и увлажнение учебного кабинета, осуществление экологического образования на уроках окружающего мира, биологии, химии, во время внеурочной деятельности на занятиях по программе «Биологическая картина мира», в процессе реализации проектно-исследовательской деятельности.
- *Защитно – профилактические технологии*: выполнение СанПиН.
- *Компенсаторно - нейтрализующие технологии*: Продолжительность урока – 40 минут, нелинейное расписание занятий. В связи с этим решена достаточно

сложная задача по интеграции оздоровительного процесса в учебный план в расписании занятий школы. В учебный план включены 3 часа физкультуры, минутки здоровья с учетом возрастных особенностей детей, во внеурочное время проводятся оздоровительные занятия («Спортивные игры» 1-11 классы, посещение бассейна, «ЗОЖ» - в старших классах). В основе этих курсов лежит формирование у учащихся мотивации на сохранение здоровья. В режим работы школы в обязательном порядке введены утренняя физзарядка и физкультминутки на уроках, эмоциональные разрядки и «минутки покоя», релаксационные упражнения; создание благоприятной атмосферы и ситуаций успеха.

- *Сохранение умственного здоровья, создание системы профилактики школьной неуспешности:* использование индивидуальных маршрутов, схем, алгоритмов правил, тематических модулей; чередование видов активности. Не менее важным механизмом реализации сохранения и укрепления здоровья учащихся выступает содержание учебных предметов. Несомненно, каждая изучаемая в школе дисциплина в той или иной степени создает условия для осознания учащимися ценности здоровья и здорового образа жизни.
- *Сохранение физического и нравственного здоровья:* создание благоприятной пространственной среды, доверительной системы отношений, психолого-педагогическое сопровождение учащихся.

Перечисленные выше здоровьесберегающие технологии являются непосредственно базовой основой программы «Школа – территория здоровья», разработанной для учащихся 1 -11 классов и рассчитанной на 4 года.

Программа «Школа – территория здоровья» является составляющей частью Программы воспитания ОУ СОШ «Первая Школа», **основными направлениями деятельности** которой по здоровьесбережению являются:

- осознание обучающимися ценности экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;
- формирование установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей;
- осознанное отношение обучающихся к выбору индивидуального рациона здорового питания;
- формирование знаний о современных угрозах для жизни и здоровья людей, в том числе экологических и транспортных, готовности активно им противостоять;
- овладение современными оздоровительными технологиями, в том числе на основе навыков личной гигиены;
- формирование готовности обучающихся к социальному взаимодействию по вопросам улучшения экологического качества окружающей среды, устойчивого развития территории, экологического здоровьесберегающего просвещения населения, профилактики употребления наркотиков и других психоактивных веществ, профилактики инфекционных заболеваний;
- убежденности в выборе здорового образа жизни и вреде употребления алкоголя и табакокурения;
- осознание обучающимися взаимной связи здоровья человека и экологического состояния окружающей его среды, роли экологической культуры в обеспечении

личного и общественного здоровья и безопасности; необходимости следования принципу предосторожности при выборе варианта поведения.

3. Раздел «Модели организации работы».

В осуществлении своей деятельности школа использует **модели организации работы** по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни.

Модель обеспечения рациональной организации учебно-воспитательного процесса и образовательной среды предусматривает объединение педагогического коллектива в вопросе рациональной организации учебно-воспитательного процесса и образовательной среды, освоение педагогами школы совокупности соответствующих представлений, экспертизу и взаимную экспертизу рациональности организации учебно-воспитательного процесса и образовательной среды, проведение исследований состояния учебно-воспитательного процесса и образовательной среды. В обеспечении рациональной организации учебно-воспитательного процесса и образовательной среды отдельного ученического класса организаторскую роль призваны сыграть классный руководитель и воспитатель класса. Сферами рационализации учебно-воспитательного процесса являются:

- организация занятий (уроков) – нелинейное расписание;
- организация самоподготовки – индивидуальные карты развития II половины дня;
- организация посещения обучающимися занятий дополнительного образования
- комплекс кружков и секций спортивной направленности на базе школы: «ОФП», бассейн, пионербол, волейбол, футбол, настольный теннис, хореография, современные танцы;
- обеспечение использования различных каналов восприятия информации («технология выстраивания урока с учётом индивидуальных особенностей учащихся»);
- учет зоны работоспособности обучающихся (соблюдение режима дня, индивидуальная карта развития II половины дня);
- использование здоровьесберегающих технологий (программа «Школа – территория здоровья»).

Модель организации физкультурно-спортивной и оздоровительной работы предполагает формирование групп школьников на основе их интересов в сфере физической культуры и спорта (спортивные секции), организацию тренировок в секциях, проведение регулярных оздоровительных процедур и периодических акций, подготовку и проведение спортивных соревнований.

Массовые физкультурно-спортивные мероприятия оказывают влияние не только на непосредственных участников, но и на зрителей и болельщиков за счет зрелища, вследствие возникновения чувства соучастия и сопричастности, гордости за высокие достижения, смелые и решительные действия спортсменов. Формами физкультурно-спортивной и оздоровительной работы являются: спортивные соревнования, спортивная эстафета, спортивный праздник. Реализацию перечисленных форм и мероприятий обеспечивает программа внеурочной деятельности «Спортивные игры», занятия которой проводятся еженедельно, согласно расписанию.

*Примерный план спортивно-оздоровительных мероприятий программы
«Спортивные игры» на учебный год.*

<i>№ п\п</i>	<i>Название соревнований</i>	<i>Месяц</i>
1.	Соревнования по Бадминтону	Сентябрь
2.	Веселые старты	Сентябрь
3.	5 видов многоборья	Октябрь
4.	Осенняя спартакиада	Октябрь
5.	Игра перестрелка	Ноябрь
6.	Соревнования по баскетболу	Ноябрь
7.	Гимнастическая полоса препятствий	Декабрь
8.	Соревнования по мини-футболу	Декабрь
9.	Соревнования по скиппингу	Январь
10.	Силовые соревнования	Январь
11.	Лыжные соревнования	Январь
12.	Соревнования по пионерболу	Февраль
13.	Спортивно-патриотическая игра	Февраль
14.	Соревнования по конькобежному спорту	Февраль
15.	Соревнования по настольному теннису	Март
16.	Весенняя спартакиада	Март
17.	Соревнования по футболу	Апрель
18.	Эстафета	Апрель
19.	Соревнования по легкоатлетическому многоборью	Май
20.	Первенство за звание «Спортсмен года»	Май

Большое внимание в деятельности школы по здоровьесбережению уделяется *организации физкультурно-оздоровительной работы*, направленной на обеспечение рациональной организации двигательного режима, нормального физического развития и двигательной подготовленности, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- рациональную организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера;
- организацию занятий по ОФП;
- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий в рамках программы «Спортивные игры».

Модель профилактической работы предусматривает определение «зон риска» (выявление обучающихся, вызывающих наибольшее опасение; выявление источников опасений – групп и лиц), разработку и реализацию комплекса адресных мер, используются возможности профильных организаций – медицинских, правоохранительных, социальных. Профилактика чаще всего связана с употреблением психоактивных веществ обучающимися, а также с проблемами детского дорожно-транспортного травматизма. В ученическом классе профилактическую работу организуют классный руководитель и воспитатель, в школе зам.директора по ВР.

