

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное  
учреждение средняя общеобразовательная школа № 26  
имени дважды Героя Советского Союза  
Иссы Александровича Плиева**

**Принято**  
на педагогическом совете  
протокол № 1 от 31.08.2014 г.



**Утверждаю**  
Директор МБОУ СОШ № 26  
З.Е.Туккаева

**ПРОГРАММА  
ПО РЕАЛИЗАЦИИ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ  
ТЕХНОЛОГИЙ  
В РАМКАХ ВВЕДЕНИЯ ФГОС**

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

<b>Наименование программы</b>	Программа по реализации здоровьесберегающих технологий в рамках введения ФГОС МБОУ СОШ № 26 г. Владикавказа
<b>Исполнители</b>	Администрация школы, учителя предметника,, педагог-психолог, классные руководители, медицинский работник.
<b>Цель программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обеспечить обучающемуся сохранение здоровья;</li> <li>2. Сформировать необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни.</li> </ol>
<b>Задачи программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование культуры здоровья образа жизни, направленное на ответственное отношение к своему здоровью;</li> <li>2. Создание организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесберегающих технологий, учитывая индивидуальные показания участников учебного процесса;</li> <li>3. Профилактика с целью предупреждения употребления среди обучающихся ПАВ;</li> <li>4.и Оказание помощи родителям, педагогам в выработке методов воспитания, которые соответствуют особенностям личности трудного подростка.</li> </ol>
<b>Нормативная база</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Конституция РФ.</li> <li>• Конвенция о правах ребёнка.</li> <li>• Закон Российской Федерации «Об образовании», вступившим в силу 01.09.2013 г.</li> <li>• Закон Российской Федерации «об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации № 124-ФЗ от 24.07.1998 года, с изм. От 17 декабря 2009 г.</li> <li>• Семейный кодекс Российской Федерации (№ 223-ФЗ от 29.12.1995 г. в ред. От 30.06.2008 № 106-ФЗ).</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Письмо Минобразования РФ от 27.06.2003 г. № 28-51-513/16 «О методических рекомендациях по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе».</li> <li>• Устав МБОУ СОШ № 26.</li> </ul>
<b>Сроки реализации</b>	2015-2020 г.г.
<b>Ожидаемые результаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Эффективного решения проблем, возникающих у детей группы риска в обучении, общении и психическом состоянии.</li> <li>• Доверия к окружающим через принятие себя и нормализация межличностных отношений.</li> <li>• Снижение риска употребления ПАВ.</li> <li>• Снижение уровня тревожности обучающихся в образовательном процессе и повышение мотивации к обучению детей.</li> <li>• Формирование социальных и коммуникативных компетенций.</li> <li>• Адаптация обучающихся в классном коллективе, вовлечение в общественную жизнь.</li> <li>• Повышение уровня самоорганизации в воспитанности.</li> <li>• Рост достижений обучающихся.</li> </ul>

Содержание	стр.
1. Пояснительная записка: актуальность, цели, задачи.....	5-8
2. Основные направления деятельности.....	8-9
3. Формы работы и участники процесса.....	10-11
4. Принципы и задачи учителей по реализации Программы .....	12
5. Здоровьесберегающие технологии и обучение в условиях ФГОС..	13-17
6. Сотрудничество с организациями.....	18
7. Мероприятия по реализации Программы.....	19-20
8. Заключение.....	20-23



## Пояснительная записка

На сегодняшний день сохранение здоровья подрастающего поколения - задача государственной важности, так как современные школьники составляют основной трудовой потенциал страны. Идея здоровьесбережения учащихся в образовании является основной задачей национального проекта «Образование», президентской инициативы «Наша новая школа», Федеральных государственных образовательных стандартов.

Основной целью новых стандартов /ФГОС/ является личность самого ребенка и происходящие с ним в процессе обучения изменения в период обучения в школе. Формирование здорового образа жизни должно проходить непрерывно и целенаправленно.

