

 **Содержание**

1. **Введение**
2. **Цель и задачи программы**
3. **Анализ здоровья обучающихся**
4. **Здоровьесберегающая среда школы**
5. **Система работа по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни**

**Введение**

**Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся — это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.**

**Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся являются:**

* **Закон Российской Федерации «Об образовании».**
* **Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования.**
* **СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидимологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Постановление Главного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. № 189, вступили в силу с 1 сентября 2011 г.)**

**Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни сформирована с учётом реального состояния здоровья детей и факторов риска, имеющих место в МАОУ «СОШ №1»**

**Цель программы: обеспечить  системный подход к созданию здоровьесберегающей среды, способствующей формированию личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья, способствующей познавательному и эмоциональному развитию детей, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы школы.**

**Задачи программы:**

* **пробуждать в детях желание заботиться о своем здоровье (формировать заинтересованное отношение к собственному здоровью);**
* **формировать установки на использование здорового питания;**
* **развивать потребности в занятиях физической культурой и спортом; (использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей),**
* **научить следовать рекомендуемому врачами режиму дня;**
* **формировать знания о негативных факторах риска здоровью (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);**
* **формировать потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья;**
* **развивать готовность самостоятельно поддерживать своё здоровье на основе использования навыков личной гигиены, становления навыков противостояния вредным привычкам.**

Анализ здоровья учащихся предоставлен по следующим показателям:

* Данные углубленного медицинского осмотра
* Группы здоровья
* Физкультурные группы
* Охват горячим питанием
* Данные по хронической заболеваемости
* Данные по острой заболеваемости

**Данные углубленного осмотра обучающихся МАОУ «СОШ №1»**

**за 2019 год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 10 лет2004 | 14 лет2000 | 17 лет1997 | Итого |
| Подлежало осмотру всего | 110 | 86 | 62 | 258 |
| Осмотрено педиатром | 110 | 86 | 62 | 258 |
| Осмотрено невропатологом | 110 | 86 | 62 | 258 |
| Выявлено с отклонениями | 40/36% | 19/29% | 8/25% | 77/32% |
| Осмотрено окулистом | 110 | 86 | 62 | 258 |
| Выявлено с пониженной остротой зрения |  | 13/11% | 4/1% | 27/21% |
| Осмотрено отолярингологом | 110 | 86 | 62 | 258 |
| Выявлено с понижением слуха- | - | - | - | - |
| Осмотрено хирургом ортопедом | 110 | 86 | 62 | 258 |
| Выявлено с нарушением осанки |  |  |  |  |
| Выявлено со сколиозом |  | 2 | 1 | 3/1% |
| Осмотрено стоматологом  | 110 | 86 | 62 | 258 |
| Выявлено с отклонениями всего | 42/47% | 122/33% | 33/41% | 327/32% |
| В т.ч. с кариесом | 36/33% | 15/23% | 8/25% | 59/28% |
| Осмотрено гинекологом | - | 45 | 43 | 412 |
| Выявлено с отклонениями | - | - | 2 | 2/ 1,5% |
| Осмотрено урологом  | - | 41 | - | 41 |
| Выявлено с отклонениями | - | 3/3% | - | 3/3% |
| Оценка физического развития детей |  |  |  |  |
| Высокое  | 7/6% | 1/2% | 1/3% | 9/4% |
| Выше среднего | 11/1% | 3/5% | 2/6% | 16/8% |
| Среднее  | 83/75% | 57/86% | 27/84% | 167/80% |
| Ниже среднего | 4/4% | 2/3% | 2/6% | 8/4% |
| низкое | 3/3% | 1/2% | - | 4/2% |
| В т.ч. с дефицитом массы тела | 2/2% | 2/3% | - | 4/2% |