Профилактические мероприятия среди учащихся	Сроки	Ответственные
Создание банка данных учащихся с отклоняющимся поведением.	В течение года	Зам.директора по ВР, воспитатели
Оформление и ведение соответствующей документации.	В течение года	Зам.директора по ВР Педагог-психолог
Обновление банка данных.	План	Зам.директора по ВР Педагог-психолог
Проведение заседаний Совета профилактики.	По запросу	Зам.директора по ВР
Профилактическая работа со слабоуспевающими детьми, учащимися с отклоняющимся поведением.	По запросу	Педагог-психолог Воспитатели
Организация и проведение тематических встреч со специалистами (работниками прокуратуры, КДН, ПДН, с целью профилактики правонарушений среди учащихся).	По графику	Зам.директора по ВР
Проведение тематических мероприятий, классных часов по профилактике правонарушений: Тематический классный часы по ежегодному плану работы Совета профилактики.	Декабрь Февраль Март апрель	Воспитатели ГПД, кл.руководители, Специалисты НИИ, представители общественных организаций

Модель просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса рассчитана на большие учебные группы и является:

- внешней (предполагает привлечение возможностей других учреждений и организаций);
- внутренней (получение информации организуется в школе, в том числе одна группа обучающихся выступает источником информации для других групп);

- программной (системной, органически вписанной в образовательный процесс, служит раскрытию ценностных аспектов здорового и безопасного образа жизни, обеспечивает межпредметные связи);
- стихийной (осуществляется ситуативно, как ответ на возникающие в жизни школы, ученического сообщества проблемные ситуации, вопросы, затруднения, несовпадение мнений и т. д.; может быть организована как естественное разрешение проблемной ситуации).

Просвещение осуществляется через лекции, беседы, диспуты, экскурсионные программы, библиотечные мероприятия. В просветительской работе используются информационные ресурсы сети Интернет.

4. Раздел «Описание деятельности школы в области непрерывного экологического здоровьесберегающего образования обучающихся.»

Формирование осознанного отношения к собственному здоровью, устойчивых представлений о здоровье и здоровом образе жизни; факторах, оказывающих позитивное и негативное влияние на здоровье; формирование личных убеждений, качеств и привычек, способствующих снижению риска здоровью в повседневной жизни, включает несколько комплексов мероприятий.

Первый комплекс мероприятий формирует у обучающихся: способность составлять рациональный режим дня и отдыха; следовать рациональному режиму дня и отдыха на основе знаний о динамике работоспособности, утомляемости, напряженности разных видов деятельности; выбирать оптимальный режим дня с учетом учебных и внеучебных нагрузок; умение планировать и рационально распределять учебные нагрузки и отдых в период подготовки к экзаменам; знание и умение эффективно использовать индивидуальные особенности работоспособности; знание основ профилактики переутомления и перенапряжения.

Второй комплекс мероприятий формирует у обучающихся: представление о необходимой и достаточной двигательной активности, элементах и правилах закаливания, выбор соответствующих возрасту физических нагрузок и их видов; представление о рисках для здоровья неадекватных нагрузок и использования биостимуляторов; потребность в двигательной активности и ежедневных занятиях физической культурой; умение осознанно выбирать индивидуальные программы двигательной активности, включающие малые виды физкультуры (зарядка) и регулярные занятия спортом. Для реализации этого комплекса необходима интеграция с курсом физической культуры.

Третий комплекс мероприятий формирует у обучающихся: навыки оценки собственного функционального состояния (напряжения, утомления, переутомления) по субъективным показателям (пульс, дыхание, состояние кожных покровов) с учетом собственных индивидуальных особенностей; навыки работы в условиях стрессовых ситуаций; владение элементами саморегуляции для снятия эмоционального и физического напряжения; навыки самоконтроля за собственным состоянием, чувствами в стрессовых ситуациях; представления о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, факторах, их вызывающих, и условиях снижения риска негативных влияний; навыки эмоциональной разгрузки и их использование в повседневной жизни; навыки управления своим эмоциональным состоянием и поведением. В результате реализации данного комплекса обучающиеся получают представления о возможностях управления

своим физическим и психологическим состоянием без использования медикаментозных и тонизирующих средств.

Четвертый комплекс мероприятий формирует у обучающихся: представление о рациональном питании как важной составляющей части здорового образа жизни; знания о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья; готовность соблюдать правила рационального питания; знание правил этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности; представление о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа; интерес к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа; чувство уважения к культуре своего народа, культуре и традициям других народов. В результате реализации данного модуля обучающиеся должны быть способны самостоятельно оценивать и контролировать свой рацион питания с точки зрения его адекватности и соответствия образу жизни (учебной и внеучебной нагрузке).

Пятый комплекс мероприятий обеспечивает профилактику разного рода зависимостей: развитие представлений подростков о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему; расширение знаний обучающихся о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила; формирование адекватной самооценки, развитие навыков регуляции своего поведения, эмоционального состояния; формирование умений оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих; формирование представлений о наркотизации как поведении, опасном для здоровья, о неизбежных негативных последствиях наркотизации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности самореализации, достижения социального успеха; вовлечение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности; ознакомление подростков с разнообразными формами проведения досуга; формирование умений рационально проводить свободное время (время отдыха) на основе анализа своего режима; развитие способности контролировать время, проведенное за компьютером.

Реализация этого направления зависит от планирования деятельности администрации школы, учителя физической культуры, медицинских работников, психологов, а также классных руководителей, воспитателей, учителей и педагогов дополнительного образования.

Реализация дополнительных образовательных программ, направленных на повышение уровня знаний и практических умений обучающихся в области экологической культуры и охраны здоровья, предусматривает:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных занятий и мероприятий, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;
- организацию в образовательном учреждении кружков, секций, факультативов по избранной тематике;
- проведение тематических дней здоровья, интеллектуальных соревнований, конкурсов, праздников и т. п.

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности всех педагогов.

В качестве одного из дополнительных образовательных курсов может использоваться программа «Биологическая картина мира», направленная на выработку у школьников правил общения человека с природой для сохранения и укрепления их здоровья, экологически грамотного поведения в школе и дома.

Реализация дополнительных образовательных программ, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, предусматривает разные формы организации занятий: интеграцию в базовые образовательные дисциплины, факультативные занятия, занятия в кружках, проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий, организацию тематических дней здоровья.

5. Раздел «Методика и инструментальный мониторинг оздоровления и здоровьесбережения обучающихся.»

В целях получения объективных данных о результатах реализации программы «Школа – территория здоровья» и необходимости её коррекции целесообразно проводить систематический мониторинг в образовательном учреждении.

Основной **целью** мониторинга является изучение динамики оздоровления и здоровьесбережения в условиях специально организованной оздоравливающей и воспитательной деятельности в школе.

Это подразумевает решение **следующих задач:**

1. Диагностика начального состояния показателей здоровья обучающихся в школе, обеспечивающая сбор данных медицинских исследований на начальном этапе реализации образовательным учреждением Программы «Школа – территория здоровья».