ФГОС впервые определяет такую составляющую, как здоровье школьников, в качестве одного из важнейших результатов образования, сохранение и укрепление здоровья – в качестве одного из направлений деятельности школы.

С внедрением ФГОС приоритетным направлением деятельности педагога становится формирование культуры здорового и безопасного образа жизни детей, что включает как урочную, так и внеурочную деятельность. Новый Стандарт определяет требования к тому, как школа выстраивает свою образовательную деятельность и создаёт материально-технические, информационные условия его реализации. Предъявляет требования к созданию высокого уровня информационно-образовательной среды.

Самочувствие и здоровье ребенка зависит от совокупности социальных, экономических, природных и генетических факторов. В детстве закладывается фундамент физического и психического здоровья, поэтому школа должна выбрать оптимальные пути совершенствования оздоровительной работы и правильно организовать физическое воспитание детей.

Многолетние исследования физиологов и гигиенистов доказали, что влияние школы, условий обучения, учебные перегрузки значимы потому, что они действуют непрерывно, длительно, систематично и комплексно. Годы обучения для каждого ребенка – период интенсивного развития, формирования организма, период, когда любые неблагоприятные воздействия оказывают наибольшее влияние.

Исходя из данных медицинских осмотров учащихся нашей школы, за последние годы наблюдается рост количества учащихся с заболеваниями костно-мышечной системы /скалиоз/, органов зрения и нервной системы. Причины, повлекшие такие показатели, является наследственность, экологический фон, условия жизни ребенка.

Существуют факторы внутришкольной среды, влияющие на состояние здоровья ученика: малоподвижный образ жизни, введение средств обучения, основанных на работе с компьютером и другими техническими средствами.

Анализ состояния здоровья учащихся и возможных причин, влияющих на его уровень, показал необходимость создания Программы, которая определяет основные направления деятельности.

Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья обучающихся. Их комплекс получил название «здоровьесберегающие технологии». Главное назначение таких новых технологий – объединить педагогов, психологов, медиков, родителей и самих детей на сохранение, укрепление и развитие здоровья.

Здоровьесберегающие технологии – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и медика. Здоровьесберегающие технологии – предполагают совокупность педагогических, психологических и медицинских взаимодействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья учащегося, формирование ценного отношения к своему здоровью.

#### **Цель:**

- обеспечить учащемуся возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

#### **Задачи:**

1. Организация педагогического процесса, направленного на формирование и развитие у учащихся образовательной деятельности, позитивной, устойчивой ориентации на сохранение здоровья, как необходимого условия жизнеспособности, что реализуется в педагогическом процессе:

- способности к позитивному самосознанию в различных жизненных обстоятельствах, уверенности в себе, развитию чувства компетентности.

- мотивация укрепления здоровья, посредством установки на ценность здоровья, приобретение знаний о здоровом образе жизни, овладение способами, охраняющими здоровье учащихся, умение применять формы сохранения здоровья к особенностям своего организма.

- культура здорового образа жизни, направленное на ответственное отношение к своему здоровью, окружающих, сохранить природный потенциал, гармонизацию личности.

2. Создание в школе организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесберегающих технологий, учитывая индивидуальные показания участников учебного процесса, обеспечив целостность образовательной системы: личностно-деятельностные, учебно-методические, дидактические, информационно-коммуникативные формы.

3. Развитие материально-технического и информационного обеспечения деятельности по преобщению учащихся к здоровому образу жизни.



4. Профилактические мероприятия с целью предупреждение негативных явлений среди учащихся.

**В основу программы легли следующие предпосылки:**

Детский и подростковый возраст является для человека основополагающим и определяющим дальнейшую его жизнь. Это период интенсивного роста организма, формирования соматических структур и функций, обеспечивающих пожизненные свойства систем адаптации, защиту от заболеваний и самореализацию человека. В данный период закладываются все структурно-функциональные элементы и ценностные ориентации, определяющие направление формирования личностных качеств.

Программа предполагает создание и развитие единой системы здоровьесберегающих технологий в школе, формирование единых ценностных установок.

