

Специализированное структурное образовательное подразделение
Посольства России в КНДР - средняя общеобразовательная школа
при Посольстве России в КНДР

 УТВЕРЖДАЮ

Чрезвычайный и Полномочный
Посол России в КНДР

А.И. Мацегора

20 января 2017 года

Принято

Педагогическим советом средней
общеобразовательной школы при
Посольстве России в КНДР
29 декабря 2016 г.
Протокол №4

**Программа
«Здоровье»**

Утверждена 09.01.2017 г.
приказ №03.01-1

Срок реализации программы 2016-2022 гг.

г. Пхеньян 2017 г.

1. Пояснительная записка

Ухудшение здоровья подрастающего поколения достигло масштабов национальной проблемы. На социальное здоровье влияет целый ряд социально-экономических факторов, в свою очередь нарушения здоровья детей негативно сказывается на их способностях к освоению программ общего и профессионального образования и, как следствие, на последующей профессиональной деятельности. С другой стороны, сама система образования в настоящий момент рассматривается как фактор, негативно влияющий на здоровье обучающихся, прежде всего через неадекватные учебные нагрузки.

В статьях Федерального закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», направлениях Национальной образовательной инициативы «Наша новая школа» среди принципов государственной политики в области образования выдвигается приоритет жизни и здоровья человека, предусматривается создание условий, гарантирующих охрану и укрепление здоровья обучающихся и воспитанников. Образовательное учреждение в соответствии с существующим законодательством несет ответственность за жизнь и здоровье обучающихся и воспитанников во время образовательного процесса. В соответствии с законом «Об образовании в РФ» Минобрнауки России совместно с Минздравом России разработали нормативно-правовые документы по созданию оптимальных условий, санитарные нормы и требования для детских учреждений.

Оздоровление общества в широком понимании невозможно без признания человеком с самого раннего возраста стандартов здоровья как жизненно необходимых ценностей. Здоровый образ жизни – залог счастливой и благополучной жизни ребёнка в гармонии с миром сегодня и в будущем.

Здоровье является признаком культуры. Оно даёт здоровому человеку значительно больше возможностей для реализации себя во всех сферах жизни.

Одной из важнейших задач совершенствования образовательного процесса в школе является организация двигательной активности школьников, обеспечивающей им активный отдых и удовлетворяющей их естественную потребность в движениях.

Организация двигательной активности обучающихся школы требует научно-обоснованного подхода, учитывающего возрастные особенности детей, состояние их физического здоровья, возможности учреждения для проведения оздоровительно-спортивных мероприятий, распределение интенсивности и продолжительности двигательной нагрузки в течение дня и недели. Таким образом, для обеспечения качества образования необходимо создание соответствующих условий, что должно быть зафиксировано в документах образовательного учреждения. В нашей школе таким документом является программа «Здоровье».

Все школы имеют свои индивидуальные потребности, слабые и сильные стороны. Опираясь на свои сильные стороны и используя творчество обучающихся, родителей, учителей, можно открыть новые пути к укреплению здоровья. Именно это лежит в основе программы «Здоровье».

Изучение состояния здоровья подрастающего поколения является важнейшей медико-социальной задачей. Ежегодное проведение медицинских осмотров (октябрь, апрель) учеников 1-11 классов является обязательным, и результаты комплексной оценки состояния здоровья школьников должны стать отправной точкой при планировании мероприятий по программе «Здоровье».

Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

2. Цели программы:

- формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;

- создание в школе организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- усиление контроля за медицинским обслуживанием участников образовательного процесса;
- создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

3. Задачи программы:

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

4. Функции различных категорий работников школы:

1. Функции медицинской службы школы:

- проведение диспансеризации и медосмотра учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся основной, подготовительной и специальной медицинской группы.

2. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- организация преподавания вопросов валеологии на уроках окружающего мира в начальной школе; на уроках биологии, обществознания и ОБЖ в основной школе;
- организация и контроль уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала зала 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 здоровьесбережения и ее контроль.