2. Реализация школой основных направлений Программы оздоровления и здоровьесбережения обучающихся.

3. Диагностика результатов реализации школой основных направлений Программы оздоровления и здоровьесбережения обучающихся, обеспечивающая сбор данных медицинского и психолого-педагогического исследований после реализации Программы. Эта задача предполагает исследование **динамики** оздоровления и здоровьесбережения учащихся. Решением поставленной задачи занимаются сотрудники школы - медсестра Шумейко Г.И., педагог-психолог Васяева И.Ю., заместитель директора по ВР Пашута Л.А.

Методика мониторинга включает совокупность следующих *методических правил*:

- мониторинг вследствие отсроченности результатов оздоровления и здоровьесбережения обучающихся строится, с одной стороны, на отслеживании процессуальной стороны жизнедеятельности школьного сообщества, воспитательной деятельности педагогических работников, мероприятий медицинского состава школы, а с другой, на изучении индивидуальной медицинских показаний учащихся школы;
- при разработке и осуществлении программы мониторинга сочетаются общие цели и задачи оздоровления, здоровьесбережения и воспитания обучающихся, задаваемые ФГОС, и специфические, определяемые социальным окружением школы, традициями, укладом образовательной организации и другими обстоятельствами;

- комплекс мер по мониторингу ориентированы, в первую очередь, не на контроль за деятельностью педагогов, а на совершенствование их деятельности, направленной на обеспечение процессов оздоровления и здоровьесбережения, а также воспитания обучающихся;
- мониторинг носит медицинско-административный характер, включив и объединив в этой работе администрацию школы, представителей различных служб (медика, психолога). Мониторинг предполагает чрезвычайно простые, прозрачные, формализованные процедуры диагностики;
- предлагаемый мониторинг не существенно увеличивает объем работы, не приносит дополнительные сложности в отчетность, не ухудшает ситуацию в повседневной практике педагогического и медицинского состава, своей деятельностью обеспечивающих реализацию задач оздоровления и здоровьесбережения, поэтому целесообразно проводить его в рамках традиционных процедур, модернизировав их в контексте ФГОС;
- в работе предусмотрено постепенное совершенствование методики мониторинга (предполагается поэтапное внедрение данного средства в практику деятельности школы).

Инструментарий мониторинга оздоровления и здоровьесбережения обучающихся включает следующие элементы:

- профессиональная и общественная экспертиза планов и программ оздоровления, здоровьесбережения и воспитания обучающихся на предмет следования требованиям ФГОС и учета специфики общеобразовательного учреждения (социокультурное окружение, уклад школьной жизни, запрос родителей и общественности, личные ресурсы);
- периодический контроль за исполнением планов деятельности, обеспечивающей оздоровление и здоровьесбережение, воспитание обучающихся;
- профессиональная и общественная экспертиза отчетов об обеспечении оздоровления и здоровьесбережения обучающихся на предмет анализа и рефлексии изменений, произошедших благодаря деятельности педагогов и медицинских работников в жизни школы, ученических групп (коллективов), отдельных обучающихся.

6. Раздел «Критерии и показатели эффективности деятельности ОУ СОШ «Первая Школа» по здоровьесбережению и укреплению здоровья обучающихся.»

Образовательное учреждение самостоятельно разрабатывает критерии и показатели эффективности реализации программы исходя из особенностей региона, контингента обучающихся, социального окружения, выбранного направления программы.

Мониторинг реализации Программы включает:

- аналитические данные об уровне представлений обучающихся о проблемах охраны окружающей среды, своём здоровье, правильном питании, влиянии психотропных веществ на здоровье человека, правилах поведения в школе и вне школы, в том числе на транспорте;
- отслеживание динамики показателей здоровья обучающихся: общего показателя здоровья, показателей заболеваемости органов зрения и опорно-двигательного аппарата;

- отслеживание динамики травматизма в образовательном учреждении, в том числе дорожно-транспортного травматизма;
- отслеживание динамики показателей количества пропусков занятий по болезни;
- включение в доступный широкой общественности ежегодный отчёт образовательного учреждения обобщённых данных о сформированности у обучающихся представлений об экологической культуре, здоровом и безопасном образе жизни.

Мониторинг состояния здоровья учащихся школы за период 2016-2018 г.
Динамика состояния здоровья учащихся.

Классы	% учащихся с заболеваниями	2016-2017 учебный год	2017-2018 учебный год	2018-2019 учебный год
Начальная школа	Всего учащихся	54	56	59
	% учащихся с хроническими заболеваниями	6,9%	10,7%	15,2%
	% учащихся освобождённых от уроков физкультуры	—	—	1,7%
5-9 классы	Всего учащихся	58	63	58
	% учащихся с хроническими заболеваниями	6,7%	30%	16,9%
	% учащихся освобождённых от уроков физкультуры	1,7%	1,6%	1,7%
10-11 классы	Всего учащихся	12	11	15
	% учащихся с хроническими заболеваниями	8%	27%	10,7%
	% учащихся освобождённых от уроков физкультуры	—	—	—

Информация заболеваемости детей по возрастам в 2016-2017 учебном году.
(I полугодие)

№ п/п	Классы	Заболевание			
		Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь
1	1 класс Всего детей 19	ОРВИ-1 О.Ринит-1	Ветряная оспа-1 ОРВИ-2,ОРЗ-	ОРВИ-2 Бронхит-1	Ринофарингит-2 О.Тонзилит-

			2, О.Синусит-2 Аденоидит-1 ВСД-1, Отит-1		1 ОРВИ-3
	Итого по классу	2 заболевания	10 заболеваний	3 заболевания	6 заболеваний
2	2 класс Всего детей 9	ОРВИ-2 Ларинготрахеит-1	ОРЗ-1	ВСД-1	ОРВИ-2
	Итого по классу	3 заболевания	1 заболевание	1 заболевание	2 заболевания
3	3 класс Всего детей 11	ОРВИ-1	Растяжение связки-1	-	-
	Итого по классу	1 заболевание	1 заболевание	нет	нет
4	4 класс Всего детей 15	ОРЗ-1, ОРВИ-3 О.ринофарингит-1 Фарингит-1 О.ларингит-1 О, бронхит-1 Отит-1	-	-	Ринофарингит-1 О.фарингит-1 ОРВИ-5 Назофарингит-1 О.ринофарингит-2
	Итого по классу 14	9 заболеваний	нет	нет	10 заболеваний
5	5 класс Всего детей	Острый верхнечелюстной синусит-1	ОРВИ-2	Паховая грыжа-1 ВСД-1	Функция нарушения ЖКТ-1 ОРВИ-2 О.Трахеит-1 О.Риносинусит-1
	Итого по классу 18	1 заболевание	2 заболевания	2 заболевания	5 заболеваний
6	6 класс Всего детей	Ушибы-1 ОРВИ-2	-	ОРВИ-2	ОРВИ-5 ОРЗ-1 О.трахеит-1
	Итого по классу 11	3 заболевания	нет	2 заболевания	7 заболеваний
7	7 класс Всего детей 11	Бронхиальная астма -1	ОРВИ-1	Вазомоторный ринит-1	О.ринофарингит-1, ОРВИ-6 О.риносинусит-1