**Роль родителей, семьи** в укреплении здоровья детей должна неуклонно возрастать. Родители должны своим примером показывать ценность здоровья и здорового образа жизни. Родители должны хорошо знать физическое состояние своих детей, контролировать состояние их здоровья, ввести и пропагандировать здоровый образ жизни. Для этого необходимо взаимодействие семьи и учителей, для пропаганды здорового образа жизни в семье, профилактики негативных явлений в семье ученика.

**Факторы, негативно влияющие на здоровье ребенка.**

Многолетние исследования Института возрастной физиологии РАО позволили не только выявить школьные факторы, которые негативно сказываются на росте, развитии и здоровье детей.

Среди ряда причин, вызывающих нарушение здоровья школьников, выделяется чрезмерная занятость; высокие учебные нагрузки; несоответствие между требованиями и индивидуальными возможностями ребенка; школьные стрессы; гиподинамия; чрезмерное увлечение компьютером.

В структуре заболеваемости, как учеников, так и учителей преобладают нарушения опорно-двигательного аппарата, патологии нервной системы, органов чувств, сердечно-сосудистой и пищеварительной систем.

За период обучения в школе, согласно результатам медицинских осмотров, состояние здоровья школьников ухудшается в 4–5 раз, возрастает число хронически больных. К 11 классу каждый четвертый выпускник имеет нарушения сердечно-сосудистой системы, более 65% - нарушение зрения /близорукость/, нарушение осанки.

За последние годы у школьников отмечается рост заболеваемости системы кровообращения на 16%, органов пищеварения на 15%, опорно-двигательного аппарата на 15%, мочеполовой системы на 12% /по данным Госкомсанэпиднадзора/.

Здоровьесбережение в образовательном процессе не ограничивается сохранением только соматического состояния школьников. Определённое число учащихся в процессе учебной деятельности пребывает в состоянии хронического утомления, ведущего к хроническому заболеванию.

### **Здоровьесберегающие технологии по характеру действия делятся на 4 группы:**

-Защитно-профилактические: выполнение норм САНПиН, проведение прививок, ограничение предельного уровня учебной нагрузки;

-Компенсаторно-нейтрализующие: восполнение недостатка того, что требуется организму для полноценной жизнедеятельности (витаминизация, физкультпаузы, эмоциональные разрядки).

-Стимулирующие: позволяющие активизировать силы организма (закаливание, педагогическая психотерапия)

-Информационно-просветительское: обеспечение учащихся уровнем грамотности, необходимым для эффективной заботы о здоровье.

## **2. Основные направления деятельности программы:**

### **1. Медицинское направление включает:**

-создание соответствующих санитарно-гигиенических условий, согласно требованиям САНПиНа, для обучения и воспитания учащихся;

-составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;

-нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий, соблюдение режима дня;

-постоянное поддержание санитарно-гигиенического состояния школы,

-проведение физкультминуток на уроках;

- организация питания школьников;

-диспансеризации учащихся и сотрудников школы;

-профилактика заболеваний /прививки, осмотры врачами/.



## **2. Просветительское направление включает:**

- ✓ Организация деятельности с обучающимися, родителями, сотрудниками школы по профилактике негативных явления и зависимостей (алкоголизм, наркомания, табакокурение и т.д.;
- ✓ Пропаганда здорового образа жизни (тематические классный часы, лекции, конкурсы, акции, недели по профилактике негативных явлений), пропаганда физической культуры, пропаганда здорового образа жизни через уроки (химии, биологии, физкультуры, географии, экологии, ОБЖ и других предметов);
- ✓ Совместная работа с детской поликлиникой № 2, наркодиспансером, органами внутренних дел.

## **3. Психолого-педагогическое направление включает:**

- ✓ использование здоровьесберегающих технологий в учебной и внеурочной деятельности;
- ✓ обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- ✓ развитие познавательной и учебной мотивации;
- ✓ формирование навыков здорового образа жизни;
- ✓ совершенствование психолого-медико-педагогической деятельности;
- ✓ организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся.