**Отчет по хронической заболеваемости и**

**патологических состояниях обучающихся за 2019 год**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Лиц с данным заболеванием |
|  | Всего | Установлено впервые | % |
| Всего: | 180 | 32 | 57,6 |
| В том числе: |  |  |  |
| 1. Инфекционные и паразитарные болезни | 8 | 2 | 14,4 |
| Из них: |  |  |  |
| гельминтозы | 3 | 2 | 5,4 |
| туберкулез |  |  |  |
| Реконвалисценты гепатита |  |  |  |
| 2. Новообразования | 1 | 1 | 1,8 |
| 3. Болезни крови и кроветворных органов всего:  | - | - |  |
| Из них: |  |  |  |
| Анемии, связанные с питанием |  |  |  |
| 4. Б-ни эндокринной системы, нарушения обмена в-в | 8 |  | 7,2 |
| Из них: |  |  |  |
| Болезни щитовидной железы | 8 | 6 | 7,7 |
| Сахарный диабет | 2 |  | 0,2 |
| ожирение | 3 | 3 | 5,4 |
| 5. Психические расстройства всего: |  |  |  |
| Из них: |  |  |  |
| Умственная отсталость |  |  |  |
| Эмоц. нарушения: тики, заикание, энурез и др. |  |  |  |
| 6. Болезни нервной системы всего: | 4 |  | 7,2 |
| Из них: |  |  |  |
| Вегетососудистая дистония |  |  |  |
| 7. Болезни глаза и придаточного аппарата | 25 |  | 45,0 |
| Из них: |  |  |  |
| миопия | 25 | 5 | 45,0 |
| 8. Болезни уха и сосцевидного отростка | 1 |  | 1,8 |
| Из них: |  |  |  |
| Хронический отит | 1 |  | 1,8 |
| 9. Болезни системы кровообращения всего: | 1 |  | 1,8 |
| Из них: |  |  |  |
| Первичная гипертензия |  |  |  |
| Хронические ревматические болезни сердца | 3 |  | 5,4 |
| 10. Болезни органов дыхания: | 22 |  | 39,6 |
| Из них: |  |  |  |
| Хронические болезни верхних дыхательных путей | 20 |  | 36,0 |
| Хронические болезни нижних дыхательных путей | 2 |  | 3,6 |
| Бронхиальная астма | 20 |  | 36,0 |
| 11. Болезни органов пищеварения всего: | 35 |  | 43,0 |
| Из них: |  |  |  |
| Энтероколит | 5 |  | 9,0 |
| Язва желудка и 12-перстной кишки | 1 |  | 1,8 |
| Гастрит, дуоденит | 6 | 2 | 10,8 |
| Функциональные расстройства желудка | 8 |  | 14,4 |
| Желчекаменная болезнь, холецистит, холангит | 8 |  | 14,4 |
| Кариес декомпенсированный | 1 |  | 1,8 |
| 12. Болезни кожи и п/к клетчатки всего: | 10 |  | 18,1 |
| Из них: |  |  |  |
| Аллергические дерматиты | 3 | 1 | 5,4 |
| 13. Болезни костно-мышечной системы всего: | 5 |  | 9,0 |
| Из них: |  |  |  |
| сколиоз |  |  |  |
| Плоская стопа приобретенная | 3 | 1 | 5,4 |
| 14. Болезни мочеполовых органов всего: | 51 |  | 25 |
| Из них: |  |  |  |
| Болезни почек и мочевыводящих путей | 51 | 5 | 50,0 |
| Гинекологические заболевания | 2 |  | 3,6 |
| 15. Врожденные аномалии развития | 1 |  | 1,8 |
| Прочие | 6 |  | 10,8 |

Среди хронических заболеваний на 1 месте – болезни мочеполовых органов (50%);

На 2-ом месте – болезни органов пищеварения (43%);

На 3-м – болезни органов дыхания (36%).

