

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ОРЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

КОУ ОО «Орловская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи»



Согласовано:  
МО воспитателей,  
МО классных руководителей

Утверждено:  
Директор школы-интерната  
\_\_\_\_\_ И.Ю. Домогатский  
01 сентября 2020 год

**Программа  
воспитания здорового образа жизни  
обучающихся  
на 2020-2023 год**

г.Орел

Современное состояние общества, темпы его развития предъявляют высокие требования к человеку и его здоровью. Исходя из этого современная школа должна не только давать учащимся определенный объем знаний, умений и навыков, но и обеспечить каждому школьнику возможности для выявления и развития способностей, талантов при должной охране и укреплении здоровья.

Опыт некоторых школ показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует укреплению здоровья школьников. Биологическая реакция организма школьника зависит как от его адаптационных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды.

Многие параметры образовательной среды регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья школьников.

Именно поэтому разработанная программа «Формирование здорового образа жизни у школьников» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование обучающихся. В реализации программы задействованы все службы школы: администрация, педагоги, социальный педагог, медицинские работники и технический персонал.

### **ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:**

Целью данной программы является поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья обучающихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как одному из главных путей в достижении успеха.

### **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:**

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся. Их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
3. Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
4. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья.
5. Пропаганда здорового образа жизни.
6. Внедрение современных методов мониторинга здоровья.
7. Привитие обучающимся знаний, умений и навыков, необходимых для принятия разумных решений по сохранению личного здоровья, а также сохранению и улучшению безопасной и здоровой среды обитания.

### **ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ, КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ:**

#### **1. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса**

- обновление и пополнение нормативно-правовой базы школы;
- обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических норм при организации образовательного процесса, норм по охране труда и технике безопасности;
- обеспечение здоровьесберегающего режима работы школы;
- организация рациональной системы питания учащихся;
- обеспечение оптимального режима двигательной активности учащихся;
- разработка комплекса мероприятий по выявлению уровня физического и психологического здоровья обучающихся.

## **2. Инструктивно-методическая работа с обучающимися, их родителями и учителями.**

- организация семинаров для педагогов школы;
- организация родительского всеобуча;
- конференции, лектории, викторины для учащихся на валеологические темы;
- проведение инструктажей по технике безопасности, охране труда, противопожарной безопасности и учебных тренировок.

## **3. Учебно-воспитательная работа.**

- использование на уроках и во внеурочной деятельности здоровьесберегающих технологий;
- разработка валеологической тематики классных часов;
- организация работы спортивных кружков и секций школы;
- организация работы кружков валеологической направленности.

## **4. Профилактика и коррекция здоровья.**

- физкультминутки, зарядка для глаз;
- проведение в школе вечеров здоровья и отдыха;
- проведение дней здоровья;
- проведение спортивно-массовых мероприятий.

### **ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:**

- Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

### **УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ:**

- Обучающиеся;
- Классные руководители;
- Учителя – предметники (ОБЖ, биологии, физкультуры);
- Родители;
- Врачи, медицинские работники.
- Социальный педагог, психолог
- Администрация школы

### **ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА:**

- Программа учебных предметов, формирующих основы здорового образа жизни; Дни здоровья.
- Пакет диагностик состояния здоровья учащихся. Анкета склонности к вредным привычкам.

### **СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:**

2020-2023 годы

### **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

- Повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей;
- Повышение уровня профилактической работы;
- Формирование отношения детей и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- Введение оптимального режима труда и отдыха детей;

## Тематическое планирование

№ п/п	Содержание работы	сроки	ответственные	Система целесообразных форм и мер организации работы
<b>1. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса</b>				
1.	Составление социологических карт по классам, составление списков: - учащихся группы риска; - социально-опасных; - многодетных семей; - малообеспеченных семей; - неполных семей; - детей с заболеваниями	Сентябрь	Социальный педагог, классные руководители	
2.	Профосмотры детей в условиях школы	В течение года	Мед. работник,	
3.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	В течение года	Классные руководители, мед. сестра, зам. директора по УВР	
4.	Контроль состояния здоровья школьников по итогам диспансеризации	Сентябрь-октябрь	Мед. сестра	
5.	Анализ случаев травматизма в школе	В течение года	Зам. директора по УВР и ВР	
6.	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья школьников; - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил техники безопасности, противопожарной безопасности и охраны труда	Сентябрь	Директор школы-интерната	
7.	Оформление медицинских карт, листов здоровья в классных журналах. Комплектация на их основе физкультурных групп.	Сентябрь	Мед. работник, классные руководители, учителя физкультуры	
8.	Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим,	В течение года	Директор школы-интерната, зам. директора по АХР	