## **4. Спортивно-оздоровительное направление включает:**

- ✓ Организация спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний, пропаганды и приобщения к здоровому образу жизни;
- ✓ Привлечение системы кружковой, внеклассной, внешкольной работы к формированию здорового образа жизни обучающихся;
- ✓ Привлечение обучающихся, родителей, сотрудников к физической культуре и спорту, различным формам, в том числе соревнованиям оздоровительной работы.

## **5. Диагностическое направление включает:**

- ✓ проведением мониторинга за состоянием здоровья обучающихся, где выявляется общее состояние здоровья, хронические заболевания;
- ✓ текущая заболеваемость, в том числе скрытая (родители ребёнка не обращаются к врачу, ребёнок находится дома 1-2 дня);
- ✓ режим дня, питание, бытовые условия, школьная занятость дополнительными занятиями.

### 3. Формы работы и участники процесса:

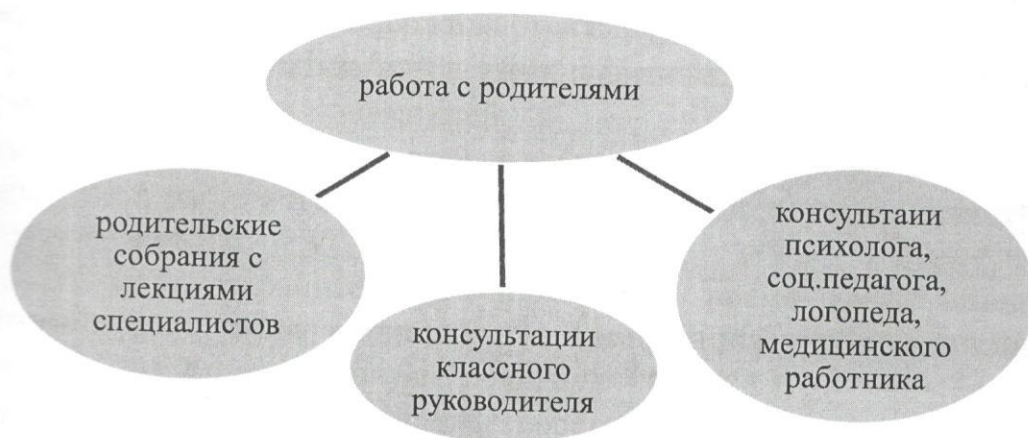
## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ: РАБОТА С УЧАЩИМИСЯ.

Схема 1.



## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ: РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ.

Схема 2.



## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ: РАБОТА С УЧИТЕЛЯМИ.

Схема 3.





#### **4. Принципы и задачи учителей по реализации Программы.**

Каждый учитель ставит перед собой цель – обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить применять эти знания в повседневной жизни.

В своей работе учителя придерживаются следующих **принципов**:

- учет индивидуальных, возрастных и физических особенностей ребёнка;
- учёт медицинских показателей;
- соблюдение санитарных норм в кабинетах (маркировка в соответствии с ростом и возрастом, освещение, оформление, проветривание, гигиена, питьевой режим);
- соблюдение охранительного режима во время урока (смена форм деятельности во время урока, рациональная организация учебной деятельности, физкультминутки, динамические паузы, осанка детей, и т.д.);
- введение в уроки здоровьесберегающих элементов с помощью разнообразных форм, методов и средств обучения;
- создание индивидуально-личностной траектории обучения учащегося.

В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно учителя в состоянии сделать для здоровья современного ученика.

В работе отдельного учителя здоровьесберегающие технологии можно представить как системно организованное на едином методическом фундаменте сочетание принципов педагогики сотрудничества, «эффективных» педагогических техник, элементов педагогического мастерства, направленных на достижение оптимальной психологической адаптированности школьника к образовательному процессу, заботу о сохранении его здоровья и воспитание у него культуры здоровья.