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;

- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с медработниками;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение диагностик уровня знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

5. Участники программы:

1. Учащиеся школы.
2. Педагогический коллектив.
3. Родители.

6. Софинансовое обеспечение Программы:

Выполнение программы обеспечивается за счет бюджетных средств.

7. Сроки и этапы реализации программы:

- I этап - 2017 – 2018 учебный год
 II этап - 2018 – 2019 гг.
 III этап - 2019 – 2022 гг.

1 этап – подготовительный:

- анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

2 этап – апробационный :

- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- выполнение оздоровительных мероприятий.

3 этап - контрольно-обобщающий:

- сбор и анализ результатов выполнения программы;
- коррекции деятельности.

8. Прогнозируемая модель личности ученика

Модель выпускника первой ступени обучения	Модель выпускника второй ступени обучения
---	---

– знание основ личной гигиены; – выполнение правил гигиены; – владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.	– знание основ строения и функционирования организма человека; – знание изменений в организме человека в пубертатный период; – умение оценивать свое физическое и психическое состояние; – знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; – гигиена умственного труда; – убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; – знание различных оздоровительных систем; – умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; – способность вырабатывать индивидуальный образ жизни; – гигиена умственного труда.
--	--

9. Ожидаемые конечные результаты Программы:

- повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;
- рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников;
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- повышение уровня самостоятельности и активности школьников;
- повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении, как здоровья школьников, так и своего здоровья.

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.

10. Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний методических объединений школы;
- посещение и взаимопосещение уроков по ЗОЖ;
- создание методической копилки опыта;

- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в рамках формирования здорового образа жизни.

11. Основные принципы Программы.

Программа основывается на следующих принципах:

1. **Принцип гарантий**: реализация конституционных прав детей и подростков на получение образования и медицинского обслуживания.
2. **Принцип участия**: привлечение детей и подростков к здоровому образу жизни.
3. **Принцип педагогической поддержки**: вовлечение учителей и воспитателей в широкое движение по созданию здоровой педагогической среды.

12. Основные направления деятельности Программы:

Медицинское направление предполагает:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультурминут;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- планомерная организация питьевого режима учащихся;
- реабилитационную работу: обязательное медицинское обследование.

Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры).

Психолого-педагогическое направление предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;

- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- широкое привлечение учащихся, родителей к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Диагностическое направление предполагает:

Проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются:

- определение уровня здоровья и соматического развития учеников, выявление причин заболеваемости, контроль статуса питания, консультирование учителей и родителей, направление на консультацию к специалистам (обеспечивает медицинская служба);
- наличие хронических заболеваний;
- определение физической подготовленности и ее коррекция (проводится учителями физической культуры);
- текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
- режим дня, бытовые условия;
- внешкольная занятость дополнительными занятиями;
- выбор оптимальных нагрузок (учебной и физической) с учетом индивидуальных особенностей школьников (решают совместно все члены педагогического коллектива);
- разработка индивидуальных и групповых рекомендаций для сохранения и поддержания здоровья обучающихся и учителей; создание безопасного образовательного пространства школы.

13. Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

14. Применение разнообразных форм работы:

1. Учет состояния детей:

- определение группы здоровья;
- учет посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

- организация работы спортивных секций, кружков, проведение третьего часа уроков физической культуры;
- динамические паузы;
- утренняя зарядка;
- организация спортивных перемен;
- дни здоровья;
- физкультминутка для учащихся.

3. Урочная и внеурочная работа:

- открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ;
- открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
- спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол, футбол, шашки и шахматы, настольный теннис.

15. Методы и методики, используемые при реализации программы:

- Лекционные занятия;
- Тренинги;
- Индивидуальные и групповые консультации;
- Тесты и анкетирование;
- Диспуты;
- Родительские лектории;
- Рефераты;
- Выпуск газет; листовок;
- Просмотр учебных фильмов;
- Экскурсии;
- Конкурсы;
- Спортивные мероприятия.