					О,трахеит-1 О.ббронхит-1
	Итого по классу	1 заболевание	1 заболевание	1 заболевание	10 заболеваний
8	8 класс Всего детей 9	ОРВИ-3 Ротавирус -1	-	ОРВИ-2	-
	Итого по классу	4 заболевания	нет	2 заболевания	нет
9	9 класс Всего детей 8	-	-	-	Повреждение связок-1 Болезнь шляттера-1
	Итого по классу	нет	нет	нет	2 заболевания
10	10 класс Всего детей 5	-	-	-	ОРВИ-1
	Итого по классу	нет	нет	нет	1 заболевание
11	11 класс Всего детей 7	-	-	-	ОРВИ-2
	Итого по классу	нет	1 заболевание	нет	2 заболевания
	ИТОГО по школе	24 заболевания	16 заболеваний	11 заболеваний	45 заболеваний

(II полугодие)

№ п/п	Классы	Заболевание				
		Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
1	1 класс Всего детей 19	Грипп-1	ОРВИ-1	Растяжение связок-1 О.ринофарингит-1	Бронхит-1 Орви-1	ОРВИ-1
	Итого по классу	1 заболевание	1 заболевание	2 заболевания	2 заболевания	1 заболевание
2	2 класс Всего детей 9	Ларингтит -1	-	-	-	-
	Итого по классу	1 заболевание	нет	нет	нет	нет
3	3 класс Всего детей 11	-	-	ОРВИ-3	-	-
	Итого по	нет	нет	3	нет	нет

	классу			заболевани я		
4	4 класс Всего детей 15	О.верхнеч елюстной синусит-1 Функц. расстройст во ЖКТ-1 ОРВИ-1 О.бронхит -1	ОРЗ-1 ОРВИ-1 Грипп-1	ОРВИ-2	ОРВИ-2 О.риносин усит-1	ОРВИ-1 Отит-1
	Итого по классу	4 заболевани я	3 заболевани я	2 заболевани я	3 заболевани я	2 заболеван ия
5	5 класс Всего детей 18	О.риносин усит-1 ОРВИ-2 Ларенгит- 1	ОРВИ-2	ОРВИ-2 ЗЧМТ-1 О.тонзили т-1 О.риносин усит-1	-	О.трахеит -1 ОРВИ-1
	Итого по классу	4 заболевани я	2 заболевани я	5 заболевани й	нет	2 заболеван ия
6	6 класс Всего детей 11	О.назофар ингит-1	-	О.назофар ингит-1 ОРВИ-1	Ушиб Вп.правой верхней кон-чи-1 ЗЧМТ-1	ОРВИ-1 О.ларинг отрахеит- 1
	Итого по классу	1 заболевани е	нет	2 заболевани я	2 заболевани я	2 заболеван ия
7	7 класс Всего детей 11	ОРВИ-2	О.назофар инготонзи лит-2 ОРВИ-1	Назофарин гит-1	-	-
	Итого по классу	2 заболевани я	3 заболевани я	1 заболевани е	нет	нет
8	8 класс Всего детей 9	-	-	О.ринофар ингит-1 Вросший ноготь-1	-	Ротовиру сная ин-я -1
	Итого по классу	нет	нет	2 заболевани я	нет	1 заболеван ие
9	9 класс Всего детей	-	-	-	-	-

	8					
	Итого по классу	нет	нет	нет	нет	нет
10	10 класс Всего детей	-	-	-	-	-
	Итого по классу	нет	нет	нет	нет	нет
11	11 класс Всего детей	-	-	О.ларингит-1	-	-
	Итого по классу	нет	нет	1 заболевание	нет	нет
	ИТОГО по школе	11 заболеваний	9 заболеваний	18 заболеваний	7 заболеваний	8 заболеваний

Информация заболеваемости детей по возрастам в 2017-2018 учебном году.

(I полугодие)

№ п/п	Классы	Заболевание			
		Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь
1	1 класс Всего детей 11	Гипертрофия небных миндалин-1 О.Бронхит-1	Атопический дерматит-1 Аденоидит-1 Отит-2 ОРВИ-1	Острая нижнедолевая левосторонняя пневмония-1	-
	Итого по классу	2 заболевания	5 заболеваний	1 заболевание	нет
2	2 «а» и 2 «б» классы Всего детей 18	ОРВИ-1	ОРВИ-2 Ринофарингит-1	О.Фарингит-1 ОРВИ-4 Функциональное расстройство ЖКТ-1	О.Ринофарингит-1 ОРВИ-1 Трахеобронхит-1 ОРЗ-1
	Итого по классу	1 заболевание	3 заболевания	6 заболеваний	4 заболевания
3	3 «А» и 3 «Б» классы Всего детей 13	-	-	Хронический тонзиллит-1	ОРВИ-1 Фарингит-1
	Итого по классу	нет	нет	1 заболевание	2 заболевания
4	4 класс Всего детей	ОРВИ-2 Ринофарингит	-	ОРВИ-2	ОРВИ-1 О.верхнеч

	14	т-2 О.верхнечел юстной синусит-1 ОРЗ-1			елюстной синусит-1
	Итого по классу	6 заболеваний	нет	2 заболевания	2 заболевани я
5	5 класс Всего детей15	ОРВИ-1	Растяжение грудного отдела позвоночника- 1 О.Назофаринг ит-1	-	ОРВИ-2 О.Трахеит- 1
	Итого по классу	1 заболевание	2 заболевания	нет	3 заболевани я
6	6 «а» и 6 «б» классы Всего детей 19	ОРВИ-2 О.Фарингит- 1 Растяжение коленного сустава-1	ОРВИ-2	Ушиб правого локтевого сустава-1 ОРВИ-1 Фарингит-1	ОРВИ-1 Аденоидит -1 Перелом Пястной кости (справа)-1
	Итого по классу	4 заболевания	2 заболевания	3 заболевания	3 заболевани я
7	7 класс Всего детей 12	ОРВИ-2 Функционал ьное расстройство ЖКТ-1 О.Верхнечел юстной синусит-1 Ушиб I,Пальца правой кисти-1	ОРВИ-1	О.Верхнечелюс тной синусит-1	ОРВИ-1 ОРЗ-1
	Итого по классу	5 заболеваний	1 заболевание	1 заболевание	2 заболевани я
8	8 класс Всего детей 9	О.Ларингит- 1	-	-	-

	Итого по классу	1 заболевание	нет	нет	нет
9	9 класс Всего детей 8	О.Ринофарингит-1 ОРВИ-1	-	-	О.Ринофарингит-1 ВСД-1 О.Конъюнктивит-1 Поверхностный ушиб грудной клетки-1
	Итого по классу	2 заболевания	нет	нет	4 заболевания
10	10 класс Всего детей 5	-	-	-	-
	Итого по классу	нет	нет	нет	нет
11	11 класс Всего детей 6	-	-	-	-
	Итого по классу	нет	нет	нет	нет
	ИТОГО по школе	22 заболевания	13 заболеваний	14 заболеваний	20 заболеваний

(II полугодие)