	проветривание, состояние мебели, окон); организация дежурства.			
9.	Эстетическое оформление интерьера класса, спален, школы (разведение цветов)	Постоянно	Зам.директора по УВР и ВР, классные руководители, воспитатели	
10.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Ежегодно сентябрь - январь	Зам. директора по УВР	
11.	Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям	Ежегодно	Директор школы-интерната	
12.	Организация активного отдыха на переменах (подвижные игры, работа библиотеки)	Постоянно	Заместители директора школы, дежурные учителя	
13.	Проведение «здоровых уроков» разнообразие форм проведения уроков	Постоянно	Администрация школы, учителя - предметники	
14.	Введение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни (ОБЖ, «Окружающий мир», «Экология»)		Администрация школы	
15.	Проведение мероприятий по охране зрения учащихся	Повседневно	Учителя - предметники	Мероприятия по охране зрения учащихся
<b>2. Контроль за соблюдением санитарно- гигиенического режима в школьном учреждении</b>				
1.	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Постоянно	Директор школы-интерната	
2.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований Сан ПиНа)	В течение года	Зам.директора по УВР	
3.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: - проветривание; - освещение; - отопление; - уборка	постоянно	Зам. директора по АХР, зам.директора по УВР и ВР, мед. работник	
4.	Обеспечение соблюдения правил пожарной	Постоянно	Директор школы-интерната	

	безопасности в школе			
5.	Содержание в исправности всех средств пожаротушения	Постоянно	Зам. директора по АХР	
6.	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Учитель физкультуры	
7.	Организация ремонта учебных кабинетов	Летний период	Директор школы-интерната	
8.	Подготовка актов по приемке школы к новому учебному году	Июль-август	Директор школы-интерната	
9.	Приемка школы к новому учебному году	Август	Директор школы-интерната	
10.	Рейды: - по проверке внешнего вида обучающихся; - по сохранности библиотечных учебников; - по выполнению школьниками режима дня	По графику	Социальный педагог, библиотекарь, совет старшекласников, зам.директора по ВР.	
11.	Регулярно проведение учебных пожарных тревог	По графику	Директор школы-интерната, учитель ОБЖ,	
12.	Приобретение сантехнического оборудования.	В течение года	Директор школы-интерната	
13.	Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов	В течение года	Директор школы-интерната	
14.	Приобретение моющих и чистящих средств	Постоянно	Зам.директора по АХР	
15.	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов	Август-сентябрь	Мед.работники	
16.	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по технике безопасности в учебных кабинетах	По отдельному плану	Администрация школы, совет трудового коллектива	
17.	Обеспечение требований техники безопасности во время ремонта школы и трудовой практики учащихся	В летний период	Директор школы-интерната	
18.	Разработка плана мероприятий по охране труда и технике безопасности в школе	Сентябрь	Администрация школы, Совет трудового коллектива	
19.	Контроль за качеством питания и питьевым	постоянно	Зам. директора, ответ.за питание	