**Отчет по острой заболеваемости обучающихся МАОУ «СОШ №1»**

**за 2019 год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Количество детей | 1050 | % |
| Общее число заболеваний | 790 | 67% |
| 1. Инфекционные и паразитарные болезни | 70 | 70% |
| Из них: ОКИ | 20 | 22.0% |
| Энтеробиоз  | 3 | 0,2% |
| Ветреная оспа | 17 | 10,0% |
| Прочие  | 5 | 6,0% |
| 2. Болезни нервной системы |  |  |
| 3. Болезни глаз | 2 | 0,2% |
| 4. Болезни системы кровообращения |  |  |
| 5. Болезни органов дыхания | 699 | 55% |
| 6. Болезни органов пищеварения | 5 | 0,4% |
| 7. Болезни мочеполовой системы |  |  |
| 8. Травмы и отравления | 2 | 0,1% |

По острой заболеваемости на 1-ом месте заболевания органов дыхания - 699;

На 2-м месте – инфекционные и паразитарные заболевания (70)

На 3-м месте ветряная оспа (17)

Распределение по группам здоровья

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Группы здоровья | 2017 | 2018 | 2019 |
| 1 | 2% | 3% | 5% |
| 2 | 58% | 52% | 63% |
| 3 | 39,1% | 45% | 34,7% |
| 4-5 | 0,9% | 1% | 0,3% |

Процент детей с 1 группой здоровья в школе с каждым годом становится все выше.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **год** | **основная** | **подготовительная** | **специальная** |
| 2017 | 66% | 30% | 3% |
| 2018 | 60% | 36% | 4% |
| 2019 | 61% | 35% | 4% |

Количество детей с основной физкультурной группой тоже с каждым годом уменьшается. Много детей с основной физкультурной группой в 2а, 2в, 2г, 3а, 3б, 4а, 4в, 5б, 8б. И хотя стартовый уровень здоровья детей при поступлении в школу выше, чем в среднем и старшем звене, все же показатели с каждым годом снижаются как по начальной школе, так и по всей школе в целом.

 Горячее питание в школе тоже важный фактор в сохранении здоровья детей. В среднем по школе охват питанием составляет 91%. Количество классов со 100% охватом питания в этом году повысился и составляет 76% по школе.

 Изучение здоровьесберегающей деятельности в школе показывает, что у нас есть определенный опыт работы в этом направлении. Используются мероприятия такие, как витаминизация пищи, своевременная вакцинация, информирование обучающихся и их родителей по вопросам здоровьесбережения. Например, работа с учащимися и их родителями по профилактике гриппа, вакцинация против гриппа дали свой положительный результат – массового карантина по гриппу в школе в этом году снова не было.

 Чем старше становятся дети, тем ниже показатели их здоровья. Следовательно, каждому учителю нужно учитывать, что присутствующий на уроке в обычной школе ребенок, как правило, не здоров. Конечно, учителя не должны выполнять часть обязанностей врача или медсестры, а должны научиться психолого- педагогическим технологиям, позволяющим работать так, чтобы не нанести ущерба здоровью своих учеников и на своих уроках, и в общей программе работы школы, на деле решающей приоритетную задачу охраны здоровья всех, находящихся под ее крышей. К тому же из результатов медосмотра видно, какую профилактическую работу реально проводить.

**Школьные факторы риска, влияющие на здоровье детей:**

* **Компьютеризация, создающая дополнительную нагрузку на зрение.**
* **Учебный стресс.**
* **Снижение двигательной активности.**

**2. Создание здоровьесберегающей среды в МАОУ «СОШ №1»**

**2.1. В школе создана материально-техническая база, обеспечивающая оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья обучающихся.**

**- 3 спортивных зала**

**- 2кабинета врача**

**- кабинет педагога-психолога**

**- 2 школьных столовых на 600 и 45 мест**

**-учебные кабинеты – 48+8**

**-библиотека**

**-кабинет логопеда**

**Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.**

**Школьные столовые позволяют организовывать горячие обеды в урочное время. В школе работают оснащенные спортивные залы (2больших и малый), оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.**