**Перед учителем стоят следующие задачи:**

- пройти необходимое повышение квалификации по вопросам здоровья, здоровьесберегающих образовательных технологий (ЗОТ);
- начать целенаправленную реализацию ЗОТ в ходе проведения учебных занятий и внешкольной работы, с учащимися, отслеживая получаемые результаты помощью объективных методов оценки;
- содействовать формированию в своем образовательном учреждении здоровьесберегающей образовательной среды как эффективному взаимодействию всех членов педагогического коллектива, учащихся и их родителей для создания условий и реализации программ, направленных на сохранение, формирование и укрепление здоровья.

## 5.3. Здоровьесберегающие технологии и обучение в условиях ФГОС.

Формирование здорового образа жизни должно проходить непрерывно и целенаправленно. Особенно актуальна эта проблема для начальной школы, что связано с кардинальными изменениями в привычном укладе жизни ребенка, освоением им новой социальной роли «ученик».

Младший школьный возраст характеризуется ростом физической выносливости, работоспособности, но этот рост весьма относительный, потому что для этого возраста нормальна повышенная утомляемость, эмоциональная чувствительность и ранимость.

Согласно официальному определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

При поступлении детей в первый класс нашей школы, каждый учитель начальных классов обязательно проводит мониторинг состояния здоровья первоклассников. Родители предоставляют в обязательном порядке школьную медицинскую карту. Эти сведения важны для каждого учителя, т.к. он выстраивает индивидуальную траекторию работы с учеником, предъявляет требования, адекватные состоянию здоровья ребенка.

Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса, прежде всего, предполагают соблюдение требований СанПиНов.

Во всех кабинетах начальных классов школы грамотно подобрана цветовая гамма, которая способствует нормализации эмоционального состояния учащихся.

В классах соблюдается воздушно-тепловой режим, имеются термометры.

Организован питьевой режим – в каждом классе есть кулер или помпа, на переменах соблюдается режим проветривания.

Все учителя начальных классов следят за освещением и своевременно подаю заявки на замену ламп. В классах чисто, ежедневно проводится влажная уборка.

Здоровый образ жизни включает в себя рациональное питание, личную гигиену. Перед столовой учащиеся всей начальной школы обязательно моют руки. В каждом классе имеется аптечка первой медицинской помощи.

Большое значение имеет организация уроков. Учителя строят уроки в ответствии с динамикой внимания учащихся, учитывая время для каждого задания, чередуя виды работ, во избежание усталости учащихся.

Технологии оптимальной организации учебного процесса предполагают:



соблюдение гигиенических требований к расписанию, общему объёму учебной нагрузки, домашних заданий, в 1 классе домашние задания не предусмотрены.

Обучение особенно в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих требований: обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

Объём домашних заданий во всех классах соответствует нормам СанПиНа. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности составляет расписание так, чтобы пятница был облегченным учебным днем.

Стиль общения педагога с учащимися влияет на состояние здоровья школьников. Наличие внешней мотивации: похвала, поддержка, соревновательный момент и т.п. создает благоприятный психологический климат на уроке, который также служит одним из показателей успешности его проведения: заряд положительных эмоций, полученных школьниками и самим учителем, определяет позитивное воздействие школы на здоровье.

В течение учебного года учитель не менее трёх раз меняет расположение посадочных мест для каждого ученика. Трижды меняется и зрительное поле ученика, что является профилактикой сохранения зрения. Для снятия усталости в течение урока проводится 1-2 физкультминутки в середине урока. Время начала физкультминутки определяет учитель, ориентируясь на состояние, когда у значительной части учащихся начинает проявляться утомление.

Формирование здорового образа жизни должно проходить непрерывно и целенаправленно в средней школе.

Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса, прежде всего, предполагают соблюдение требований СанПиНов.

В классах соблюдается воздушно-тепловой режим, питьевой режим.

В соответствии с требованиями ФГОС в учебный план введен третий час физической культуры. Новый Стандарт определяет требования и к тому, что школа устраивает свою образовательную деятельность и создаёт материально-технические, информационные условия его реализации. Предъявляются требования к созданию высокого уровня информационно-образовательной среды.



Кабинеты оснащены современным оборудованием: интерактивными досками и мультимедийными проекторами. Возможности мультимедийного проектора и интерактивной доски поднимают процесс обучения на качественно новый уровень.