№ п/п	Классы	Заболевание				
		Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
1	1 класс Всего детей 11	-	-	-	-	О.Ларингит-1
	Итого по классу	нет	нет	нет	нет	1 заболевание
2	2 «а» и 2 «Б» классы Всего детей	ОРВИ-1 Острый средний отит-1	Бронхит-1	О.Верхнечелюстной синусит-1 Трахеит-1	Бронхит-1 Хр. Тонзиллит-1	О.Бронхит-1
	Итого по классу	2 заболевания	1 заболевание	2 заболевания	2 заболевания	1 заболевание
3	3 «а» и 3 «б»	-	-	Ушиб	-	-

	классы Всего детей 13			левого коленного сустава-1		
	Итого по классу	нет	нет	1 заболевани е	нет	нет
4	4 класс Всего детей 14	-	ОРВИ-2 О.Гаймори т-1 Конъюкте вит-1	Левосторо нный отит- 1	Ушиб левой стопы-1	Спазм аккомода ции-1 ОРВИ-1 Аллергич еский рени-1
	Итого по классу	нет	4 заболевани я	1 заболевани е	1 заболеван ие	3 заболеван ия
5	5 класс Всего детей 15	-	О.Тонзили т-1 Синусит-1 ОРВИ-1	ОРВИ-1	ОРВИ-2	О.Фаринг ит-1
	Итого по классу	нет	3 заболевани я	1 заболевани е	2 заболеван ия	1 заболеван ие
6.	6 «а» и 6 «б» классы Всего детей 19	ОРВИ-4 О.Назофа рингит-1	Внутренне е поражение коленноно сустава-1 ОРВИ-1 Миозит-1 Фарингит- 1 Двухсторо нный синусит-1	Тонзилит- 1 Аденоидит -1 О.Назофар ингит-1 ОРВИ-1 О.Бронхит -1	ОРВИ-2 Ушиб I пальца правой кисти-1 Назофари нгит-1	ОРВИ-1
	Итого по классу	1 заболеван ие	5 заболевани й	5 заболевани й	4 заболеван ия	1 заболеван ие
7	7 класс Всего детей 12	-	-	ФРЖКТ-1	Трахеит- 1	ОРВИ-1
	Итого по классу	нет	нет	1 заболевани е	1 заболеван ие	1 заболеван ие
8	8 класс Всего детей 9	О.Конъю ктевит-1	-	-	ОРВИ-1	-

	Итого по классу	1 заболевание	нет	нет	1 заболевание	нет
9	9 класс Всего детей 8	ОРВИ-1	-	Лакунарная ангина-1	-	-
	Итого по классу	1 заболевание	нет	1 заболевание	нет	нет
10	10 класс Всего детей 5	-	-	-	-	-
	Итого по классу	нет	нет	нет	нет	нет
11	11 класс Всего детей 6	-	-	-	-	-
	Итого по классу	нет	нет	нет	нет	нет
	ИТОГО по школе	5 заболеваний	13 заболеваний	12 заболеваний	11 заболеваний	8 заболеваний

Количество обучающихся по группам здоровья.

Классы	Группы здоровья	2016-2017 учебный год	2017-2018 учебный год	2018-2019 учебный год
1-4	I группа	8	11	10
	II группа	46	32	42
	III группа	13	12	6
	IV группа	1	1	-
5-9	I группа	5	13	6
	II группа	38	32	36
	III группа	15	18	13
	IV группа	-	-	-
10-11	I группа	2	7	-
	II группа	4	9	10
	III группа	6	5	5
	IV группа	-	-	-

- С целью снижения показателей хронических заболеваний в школе запланированы и проводятся **лечебно-оздоровительные мероприятия**:
- Проведение диспансерного наблюдения совместно с медсестрой, психологом раз в год.
 - В «Медицинской карте ребенка № 026/Ц» проставление отметок сроков проводимых осмотров, динамики течения процесса и рекомендаций лечебно-

- оздоровительных мероприятий.
- При острых заболеваниях помещение ребенка на лечение в стационар (больницу). После проведенного лечения выписка домой под наблюдение участкового врача-педиатра. Детям разрешается посещение школы с освобождением от уроков физкультуры в зависимости от заболевания (травмы).

Физическое воспитание учащихся в специальных медицинских группах имеет следующие задачи:

- улучшение функционального состояния и предупреждение прогрессирования болезни;
- повышение физической работоспособности;
- снятие утомления и повышение умственной работоспособности;
- воспитание потребности в закаливании, занятиях оздоровительной физкультурой, то есть ведение здорового образа жизни.

Эффективность физического воспитания в специальных медицинских группах зависит от систематичности занятий (3—5 раз в неделю), адекватности нагрузок, сочетания физических нагрузок с закаливанием, диетой и другими методами.

Основными средствами физического воспитания в специальных медицинских группах является дозированные физические упражнения.

В зависимости от функционального состояния, тренированности и течения заболевания нагрузки вначале должны быть малой интенсивности, затем средней. Контроль за реакцией сердечно-сосудистой системы осуществляют по ЧСС, ЧД, самочувствию, переносимости нагрузок.

Для кардиореспираторной системы проводить циклические упражнения, при травмах и заболеваниях ОДА — плавание, тренажерные занятия, упражнения с гимнастической палкой, мячами, эластичными бинтами, у гимнастической стенки.

Со школьниками, страдающими заболеваниями сердечно-сосудистой системы:

- групповой метод занятий (желательно на свежем воздухе: в парке или в сквере, то есть необходимость закалывающего эффекта занятий);
- урок строить так, чтобы преобладали циклические упражнения (различные виды ходьбы, бега, сочетание бега и ходьбы, лыжные прогулки, катание на коньках и др.);
- исключаются упражнения с задержкой дыхания, натуживанием, на тренажерах и т.п.

В процессе занятий необходим контроль за частотой сердечных сокращений и дыханием, цветом кожи и общим состоянием.

С заболеваниями органов дыхания, занятия необходимо проводить групповым методом на свежем воздухе. В урок включать ходьбу, дозированный бег в сочетании с ходьбой и дыхательными упражнениями, лыжные прогулки, катание на коньках, игры, эстафеты и др. В холодную и ветреную погоду не следует проводить занятия на улице, особенно страдающим бронхиальной астмой. При проведении занятий в зале необходимо развивать правильное ритмичное дыхание, а также дыхание с акцентом на выдохе (особенно больным бронхиальной астмой, обструктивным бронхитом и др.).

У детей с аллергическими заболеваниями необходимо выяснить провоцирующие факторы и записать в карте, на какие препараты возникают аллергические реакции, какие продукты питания следует исключить из рациона.

При респираторных аллергиях и бронхиальной астме вне приступа проводить закаливающие процедуры, занятия физкультурой (ходьба в сочетании с бегом, лыжные прогулки, езда на велосипеде и пр.), лечебная физкультура.

При хроническом тонзиллите проводить промывание лакун, полоскание горла отварами из трав, общее УФ-облучение, а также УФ-облучение стоп и горла, витаминизацию (особенно осенью и весной витамином С). Систематически проводить закаливающие процедуры, занятия физкультурой.