15. Материально – технические условия и здоровьесберегающая инфраструктура школы

Здоровьесберегающая инфраструктура школы включают в себя следующие объекты:

- спортивный зал,
- спортивная площадка,
- все учебные кабинеты оснащены мебелью, соответствующей СанПиН.

Спортивный зал.

Площадь спортивного зала 128 м². Спортивный зал оснащен необходимым оборудованием для проведения уроков физкультуры и внеклассных занятий по физкультуре и спорту.

В спортивном зале имеются: гимнастические снаряды (гимнастические маты), легкоатлетические снаряды (канат, планка для прыжков в высоту), оборудование и инвентарь для игр в баскетбол (корзины, мячи) и волейбол (сетка, мячи), стол и ракетки для игры в настольный теннис, гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, обручи, скакалки. При использовании оборудования в спортивном зале неуклонно соблюдаются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

Спортивная площадка.

Открытая игровая площадка оборудована для лазания, подтягивания, качания и т.п., а также для отдыха детей; площадка для спортивных игр – всем необходимым для волейбола, баскетбола, мини – футбола, а также для занятий спортивными играми.

Чайная.

Школьная чайная имеет 10 посадочных мест. Она оснащена необходимым оборудованием для приготовления горячего чая и выполнения санитарно-гигиенических норм и правил, эстетически оформлена, имеются информационные стенды о правильном питании и здоровой пище.

16. Реализация основных направлений программы:

Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.

1. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
2. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
3. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
4. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
5. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
6. Обеспечение каждого учащегося горячим питьем в чайной.
7. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
8. Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе.
9. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
10. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
11. Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

17. Мероприятия школы по сохранению и развитию здоровья

1. Совершенствование нормативно- правовых условий, сохранение и развитие здоровья учащихся

№ п/п	Наименование содержания	Сроки	Ответственные
1.	Анализ состояния здоровья учащихся. Оформление аналитических и статистических отчетов о состоянии здоровья учащихся в школе.	Каждое полугодие	Заместитель директора по УВР, классные руководители
2.	Издание и анализ локальных и нормативных актов по сохранению и развитию здоровья учащихся	Сентябрь- октябрь	Директор школы
3.	Формирование секции «Здоровье» в составе родительского комитета	октябрь	Учитель физической культуры
4.	Утверждение режима питания на заседании родительского комитета.	октябрь	Директор школы; Председатель род.

			общественности
--	--	--	----------------

2.Создание комплекса управленческих условий, включающих: организационно – содержательные, информационно-аналитические, мотивационно-целевые, планово – прогностические, организационно-исполнительские, контрольно-диагностические, регулятивно-коррекционные

№ п/п	Наименование содержания	Сроки	Ответственные
1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; -выявление учащихся специальной медицинской группы; -ведение строгого учета детей по группам здоровья; - формирование групп здоровья по показателям.	Сентябрь-октябрь	Мед. сестра школы Заместитель директора по УВР
2.	Организация оздоровительных режимных моментов в организации занятий (зарядка, фидультминутки, динамические паузы и т.п.)	Ежедневно	Заместитель директора по ВР Учитель физической культуры
3.	Контроль за качеством питьевого режима	Постоянно	Мед. Сестра школы Заместитель директора по УВР
4.	Осмотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: – проветривание; – освещение; – отопление – вентиляция – уборка	Ежедневно	Заместитель директора по УВР, заместитель директора по АХЧ, педагоги школы
5.	Организация учебных занятий с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье учащихся (неподвижная поза на уроке, отсутствие живых чувственных ощущений, преобладание словесно-информационного принципа учебного процесса, отсутствие чувственно-эмоционального фона на уроке)	Ежедневно	Педагоги школы
6.	Составление расписания уроков, предусматривающее чередование предметов с высоким баллом по шкале трудности с предметами, которые позволяют частичную релаксацию учащихся.	Начало четверти	Заместитель директора по УВР
7.	Составление расписания второй половины дня (факультативы, кружки, секции), предусматривающие чередование занятий и отдыха.	Начало четверти	Заместитель директора по УВР, Заместитель директора по ВР
8.	Своевременное информирование субъектов образовательного процесса о состоянии здоровья учащихся и условиях, способствующих сохранению и развитию здоровья.	Один раз в полугодие	Медсестра школы
9.	Мониторинг физического здоровья учащихся по итогам медосмотра.	Один раз в год	Заместитель директора по УВР