Продолжительность непрерывного применения технических средств обучения на уроках можно увидеть на этой таблице.

с	Просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Просмотр телепередач	Просмотр динамических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой	Прослушивание аудиозаписи	Прослушивание аудиозаписи в наушниках
	10	15	15	15	20	10
	15	20	20	15	20	15

При использовании ТСО на уроке установлены санитарно-гигиенические нормы длительности просмотра.

Рекомендуемая длительность использования на уроках различных ТСО /по Н.Т.Лебедевой в минутах/.

Классы	Просмотр диапозитивов	Просмотр видеофильмов	Просмотр передач
-2	7 – 15	15 – 20	15
-4	15 – 20	15 – 20	20
-7	20 – 25	20 – 25	20 – 25
-11	20 – 25	25 – 30	25 – 35

Здоровьесберегающие технологии предполагают такое обучение, при котором учащиеся не устают, а продуктивность их работы возрастает.

Учителю необходимо использовать следующие пути решения проблемы сохранения здоровья детей:

1. Использование технологий, имеющих здоровьесберегающий ресурс (уровневой дифференциации, индивидуального обучения, программированного обучения, групповых и игровых технологий, укрупнения дидактических единиц, развивающего обучения, и др.).

2. Применение активных методов обучения и форм организации познавательной деятельности учащихся

3. Создание комфортного психологического климата.
4. Соблюдение СанПиНа и правил охраны труда.
5. Чередование различных видов деятельности на уроке.
6. Использование аудиовизуальных средств обучения.

Преподавание предметов позволяет органично вписывать принципы здоровьесбережения в темы уроков, в различные задания на уроках литературы, географии, обществознания, ОБЖ и т.д.

Одним из главных направлений здоровьесбережения является создание **психологического климата на уроках**, которые включают:

- проведение физкультурных пауз на уроках;
- эмоциональные разрядки на уроках;
- использование релаксационных упражнений;
- дозированное домашнее задание;
- личностно-ориентированный подход;
- проектную деятельность.

#### **Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения.**

Использование технологии личностно-ориентированного обучения, в том числе технологии проектной деятельности, технологии проблемного обучения снижает эмоциональное напряжение учащихся, что улучшает адаптацию и повышает сопротивляемость организма к воздействию внешних и внутренних негативных факторов.

Использование игровых технологий, особенно в начальной школе, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач позволяют снять эмоциональное напряжение. Этот прием также позволяет решить одновременно несколько различных задач: обеспечить психологическую разгрузку учащихся, дать им сведения развивающего и воспитательного плана, показать практическую значимость изучаемой темы, побудить к активизации самостоятельной познавательной деятельности.

Учителя школы используют интерактивные формы обучения, во время которых проявляется 3 вида активности: познавательная, социальная и физическая. Интерактивные игры: «Карусель», «Ручеёк», «Школа разведки». Работа в парах постоянного и сменного состава, групповая работа, в ходе которой уровень мышления и усвоения материала заметно возрастает, детям значительно легче учиться вместе. Организуется такая работа по-разному: места размещаются так, чтобы ученики могли видеть лица друг друга, или, ученики работают стоя. Такая работа в какой-то мере помогает решить одно из условий организации



здоровьесберегающего обучения – избежать длительного сидения за партой, обеспечивает психологический комфорт.

**Организация внеурочной деятельности здоровьесберегающих технологий** включает;

-проведение двигательных и спортивно-оздоровительных мероприятий: оздоровления, физкультминутки, игры на переменах и т. д.;

-проведение внеклассных мероприятий по формированию здорового образа жизни: участие в конкурсах, акции «Мы за здоровый образ жизни!», т.д.

-просветительские мероприятия: тематические лекции с привлечением специалистов, просветительские акции, тематические недели под руководством учителей, подготовка информационных тематических листовок, подготовка тематических выставок по тематике, классные часы.

Вся воспитательная работа направлена на сохранение и укрепление нравственного, психоэмоционального, физического здоровья детей, на формирование сознательного отношения к утверждению здорового образа жизни и нравственного поведения.