	режимом			
20.	Диагностика загруженности учащихся домашними заданиями	В течение года	Зам.директора	
21.	Контроль физического воспитания учеников	По отдельному плану	Администрация школы, учителя физкультуры	
22.	Контроль преподавания ОБЖ	По отдельному плану	Администрация школы	
23.	Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий	Постоянно	Директор школы-интерната	
24.	Организация дежурства по школе	Постоянно	Зам.директора по УВР и ВР, классные руководители, воспитатели	
<b>3. Уровень здоровья учащихся, мероприятия по сохранности и укреплению здоровья детей</b>				
1.	Состояние здоровья учащихся (анализ на основе углубленного осмотра)	В течение года	Администрация школы	Педсоветы, родительские собрания. Выступление врачей с рекомендациями по его восстановлению
2.	Психологический мониторинг здоровья учащихся: - тест на адаптацию в начальной, средней школе; - тест на тревожность	Сентябрь-январь	Психолог	
3.	Улучшение качества медицинского обслуживания: Программа деятельности медицинского работника с больными детьми, профилактическая работа через беседы, «уголки здоровья»	Постоянно  Не реже 1 раза в месяц	Медсестра	
4.	Организация горячего питания	постоянно	Администрация школы	
5.	Оздоровительная программа с детьми в летний период	Июнь	Администрация школы	Организация и работа школьного оздоровительного лагеря, турпоходы,

				экскурсии
<b>4. Гигиеническое, санитарно – просветительное воспитание учащихся</b>				
1.	Проведение бесед, классных часов, круглых столов, диспутов	В течение года	Классные руководители, воспитатели	Индивидуальные консультации специалистов для родителей и учащихся
2.	Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни		Библиотекарь, классные руководители, воспитатели	
<b>5. Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)</b>				
1.	Результаты тестирования учащихся по выявлению склонностей учащихся к вредным привычкам. Определение дальнейшей деятельности школы	Ежегодно	Зам. директора по ВР, классные руководители	Вопросы и анкеты
2.	Участие в проведении Международного дня борьбы со СПИДом, Международного дня борьбы с курением	1.12 19.11	Зам. директора по ВР, классные руководители, учитель ОБЖ	Беседа со специалистом
3.	Проведение школьной акции «Мы – против наркотиков»	Ежегодно	Зам. директора по ВР, учитель ОБЖ, социальный педагог, педагог-психолог, учитель ИЗО	В программе: Конкурс рисунков и плакатов. Конкурс сочинений. Обзорные книжные выставки и материалы СМИ.
4.	Тематические классные часы	В течение года	Классные руководители	
5.	Тематические родительские собрания	В течение года	Классные руководители	
6.	Встречи с сотрудниками наркологического диспансера	По плану	Зам. директора по ВР, социальный педагог	
7.	Проведение бесед о вреде курения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств(5-11-е классы)	По плану зам.директора по ВР	Социальный педагог, классные руководители, воспитатели, зам. директора по ВР	
9.	Конкурсы, викторины	По плану	Зам. директора по ВР	
<b>6. Физкультурно – массовая оздоровительная работа</b>				
1.	Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом		Зам. директора по ВР, учитель физкультуры	Расписание работы секций

2.	Школьные программы спортивно – массовой оздоровительной работы	Учебный год	Директор школы-интерната	Дни здоровья, работа школьных спортивных секций, подвижные игры, конкурсы, турслеты, походы
3.	Пятиминутка Здоровья – зарядка перед уроками	Ежедневно	Физорги классов, учитель физкультуры	
4.	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	Май-сентябрь	Классные руководители, директор школы-интерната	
5.	Проведение месячника по очистке школьной территории	Апрель, май	Зам. директора по АХР	
6.	Проведение дней здоровья	Ежемесячно	Учитель физкультуры, классные руководители,	
7.	Проведение подвижных школьных перемен	Постоянно	Классные руководители	
8.	Витаминотерапия в весенний период	Март-апрель	Диетсестра	
9.	Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья	Октябрь	Учителя физкультуры	
10.	Работа спортивных секций	В течение года	Зам. директора по ВР ,учителя физкультуры, руководители секций	
11.	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива	Постоянно	Директор школы-интерната, Совет трудового коллектива, Профсоюзный комитет	
<b>7.Профилактика травматизма</b>				
1.	Занятия по правилам дорожного движения (выступления сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, викторины, конкурсы рисунков)	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители, воспитатели	
2.	Тематические уроки по профилактике	По программе	Преподаватель ОБЖ	

	травматизма в рамках урока ОБЖ			
3.	Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности	сентябрь	Директор школы-интерната, зам. директора по УВР и ВР	
4.	Статистика и анализ случаев травматизма в школы	В течение года	Мед. сестра, зам. директора по УВР и ВР	

Зам. директора по ВР

Н.Е.Ляпина