Детям с нарушением осанки, сколиозом в занятия включить упражнения у гимнастической стенки, с набивными мячами, с гимнастической палкой, с резиновыми амортизаторами, упражнения на вытяжение; занятия на тренажерах — для развития мышечного корсета (в исходном положении лежа на спине, лежа на спине с небольшим подъемом таза, чтобы исключить компрессию на позвоночник; после занятий — вытяжение на гимнастической стенке), а также плавание способом брасс (включение плавания в ластах, с лопаточками, резиновых кругах на ногах и др.)

Значительную роль в здоровьесбережении обучающихся играет благоприятный психологический микроклимат в школе. Обеспечивает и отслеживает ситуацию комфортности обучения школьный психолог, который реализует рабочую программу, разработанную на основе программы формирования психологического здоровья школьников «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О.В.Хухлаевой, г.Москва.

Программа предназначена для обучающихся 1-7 классов.

Проблема профилактики нарушений психологического здоровья учащихся, формирования и сохранения психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, т.к. учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся учащиеся 1 и 5 классов, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым новым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

Целью программы психологического здоровья школьников является:

- формирование и сохранение психологического здоровья;
- профилактика нарушений психологического здоровья учащихся.

Предлагаемая программа психологических занятий направлена на профилактику нарушений, формирование и сохранение психологического здоровья учащихся, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития

личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Курс групповых психологических занятий с учащимися направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника;
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях;
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;
- способность справляться со страхами, обидами, гневом;
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам;
- умение лучше понимать себя и других;
- умение брать на себя ответственность за свои поступки;
- способность адекватно оценивать себя и других;
- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- способность успешно преодолевать возрастные кризисы;
- успешная адаптация в социуме.

Мониторинг состояния здоровья учащихся позволяет отследить динамику состояния здоровья учащихся и заболеваемости, выявить причины и факторы, влияющие на здоровье детей, и, соответственно, разработать план мероприятий здоровьесбережения обучающихся и дать рекомендации учителям.

***Сигнальная карта учащихся ОУ СОШ «Первая Школа»
на 2018-2019 учебный год.***

ФИО учащегося	Дата рожден ия	Клас с	Группа здоровь я	Физкульту рная группа	Диагноз	Рекомендац ии
Дройская Людмила Андреевна	17.11.2 006	6	Д-III	Специальн ая А	Хронический пиелонефрит. Аденоиды I- II ст.	- Наблюдени е нефролога, ЛОР -Избегать переохлажд ений
Кутермин Олег Александр ович	31.03.2 009	3 «а»	Д-III	Подготови тельная	Бронхиальная астма в стадии ремиссии, Сложный астегматизм	- Наблюдени е аллерголога , Лор -Сидеть не далее 2-й парты
Умиршина Алина Сакеновна	22.09.2 009	3 «а»	Д-II	Подготови тельная	Атопический дерматит стадия	- Наблюдени е

					ремиссии	аллерголога , - Строгая диета
Умиршин АлиханСак енович	04.10.2 007	5	Д-П	Подготови тельная	Атопический дерматит стадия ремиссии	- Наблюдени е аллерголога , -Строгая диета
Рыльский Игорь Алексееви ч	05.06.2 006	6	Д - III	Специальн ая А	Декомпенсиров анный хр. Тонзиллит. Гиперактивност ь	- Наблюдени е ЛОР, невролога
Савилова Ксения Александр овна	13.06.2 006	6	Д - III	Подготови тельная	Врождённый порок сердца. Приведение стоп.	- Наблюдени е кардиолога, ортопеда -ЛФК
Карташёв Алексей Сергеевич	17.02.2 005	7 «а»	Д-III	Подготови тельная	Агенезия левой почки. Полиноз	- Наблюдени е аллерголога , нефролога
Богданов Роман Сергеевич	13.05.2 005	7 «б»	Д-III	Специальн ая А	ММД, Гипертрофия нёбных миндалин	- Наблюдени е ЛОР - Наблюдени е кардиолога
Бородкин Павел Сергеевич	19.08.2 004	8	Д-III	Специальн ая А	Спазм аккомодации, Искривление перегородки носа,Миопия 2 степени, МАРС, вялая осанка	- Наблюдени е окулиста, -Ортопеда, ЛОР, -Невролога, -Посадка 1- 2 парта средний ряд
Пилюгина София Павловна	23.01.2 001	10	Д-III	Подготови тельная	Миопия ср. степени. Высокорослост ь	- Наблюдени е окулиста -Посадка в классе 1-2

						парта, ср.ряд
Литвина Дарья Сергеевна	12.12.2 003	9	Д-III	Специальн ая Б	Вазомоторный ринит,Болезнь ШейерманаМау , Кифоскалиоз, Спазм аккомодации	- Наблюдени е ортопеда, -Окулиста, -Лора
Лавренов Кирилл Сергеевич	01.09.2 000	11	Д-III	Специальн ая А	Уплотнение сводов стоп, Искривление перегородки носа, ВСД	- Наблюдени е ЛОРА, - Наблюдени е невролога

В ОУ СОШ «Первая Школа» на постоянной основе функционирует **медицинский кабинет здоровья**, целью деятельности которого является создание условий для повышения мотивации обучающихся педагогов и родителей на формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:

- сделать кабинет здоровья центром координационной работы по формированию здорового образа жизни в школе;
- пропаганда здорового образа жизни;
- привить обучающимся знания, умения и навыки, необходимые для принятия разумных решений по сохранению личного здоровья, а также сохранению и улучшению безопасной и здоровой среды обитания;
- воспитать у обучающихся осознанное отношение к своему здоровью, физической культуре и потребность в ведении здорового образа жизни;
- организовать работу с родителями по вопросам здоровьесбережения;
- планирование работы с учителями по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса;
- укрепить материально – техническую базу школы с целью создания условий для сохранения здоровья;
- создать условия для социальной адаптации обучающихся;
- создать банк данных для учителей, родителей и обучающихся.

План работы кабинета здоровья на 2018-2019 учебный год.

№	Мероприятия	Виды работы	Проведение
1	День Сердца	беседа и анкетирование (8-9 кл.)	октябрь
2.	«Профилактика болезней грязных рук»	1-11 классы	ноябрь
3.	«Путешествие в страну здоровья»	Праздник в начальной школе	декабрь
4.	«Между нами, девочками»	Беседа (7-9 кл.)	февраль
5.	Здоровым быть здорово!	Конкурс рисунков (1-4 кл.)	март

		Выпуск буклетов (5-9 кл.)	
6.	День здоровья Фестиваль презентаций «Здоровый образ жизни»	Подготовка и представление презентаций (5-9 кл.)	апрель
7.	Лето и закаливание	Классные часы	май

Деятельность медицинского персонала школы направлена не только на сохранение здоровья обучающихся, профилактику заболеваемости, но и на привитие здорового образа жизни. Для стабильного улучшения ситуации по сохранению и оздоровлению обучающихся предусмотрен