10.	Проведение общешкольных родительских собраний по актуализации ценности здоровья.	Два раза в год	Заместитель директора по ВР
11.	Проведение методических совещаний на тему: «Учет индивидуальных особенностей детей»	Один раз в год	Заместитель директора по ВР
12.	Анализ случаев травматизма в школе.	Один раз в год	Директор школы
13.	Проведение Дня здоровья.	Один раз в четверть	Заместитель директора по ВР Учитель физической культуры

3. Развитие материально – технической базы с целью создания условий для сохранения здоровья учащихся

№ п/п	Наименование содержания	Сроки	Ответственные
1.	Оборудование спортивного зала	В течение года	Директор школы
2.	Оборудование спортивной площадки	В течение года	Директор школы
3.	Оборудование кабинетов школы	В течение года	Директор школы
4.	Обеспечение учебно – методической литературой	В течение года	Директор школы
5.	Приобретение ТСО	В течение года	Директор школы

4. Формирование информационно- экспертных условий с целью обеспечения эффективности управления образовательным процессом по сохранению здоровья учащихся

№ п/п	Наименование содержания	Сроки	Ответственные
1.	Развитие системы информирования участников образовательного процесса по вопросам сохранения и развития здоровья	В течение года	Директор школы
2.	С целью контроля сохранения здоровья учащихся: • организация социологических исследований, опросов, анкетирования учащихся, родителей и учителей; • анализ способов и форм доведения информации до родителей; • анализ использования информационного обеспечения для создания здоровьесберегающих условий; • коллективный анализ качества педагогических условий, обеспечивающих сохранение и укрепление психофизического здоровья.	В течение года	Заместитель директора по УВР

18. Координация и контроль реализации Программы

Контроль за ходом реализации Программы осуществляет администрация школы.

Администрация:

- анализирует ход выполнения плана действий по реализации Программы, вносит предложения по его коррекции;
- осуществляет организационное, информационное и методическое обеспечение реализации Программы;
- координирует взаимодействие заинтересованных общественных организаций по развитию системы оздоровления детей и подростков;
- ежегодно проводит диагностику и анализ.

Основные направления деятельности в рамках реализации Программы «Здоровье» на 2017-2022 годы

1. Работа по комплексной оценке состояния здоровья обучающихся и сотрудников школы.
2. Проведение сравнительной оценки интегративных показателей здоровья обучающихся, общей заболеваемости и хронической патологии (по классам, возрасту, полу, классам болезни), определение групп здоровья.
3. Освоение и использование в работе учителями здоровьесберегающих технологий.
4. Проведение тематических классных часов по проблемам здоровья и здорового образа жизни.
5. Проведение «уроков здоровья».
6. Для снятия мышечного утомления проведение на каждом уроке во всех классах физкультпауз и гимнастик.
7. Подбор учителями научно-методической литературы по тематике «Здоровый образ жизни» и создание микромедиотек.
8. Продолжение работы спортивных секций.
9. Проведение внеклассных и внешкольных мероприятий по проблеме «Здоровый образ жизни».
10. Организация семинаров по теме «Здоровый образ жизни».
11. Лекторий для родителей по вопросам здоровья.
12. Педагогический лекторий в рамках проведения программы «Здоровье».
13. Организация экскурсий на природу.
14. Проведение Дней здоровья в школе 1 раз в четверть.