**«Гармония здоровья»**

***Актуальность.***

Проблема сохранения и укрепления здоровья обучающихся в настоящее время остаётся актуальной и требует поиска новых подходов к решению. Данные многочисленных научных исследований и официальной статистики свидетельствуют о неблагоприятной динамике основных показателей здоровья детей по мере школьного обучения.

Заболеваемость детей школьного возраста держится на высоком уровне и составляет примерно 2400 — 2600 заболеваний на 1000 детей. Это свидетельствует о низкой сопротивляемости организма к патогенным микроорганизмам и вирусам, а также к неблагоприятным воздействиям окружающей среды. У современных школьников стали чаще выявлять такие нарушения физического развития, как дефицит массы тела и низкий рост. Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Наблюдение за состоянием здоровья обучающихся нашей школы, подкреплённые ежегодными показаниями медицинских осмотров, свидетельствует о том, что количество абсолютно здоровых детей и подростков идёт  на спад. Среди причин, повлекших за собой такие показатели, вполне могут быть наследственность, экологический фон, условия жизни ребёнка. При этом существуют также факторы внутришкольной среды, влияющие на здоровье ученика: недостаточное освещение, дефицит двигательной активности, недостаток релаксации во время пребывания в образовательном учреждении,  интенсификация образования, введение средств обучения, основанных на новых информационных технологиях.

В основу обоснования программы легли следующие предпосылки: детский и подростковый возраст является для человека основополагающим и определяющим всю дальнейшую жизнь. Это период интенсивного роста организма и формирования соматических структур и функций, обеспечивающих пожизненные свойства систем адаптации, защиту от заболеваний и самореализацию человека в целом. В этот период закладываются все структурно-функциональные элементы и ценностные ориентации, определяющие направления формирования личностных качеств. Из комплекса факторов риска: природной среды, образа жизни семьи и т.д. - наиболее управляемым является организация здоровьесберегающего педагогического процесса

Основной замысел Программы предполагает создание и развитие единой системы здоровьесбережения детей и подростков в образовательном учреждении, формирование единых ценностных установок и подходов к здоровьесбережению обучающихся.

Основополагающей ***целью*** Программы является поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья обучающихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

* создание условий жизнедеятельности образовательного учреждения, адекватных образовательному процессу и наиболее благоприятных для саморазвития, самосовершенствования личности и повышения уровня здоровья обучающихся;
* отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения;
* разработка и внедрение организационно – педагогических мероприятий;
* введение в повседневную практику здоровьесберегающих технологий обучения и оздоравливающих методик коррекции и укрепления здоровья;
* формирование у обучающихся ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья и навыков здорового образа жизни;
* укрепление связей с медицинскими учреждениями, способствующими укреплению здоровья детей и подростков;
* просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

**Этапы реализации программы:**

 I этап: Подготовительный (2013-2014)

1. Оценка и анализ состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в школе.
2. Подготовка программно-методического обеспечения.
3. Психолого-педагогическая подготовка кадрового состава.
4. Ознакомление родителей и обучающихся с Программой «Гармония здоровья».
5. Организация взаимодействия с медицинскими учреждениями для реализации Программы «Гармония здоровья».

 II этап: Практический (2014-2015)

Реализация Программы «Гармония здоровья».

 III этап: Обобщение и оценка результатов деятельности (2015-2017)

1. Анкетирование родителей, обучающихся, педагогов на предмет удовлетворённости результатами реализации Программы «Гармония здоровья».
2. Сравнение медицинских показателей состояния здоровья обучающихся до и после реализации Программы «Гармония здоровья».
3. Мониторинг сформированности ценностных ориентаций у обучающихся школы на здоровый образ жизни.
4. Обсуждение итогов реализации Программы «Гармония здоровья» в коллективе педагогов, родителей, обучающихся.
5. Коррекция Программы «Гармония здоровья» по итогам реализации.
6. Публикации, распространение опыта.

***Основные направления деятельности:***

1. Диагностическая деятельность.

Школа решает следующие конкретные диагностические задачи:

* диагностический мониторинг физического состояния, гармоничности развития, физической подготовленности и работоспособности детей, контроль за состоянием функций опорно-двигательного аппарата и органа зрения;
* диагностика готовности ребенка к поступлению в школу с выявлением степени морфофункциональной зрелости ребенка;
* диагностика состояния адаптационных механизмов, предупреждение психосоматической дезадаптации;
* контроль за сбалансированностью питания;
* мониторинг причин, влияющих на ухудшение состояния здоровья и нарушение гармоничности физического развития.

1. Развивающая деятельность ориентирована на оказание помощи педагогическому коллективу в осуществлении индивидуального подхода в обучении и воспитании детей, развитии их способностей и склонностей.
2. Профилактическая и коррекционная деятельность определяется необходимостью формирования у педагогов и детей потребности в знаниях о здоровом образе жизни, желания использовать их в работе с ребенком, а также своевременным предупреждением и устранением возможных отклонений в состоянии здоровья и физического развития, обусловленных неумелым обучением и воспитанием.

В процессе профилактической и коррекционной работы осуществляются следующие конкретные мероприятия:

* прием детей в первый класс, диагностика физиолого-гигиенической готовности степень биологической зрелости с целью раннего выявления возможных отклонений в состоянии здоровья;
* разработка комплекса развивающих, профилактических и коррекционных упражнений для занятия с детьми.