**В школе работают медицинские кабинеты.**

**В школе строго соблюдаются все требования к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.**

**2.2. Эффективное функционирование созданной здоровьсберегающей инфраструктуры в школе поддерживает квалифицированный состав специалистов: психолог, логопед врач и медицинская сестра, учителя физической культуры, учитель ОБЖ.**

**2.3. Режим работы школы соответствует требованиям СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса». Сохранение и укрепление здоровья учащихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работе педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.**

**Организация образовательного процесса строится с учетом гигиенических норм и требований к орга­низации и объёму учебной нагрузки.**

2.4. Здоровьесберегающее пространство школы дополняется : спортивным комплексом ДИВС, бассейн, Ледовая арена, которые располагаются рядом со школой, где дети имеют возможность посещать спортивные секции.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Направления деятельности** | **Содержание деятельности** | **Сроки исполнения** | **Ответственные** | **Способы оценки результатов** |
| Образовательное | 1. Организация методического обеспечения для самообразования педагогов по вопросам здороьесбережения.
2. Проведение тематических совещаний
3. Повышение квалификации педагогов по вопросам здоровьесбережения.
4. Внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий.
5. Проведение Дней здоровья, месячников «Я выбираю ЗОЖ», классных часов, бесед с представлением информации, призванной убедить в преимуществе ЗОЖ.
6. Организация и проведение общешкольных родительских собраний, посвященных пропаганде ЗОЖ.
7. Повышение уровня воспитанности учащихся.
8. Выполнение программы по профилактике вредных привычек.
9. Создание условий для самореализации, самоопределения детей «группы риска», детей-инвалидов, опекаемых.
 | ПостоянноПо плануПостоянно Постоянно По плануПо плануПостоянноПо плануПостоянно  | Библиотекарь, зам. дир. по ПВАдминистрация Зам. дир. по наукеУчителя-предметники, класс. рук.Зам. дир. по ПВ и по зам. дир. по ВРЗам. дир. по ПВ, класс. рук.Зам. по ВР, класс. рук.Зам. дир. по ПВУчителя-предметники, класс. рук. | Наличие необходимой лит-ры.Протокол. Сертификаты о повышении квалификации.планы вр Записи в журнале.Протоколы.Результаты диагностики Информационные справки.Информационные справки |
| Оздоровительное | 1. Проведение мониторинговых исследований состояния здоровья обучающихся.
2. Наличие и функционирование медицинского кабинета в школе.
3. Введение физкультурных пауз на уроках 1-5 классов.
4. Укрепление физкультурно-спортивной базы.
5. Обеспечение горячим питанием учащихся на 100%.
6. Витаминизация пищи.
7. Организация и проведение медицинских осмотров учащихся.
8. Проведение своевременной вакцинации.
9. Отслеживание санитарно-гигиенических условий обучения.
10. Профилактика и коррекция зрения обучающихся.
11. Профилактика и коррекция осанки.
12. Индивидуальная работа с агрессивными и тревожными детьми.
13. Оздоровление педагогов.
14. Составление расписания уроков с учетом требований СанПиН.
15. Психологическое сопровождение процесса обучения.
16. Профилактика вирусных заболеваний.
17. Дифференцированный подход к учащимся.
 | Ноябрь Постоянно Постоянно Постоянно Постоянно Постоянно По графикуПо графикуПостоянно Постоянно Постоянно Постоянно Постоянно Постоянно Каждую четвертьПостоянно Постоянно  | Зам. дир. по ПВ, мед. работникМед. работникУчителя-предметникиДиректор Кл. рук.Зав. производствомМед. работникМед. работникАдминистрация Учителя-предметникиУчителя-предметникиПсихолог, класс. рук.Совет трудового коллектива, каждый индивидуально. Диспетчер по расписанию.Психолог Мед. работникУчителя-предметники | Аналитические справки.Информационные справки посещенных уроков.Информационные справки.Меню.Мед. карты.Мед. карты.Информационные справки.Информационные справки посещенных уроков.Информационные справки посещенных уроков.Аналитические справкиМед. карты.Информационные справки посещенных уроков. |