План лечебно-оздоровительной работы на 2018 -2019 учебный год

№	Наименование мероприятия	Срок исполнения	Ответственный исполнитель
1.Организационные мероприятия			
1.	Провести проверку санитарного состояния школы перед началом учебного года и определить готовность школы к приему учащихся.	Август	Медсестра, зам.директора по АХЧ
2.	Подготовить медицинский кабинет, обеспечить его необходимым инвентарем	Август- Сентябрь	Медсестра
3.	Проверить имеющуюся и подготовить новую необходимую мед.документацию.	Август- Октябрь	Медсестра
4.	Завести истории развития вновь поступивших детей, обновить у обучающихся	В течение года	Медсестра
2..Лечебно-профилактические мероприятия			
1.	Организовать и проверить медицинский осмотр всех учащихся школьников с хронической патологией: -определить мед.группу каждому учащемуся для занятий физкультурой; -организовать контроль за лечением учащихся с отклонениями в состоянии здоровья	октябрь- ноябрь В течение года	Медсестра Медсестра Медсестра
2.	Провести анализ результатов медицинских осмотров, довести сведения до учителей, занести данные с рекомендациями в лист здоровья	Ноябрь декабрь	Медсестра
3.	Провести флюорографическое обследование	Сентябрь- октябрь	Медсестра
4.	Проводить профилактику травматизма среди учащихся, организовать учет и	В течение года	Медсестра педагоги

	анализ всех случаев травм		
5.	Проводить амбулаторный прием в школе	В течение года	Медсестра
6.	Осуществлять контроль за физическим воспитанием учащихся, посещая 1 раз в месяц уроки физкультуры и занятия коррекционной гимнастики.	В течение года	Медсестра
3.Санитарно-противоэпидемические мероприятия			
1.	Составление плана проф.прививок совместно с врачом прививочной картотеки поликлиники	В течение года	Мед.сестра
2.	Проводить контроль за технологией приготовления пищи, мытья посуды, сроками реализации продуктов и готовой пищи	ежедневно	Медсестра
3.	Организовать учет и изоляцию инфекц. больных, проводить осмотры контактирующих	В течение года	Медсестра
4.	Осуществлять контроль за прохождением персоналом школы мед. проф.осмотров	В течение года	Медсестра
5.	Проводить осмотр персонала пищеблока на наличие гнойничковых и др. заболеваний, отмечать результаты в спец.журнале.	ежедневно	Медсестра
6.	Проводить осмотры на педикулез (подаватьэкстр. извещения)	1 раз в месяц	Мед.сестра
7.	Провести тестирование детей старше 15 лет на употребление наркотических средств (до 15 лет с согласия родителей)	сентябрь-октябрь	Медсестра
4.Санитарно-просветительные мероприятия			
1.	Составить план санитарно-просветительных мероприятий на год и ежемесячно, обеспечить их выполнение.	сентябрь и ежемесячно	Медсестра
2.	Проводить лекции и беседы для школьников по плану ("Здоровье школьника", "Организация рабочего дня школьника", "Гигиена тела, личная гигиена", "Основы рационального питания, привычки питания", "Профилактика возникновения нарушений зрения", "Социально-бытовые условия жизни и их роль в формировании здоровья", "Здоровье и будущая карьера", "Физическая активность", "Проведение досуга", "Потребление лекарств", "Отношение к своей внешности",	1 раз в четверть не менее 2х в месяц	медперсонал школы

	"Самооценка состояния здоровья", "Психическое здоровье", "Травматизм", "Инфекции передаваемые половым путем", "Профилактика потребления табака", "Профилактика потребления алкоголя", "Профилактика потребления наркотиков", "О роле фтора в профилактике кариеса", "Значение гигиены полости рта", "О профилактике болезней зубов и десен", "Ответственное сексуальное поведение", "Что такое быть родителем").		
3.	Принимать участие в организации и проведении дней здоровья	по плану школы	Медсестра
4.	Оформление информации в уголок здоровья	В течение года	Медсестра
5.	Проводить с персоналом школы лекции или беседы по вопросам санитарного состояния школы, профилактике инфекционных заболеваний, личной гигиене и др. с учетом эпидемиологической обстановки.	В течение года	Медсестра
5. Аналитическая деятельность			
1.	Анализ заболеваемости школьников	декабрь	Медсестра
2.	Анализ деятельности медицинского кабинета	май	Медсестра

Деятельность медицинского персонала школы тесно связана с педагогическим процессом и здоровьесберегающих технологий в нём.

Совместный план здоровьесберегающих мероприятий медицинского персонала и участников педагогического процесса на 2018-2019уч.год.

<i>№ п/п</i>	<i>Содержание работы</i>	<i>Срок исполнения</i>	<i>Ответственный</i>	<i>Ожидаемый результат</i>
I Организация здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса				
1	Накопление базы данных о состоянии здоровья и физического развития обучающихся.	Сентябрь, октябрь	Медиц.работник, классные руководители	Контроль за здоровьем и физическим развитием, возможность своевременной коррекции здоровья

2	Организация внеурочной деятельности	В течение года	Зам.по воспитательной работе, завуч, руководители кружков	Формирование здорового образа жизни школьников.
3	Поддержание надлежащих санитарно-гигиенических норм: соблюдение воздушно-светового, питьевого режима в школе; подбор школьной мебели в зависимости от возраста учащихся; организация горячего питания в школьной столовой.	В течение года	Медиц.работник, Зам.дир-ра по АХЧ	Повышение адаптационных возможностей детского организма и стабилизация уровня обученности при переходе учащихся с одной ступени обучения на другую.

II Информационно – аналитическая деятельность

1	Накопление теоретического и мультимедийного материала о здоровом образе жизни	В течение года	Зам.по воспитательной работе	Применение материалов о здоровье и здоровом образе жизни при проведении общешкольных мероприятий, на занятиях учителей-предметников.
2	Размещение на сайте школы информации, направленной на формирование здорового образа жизни школьников образовательного учреждения.	В течение года	Зам по воспитательной работе	Формирование здорового образа жизни школьников.
3	Оформление информационных стендов по профилактике детского травматизма, профилактике инфекционных	В течение года	Медиц.работник, учитель биологии	Снижение детского травматизма, увеличение доли обучающихся, обладающих необходимой информацией

	болезней, пропаганде здорового образа жизни			
III Работа с учащимися				
1	Проведение инструктажа по соблюдению правил техники безопасности во время уроков, при проведении внеклассных и внешкольных мероприятий.	В течение года	Классные руководители, воспитатели учителя- предметники	Обеспечение здоровых и безопасных условий образовательного процесса.
2	Организация уроков физической культуры с учетом мониторинга уровня физического здоровья и индивидуальных особенностей учащихся	В течение года	Учитель физкультуры	Поддержка, укрепление и развитие физического здоровья школьников
3	Организация движения «Самый здоровый класс»	В течение года	классные руководители, медиц. работник	Формирование устойчивой привычки здорового образа жизни
4	Организация занятий для первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды	Сентябрь - октябрь	Кл. руководитель 1 класса, психолог,	Адаптация первоклассников к условиям школьной образовательной среды
5	Оказание психолого- педагогической помощи обучающимся педагогом- психологом.	По мере необходимости	педагог- психолог	Укрепление психологического здоровья обучающихся
6	Участие в общешкольных и районных здоровьесберегающих мероприятиях – беседы,	В течение года	Классные руководители, зам. дир-ра по ВР, медицинск. работник,	Получение теоретических знаний о сохранении здоровья, использование их