Совместно с педагогами и родителями намечает программу индивидуальной работы с целью их улучшения адаптации, высокой работоспособности и обеспечения нормального развития с учетом индивидуальной готовности ребенка к обучению на каждом переходном этапе.

1. Консультативная деятельность ориентирована на повышение валеологической культуры педагогов и родителей; расширение кругозора по вопросам здорового образа жизни. При осуществлении консультативной работы необходимо решать следующие задачи:

* консультация педагогов, родителей по проблеме оздоровления детей. Консультации могут носить как индивидуальный, так и групповой характер;
* индивидуальные и коллективные занятия с детьми по вопросам здорового образа жизни;
* повышение валеологической грамотности через работу педагогического совета, методических объединений, общих и родительских собраний;
* на базе библиотеки комплектация библиотечки по проблемам здоровья и здорового образа жизни.

***Ожидаемый результат:***

1. Снижение показателей заболеваемости детей.
2. Стабилизация состояния здоровья обучающихся по основным показателям.
3. Повышение качества и уровня обучения школьников.
4. Повышение уровня воспитанности детей и подростков.
5. Полученные в школе  знания позволят ребятам понять, как и почему им нужно заботиться о своём здоровье, соблюдать правила ЗОЖ.
6. Обучающиеся смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям ЗОЖ.
7. Обучающиеся научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими.

***План реализации программы***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Ответственные исполнители** | **Сроки** | **Планируемый результат и выполнение** |
| **1.** | **Медицинское направление.** |  |  |  |
| 1.1. | Медико-педагогическая экспертиза:  - анализ основных характерис-  тик  состояния здоровья детей  в школе;  -выявление обучающихся специальной медицинской  группы;  -ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям. | фельдшер | ежегодно | Медицинские карты, листы здоровья в классных  журналах |
| 1.2. | Проведение диспансеризации обучающимся школы. | Фельдшер ФАП | ежегодно |  |
| 1.3. | Проведение  медицинского осмотра обучающихся 9-х,11-х классов. | Фельдшер ФАП | ежегодно | план  медосмотров |
| 1.4. | Медосмотр обучающихся школы,  определение уровня физического здоровья. | Фельдшер ФАП | ежегодно | план  медосмотров |
| 1.5. | Обеспечение и организация профилактических прививок  обучающихся. | Фельдшер ФАП | ежегодно | план прививок |
| 1.6. | Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах. | Фельдшер ФАП | ежегодно | классные  журналы |
| 1.7. | Анализ случаев травматизма в школе. | Фельдшер ФАП,  заместитель директора по безопасности | ежегодно | материалы  отчетов |
| 1.8. | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни. | Фельдшер ФАП | ежегодно | материалы  отчетов |
| 1.9. | Контроль за качеством питания и питьевым режимом. | Фельдшер ФАП | ежедневно в течение года |  |
| 1.10. | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим  требованиям:   * проветривание; * освещение; * отопление * вентиляция * уборка | завхоз | ежедневно в течение года |  |
| 1.11. | Рациональное расписание уроков, не допускающее  перегрузок (соблюдение требований СанПиНа) | заместитель директора по УР | ежегодно | справка по оценке расписания |
| 1.12. | Постоянный контроль за школьной столовой. | Фельдшер ФАП,  директор школы | ежедневно в течение года |  |
| **2.** | **Просветительское направление** |  |  |  |
| 2.1. | Организация просветительской работы с родителями (лекторий). | заместитель директора по ВР | ежегодно | график проведения лектория |
| 2.2. | Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни. | заместитель директора по ВР | ежегодно | тематика лектория |
| 2.3. | Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей. | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 2.4. | Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей. | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 2.5. | Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни» | заместитель директора по ВР | 1 раз в год | протокол педсовета |
| 2.6. | Организация просветительской работы с обучающимися (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ). | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы |
| 2.7. | Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма. | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы |
| 2.8. | Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры. | учителя-предметники | в течение года | планы  уроков |
| **3.** | **Психолого-педагогическое направление.** |  |  |  |
| 3.1. | Организация работы кабинета психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса. | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 3.2. | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей обучающихся по экспериментальным программам:  - определение влияния учебной  нагрузки на психическое здоровье  детей;  - изучение умственного развития обучающихся с целью возможности продолжения обучения в старших классах;  -  изучение психологических  возможностей и готовности  детей   к школе;  -  выявление профессиональных  интересов обучающихся и  способностей с целью  профессионального  самоопределения;  -  разработка и внедрение сис-  темы медико-физиологичес-  кого   контроля за адаптацией  учащихся    к различным фор-  мам   обучения. | психолог школы,  мед. сестра,  классные руководители | ежегодно | диагностические исследования |
| 3.3. | Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся. | психолог школы | ежегодно | план работы психолога |
| 3.4. | Участие в районных Конференциях по  теме «Здоровьесберегающие технологии обучения» | заместитель директора по ВР | ежегодно | материалы конференции |
| 3.5. | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности. | учителя-предметники | ежегодно | планы  уроков |
| **4.** | **Спортивно-оздоровительное направление.** |  |  |  |
| 4.1. | Организацию спортивных мероприятий. | учителя физической культуры | ежегодно | план работы |
| 4.2. | Разработка   системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни обучающихся. | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы кружков и секций |
| 4.3. | Привлечение обучающихся, родителей, социальных партнёров школы  к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы. | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы |
| **5.** | **Диагностическое направление** |  |  |  |
| 5.1. | Мониторинг состояния здоровья детей. | Фельдшер ФАП | ежегодно | результаты мониторинга |