В дополнительном образовании предусмотрены различные кружки и секции по различным направлениям, в том числе:

-художественно-эстетические, дают возможность эмоционально-психологически расслабиться учащемуся, развивать мелкую моторику, концентрировать внимание, учиться усидчивости.

-спортивно-оздоровительные секции дают возможность снять стресс после учебного дня, укрепить здоровье, вести активный образ жизни.



Школа на протяжении длительного времени сотрудничает с организациями, проводящими медицинскую и просветительскую деятельность.

Для учащихся проводятся лекции по гигиене, профилактические мероприятия по профилактике негативных явлений (табакокурение, алкогольная и другая зависимость).

Ежегодно проходит диспансеризация всех обучающихся, проводятся профилактические мероприятия по предупреждению заболеваний обучающихся, медицинские осмотры, профилактика травматизма, в течение года проводится мониторинг заболеваемости обучающихся.

## 7. Мероприятия по реализации Программы.

Направления	Мероприятия
Медико-профилактическая работа	<ul style="list-style-type: none"> <li>-организация медицинского обеспечения учащихся;</li> <li>-первичная профилактика;</li> <li>-питание учащихся;</li> <li>-физическое воспитание;</li> <li>-трудовое обучение, профессиональная ориентация;</li> <li>-гигиеническое воспитание учащихся;</li> <li>-иммуннопрофилактика;</li> <li>-мероприятия по обеспечению адаптации учащихся в школе;</li> <li>-диспансеризация учащихся и сотрудников;</li> <li>-анализ состояния здоровья учащихся.</li> </ul>
Психологическое здоровье	<ul style="list-style-type: none"> <li>-создание психологического комфорта учащихся;</li> <li>-организация психологической консультативной помощи учащимся, родителям, учителям;</li> <li>-формирование положительной мотивации к ведению здорового образа жизни /управлять, корректировать психическое состояние, привить чувство ответственности за свое здоровье.</li> </ul>
Социальное здоровье	<ul style="list-style-type: none"> <li>-оказание помощи учащимся из малообеспеченных, неблагополучных, многодетным семей, учащимся «группы риска», детям с особенностями здоровья;</li> <li>-оказание помощи учащимся, находящимся под опекой;</li> <li>-обеспечение бесплатным питанием в школьной столовой /согласно приказам ДОгМ/;</li> <li>-выявление учащихся «группы риска» по социальной дезадаптации;</li> <li>-помощь в разрешении конфликтных ситуациях, переживаемых детьми.</li> </ul>
Физкультурно-спортивное	<ul style="list-style-type: none"> <li>-физическое развитие ребенка, укрепление здоровья, повышение работоспособности участников образовательного процесса;</li> <li>-воспитание у учащихся нравственных качеств личности;</li> <li>-внедрение технологий педагогики</li> </ul>

	сотрудничества и личностно-ориентированной педагогики.
Охрана труда и здоровья участников образовательного процесса	<ul style="list-style-type: none"> <li>-создание безопасных условий жизнедеятельности обучающихся и охрану труда сотрудников;</li> <li>-сохранение жизни и здоровья участников образовательного процесса;</li> <li>-профилактика дорожно-транспортного травматизма;</li> <li>-участие в окружном конкурсе агитбригад «Я выбираю жизнь».</li> </ul>

### 8. Заключение, выводы.

Здоровьесберегающие технологии не могут быть вырваны из общей системы образования, они способствуют грамотному и рациональному использованию других приемов и средств обучения, развития и воспитания. Основой современной педагогики является не только стремление к максимальному развитию творческих и познавательных способностей каждого ребёнка, но и забота о воспитании физически и нравственно здорового поколения граждан. Применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно - образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья учащихся, а у ребёнка - стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Развитие и воспитание обучающихся происходит без нанесения ущерба их здоровью. Именно, успешность в учении является условием благополучного самочувствия ребёнка в школе, а это достигается путём обеспечения каждому возможности развиваться соответственно своим индивидуальным особенностям. Значит перед школой стоит задача поиска и использования технологий, форм и методов, позволяющих осуществить индивидуализацию обучения.