	презентации, просмотр видео и т.д.		учитель физкультуры	практически.
7	Участие во Всероссийском Дне здоровья	Апрель	Медиц. работник, классные руководители, организатор ВР	Активизация ЗОЖ учащихся, педагогов и родителей
8	Организация и проведение встреч с работниками ЦРБ	В течение года	Медиц.работник	Пропаганда ЗОЖ, культуры собственного здоровья
9	Проведение бесед о вреде табакокурения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных веществ	В течение года	Медиц.работник, классные руководители, зам. директора по ВР	Повышение культуры ЗОЖ у учащихся

IV Работа с родителями

1	Проведение консультаций для родителей по проблеме сбережения здоровья детей	В течение года	психолог, классные руководители, медиц.работник	Оказание помощи родителям в процессе воспитания детей
2	Организация отдыха, спортивных соревнований, классных часов с привлечением родителей учащихся	В течение года	Классные руководители, учителя физкультуры, медиц.работник	Постепенное уменьшение заболеваемости учащихся с привитием привычек ЗОЖ

V Работа с учителями

1	Организация работы учителей- предметников в кабинете здоровья.	В течение года	Классные руководители, медиц. работник	Использование материалов и возможностей кабинета на уроках
2	Создание банка различных вариантов физкультминуток для учащихся нач. школы	В течение года	Учителя нач. классов, медиц. работник	Активность учащихся и учителей в разработке, организации и проведении физкультминуток на уроках.
3	Разработка методических	В течение года	Администрация школы, учителя,	Использование материала в

	пособий, а также буклетов, памяток, листовок, плакатов для учащихся по темам: Гигиена труда и отдыха. Рациональное питание. Профилактика нарушений зрения. Профилактика нарушений осанки и детского травматизма. Профилактика табакокурения, употребления алкоголя и наркотических веществ т.д.		медиц.работник	урочной и внеурочной деятельности
--	---	--	----------------	-----------------------------------

Правильно построенный учебно-воспитательный процесс, с внедрёнными в него новыми технологиями и методиками здоровьесберегающего обучения, способны сохранить и укрепить здоровье учащихся, обеспечить формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью, здорового образа жизни всех участников образовательного процесса.

Можно выделить следующие **критерии эффективной реализации Программы** формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

- отсутствие нареканий к качеству работы школы со стороны органов контроля и надзора, органов управления образованием, родителей (законных представителей) и обучающихся, что является показателем высокого уровня деятельности управленческого звена школы;
- повышение уровня культуры межличностного общения обучающихся и уровня эмпатии друг к другу;
- снижение уровня социальной напряжённости в детской и подростковой среде;
- результаты экспресс-диагностики показателей здоровья школьников;
- положительные результаты анализа анкет по исследованию жизнедеятельности школьников, анкет для родителей (законных представителей).

7. Раздел «Планируемые результаты оздоровления и здоровьесбережения обучающихся».

1. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития культуры здорового образа жизни. Готовность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы.

2. Сформированность ценностно-смысловых установок, отражающих личностные позиции в деятельности оздоровления и здоровьесбережения.
3. Сформированность коммуникативной компетентности в различных видах деятельности, в том числе спортивно-оздоровительной.
4. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.
5. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).

Инструментом фиксации информации об обучающихся школы служит портфолио каждого класса, функция заполнения портфолио возложена на воспитателей классов, медицинские показатели предоставляет медработник школы. Этот инструмент обеспечивает информированность педагогов:

- о состоянии здоровья обучающихся (заболевания, ограничения по здоровью, в том числе фиксация динамики здоровья обучающихся);
- о посещении спортивных секций, регулярности занятий физической культурой;
- об особенностях, возможностях и проблемах оздоровления и здоровьесбережения;
- о динамике состояния здоровья обучающихся, о типичных и персональных трудностях в оздоровлении и здоровьесбережении;
- о предпосылках и проблемах оздоровления и здоровьесбережения обучающихся, формирования культуры здорового образа жизни.

Реализацию программы «Школа – территория здоровья» обеспечивает деятельность педагогического состава и медицинского персонала, также важное значение имеет **материально-технического обеспечения здоровьесберегающего процесса**. Для работы программы необходимо наличие:

1. Оборудованных спортивных площадок, спортзалов.
2. Спортивного инвентаря.
3. Мультимедиа системы и аудиоаппаратура в кабинетах.
4. Оснащённый кабинет психолога.
5. Трансфер для выездных мероприятий.
6. Оборудованный медицинский кабинет и медперсонал.

8. Раздел «Материально техническая база медицинского кабинета».

Работа медицинского кабинета носит профилактический характер, что включает в себя оказание первой неотложной помощи. Осуществляется взаимодействие с другими лечущими структурами (туберкулезный диспансер, детская и взрослая поликлиники) где проводится обследование и контроль здоровья детей.

Оснащенность медицинского кабинета

№ п/п	Наименование	Кол-во, штук
1.	Весы медицинские	1
2.	Ростомер	1
3.	Тонометр	1
4.	Стетофонендоскоп	1
5.	Термометры медицинские	5
6.	Шпателя одноразовые	10
7.	Холодильник	2
8.	Бактерицидный облучатель воздуха, в том числе переносной	2
9.	Шприц одноразовый с иглами (комплект 100 шт.) на 1 мл на 2 мл на 5 мл на 10 мл	По 15 шт.
10.	Лоток медицинский почкообразный	1
11.	Перчатки медицинские	1 уп.
12.	Грелка медицинская	1
13.	Пузырь для льда	1
14.	Жгут кровоостанавливающий резиновый	1
15.	Носилки	1
16.	Перевязочный материал: бинты, стерильные бинты, стерильные салфетки, стерильная вата, лейкопластырь, антисептики для обработки ран	
17.	Термоконтейнер для транспортировки медицинских иммунобиологических препаратов	1
18.	Дозаторы для мыла, бумажные полотенца, антисептик для обработки рук	1
19.	Спирт этиловый	-
20.	Салфетки спиртовые из мягкого материала для обработки инъекционного поля	5уп.

21.	Бумажные полотенца	
22.	Антисептик для рук	
23.	Посиндромная укладка медикаментов и перевязочных материалов для оказания неотложной медицинской помощи	1
24.	Дезинфицирующие средства	1уп.
25.	Ведро с педальной крышкой	2
26.	Емкость - непрокалываемый контейнер с крышкой для дезинфекции отработанных шприцев, тампонов, использованных вакцин	2
27.	Стол рабочий	1
28.	Стул	1
29.	Кушетка	1
30.	Ширма медицинская	1
31.	Шкаф медицинский для хранения лекарственных средств	2
32.	Шкаф для хранения медицинской документации	1
33.	Стол медицинский	1
34.	Столик манипуляционный	1
35.	Столик инструментальный	1
36.	Лампа настольная	1
37.	Пинцет одноразовый	10шт.
38.	Ножницы	2
39.	Халат медицинский	2
40.	Шапочки одноразовые	2
41.	Маски	1уп.
42.	Комплект литературы для наглядной пропаганды здорового образа жизни	1