При реализации программы здоровьесберегающих технологий в рамках реализации ФГОС необходимо на конечном этапе создать взаимосвязь здоровьесберегающее пространства школы, модель личности ученика.



## Концептуальные позиции создания здоровьесберегающего пространства.

Методологические позиции	Содержательные положения
Миссия	Сохранение здоровья детей в период увеличения интеллектуальной нагрузки в школе
Движущие силы	<i>Внутренние:</i> мотивация школьников на основе посильного и «доброжелательного» образования; <i>Внешние:</i> комплексное взаимодействие духовой, интеллектуальной, эмоциональной, физической составляющих личности ребёнка
Условия	Построение здоровьесберегающего режима жизнедеятельности с опорой на образовательный процесс, разработка и апробация программ для разных категорий учащихся, построение урока или занятия с учётом здоровьесберегающих технологий, объединение внутренних ресурсов школы и внешних партнёров
Способ достижения цели	Поэтапное изменение во всех компонентах системы
Взаимоотношения во внешнем пространстве	Согласованное в целеполагании взаимодействие с социально-педагогическими партнёрами из учреждений дополнительного образования, здравоохранения, правоохранительных органов и др. и контроль за получением результата
Взаимоотношения во внутренней среде	Создание множества здоровьесберегающих пространств школьников в соответствии с их личностными возможностями
Риски	Отсутствие ресурсных возможностей для создания множества здоровьесберегающих пространств и функционирования в условиях школы
Формы	Урочная, внеурочная, дополнительная деятельность
Критерии	Сформированность адаптивной образовательной среды, принятие всеми участниками образовательного процесса принципов гуманистического образования в обучении и воспитании учащихся, наличие здоровьесберегающего пространства в школе
Показатели	Уровень адаптации школьников к образовательной среде (доброжелательность, отсутствие агрессии, нацеленность на позитивное созидание), степень осознанности принятия информации по здоровому образу жизни, способность применять полученную информацию в своей жизни, следование принципам

	здоровьесбережения на практике
Результат	Создание здоровьесберегающего пространства школе, формирующего у школьников осознанно отношение к здоровью как к ценности современной жизни

### **Модель личности ученика.**

При реализации программы здоровьесберегающих технологий в рамках реализации ФГОС педагоги должны знать, какие результаты должны быть получены в ходе деятельности по реализации решений, направленных на здоровьесбережения учащихся.

Для этого создана прогнозируемая **модель личности ученика.**

#### Модель выпускника 1 ступени обучения 1-4 класс:

- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;
- владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.

#### Модель выпускника 2 ступени обучения 5-9 класс:

- знание основ строения и функционирования организма человека;
- знания изменений в организме человека в подростковом возрасте;
- умение оценивать свое физическое и психологическое состояние;
- знание о влиянии зависимостей /алкогольная наркотическая, игровая и т.д./ на здоровье человека;
- поддержка физической формы; приобретение навыков, связанных с укреплением силы, выносливости, ловкости;
- гигиена умственного труда.

#### Модель выпускника 3 ступени обучения 10-11 класс:

- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию, профессиональную заботу о своем здоровье;
- убеждение в пагубности вредных привычек для своего здоровья;
- знание различных оздоровительных систем;
- поддержание здорового образа жизни;
- гигиена умственного труда.



### Ожидаемые результаты.

Создание адаптированной среды	Принятие принципов здоровьесберегающих технологий всеми участниками образовательного процесса	Создание здоровьесберегающего пространства, модель личности ученика
Разработка программ для разных категорий учащихся /инвалидов, группы риска, немотивированных, одаренных/	-Анализ работы учителей с позиции здоровьесберегающих технологий, -Анкетирование школьников	-Мониторинг психо-эмоционального, физического здоровья учеников, -Анализ взаимодействия школы и партнеров по созданию здоровьесберегающего пространства -Модель личности ученика