

«Утверждаю»

Директор МОБУ  
«Волховская средняя  
общеобразовательная школа №1»  
А.Ю.Арутюнян  
Приказ № 425 от 31.08 2016 г.



**Многоуровневая модель психолого-педагогического сопровождения обучающихся в  
МОБУ «Волховская средняя общеобразовательная школа №1» в рамках системы  
формирования культуры здоровья**

**Цель:**

Формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни

**Задачи:**

1. Сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
2. Организация методического обеспечения здоровьесберегающих образовательных технологий;
3. Сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
4. Дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
5. Расширение видов двигательной активности обучающихся в ходе учебной и внеурочной деятельности;
6. Сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
7. Сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

**Основные принципы программы для всех уровней образовательного процесса:**

1. Принцип сознательности и активности – чёткая постановка целей, задач, их осознание обучающимися, побуждение к самоанализу, самооценке, самоконтролю.
2. Принцип индивидуальной доступности – дозировка нагрузок в соответствии с возможностями занимающихся, учёт их индивидуальных и психофизических особенностей.

3. Принцип систематичности и последовательности – непрерывность и этапность физкультурно-оздоровительных воздействий.
4. Принцип культуросообразности ( включение в культуру посредством специально ориентированной и организованной здоровьесоздающей деятельности);
5. Принцип гуманности основан на признании индивидуальности каждого ребёнка, его физического, духовного, эмоционального, социального и нравственного развития, милосердия и поддержки в критической ситуации. Проявляется это в поддержке личности в стремлении к самоопределению, помощи ребёнку в самореализации в семье, в школе, в оздоровительных, культурных, правовых, социальных, государственных и общественных учреждениях;

**Модель организации работы МОБУ «Волховская средняя общеобразовательная школа №1» по развитию у обучающихся культуры здоровья на разных уровнях образовательного процесса:**

**Первый этап** – диагностика и анализ состояния и планирование работы образовательного учреждения по данному направлению, в том числе по:

- анкетированию детей и родителей, анализу полученных результатов;
- анализу соблюдения и выполнению режима дня детей;
- анализу расписания занятий;
- выполнению санитарно-гигиенических требований;
- рациональному питанию;
- профилактике вредных привычек;
- организации просветительской работы с обучающимися и родителями;
- мониторингу физического развития обучающихся;
- анализу заболеваемости обучающихся, выявлению динамики различных заболеваний, их возможных причин.

**Второй этап** – организация просветительской работы МОБУ «Волховская средняя общеобразовательная школа №1».

1. Просветительско-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование ценностей здоровья и здорового образа жизни, включает:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, которые носят модульный характер, реализуются во внеурочной деятельности или включаются в учебный процесс;
- лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек;
- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни;
- создание в школе общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, обучающихся старших классов, родителей.

2. Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями, направленная на повышение квалификации работников образовательного учреждения и повышения уровня знаний родителей по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает:

- проведение соответствующих лекций, семинаров, педсоветов, круглых столов, тренингов, родительских собраний, ролевых игр и т.п.;
- приобретение для педагогов, специалистов и родителей необходимой научно-методической литературы;
- привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

### Направления реализации программы:

Структура системной работы по развитию здорового и безопасного образа жизни на ступени основного общего образования представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков:

Блоки	Условия	Планируемый результат
Здоровьесберегающая инфраструктура	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Соответствие состояния зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.</li> <li>2. Наличие столовой, помещения для хранения и приготовления пищи, необходимого технологического оборудования.</li> <li>3. Организация качественного горячего питания, в том числе горячих завтраков и обедов.</li> <li>4. Наличие спортивного зала, спортивной площадки, необходимого игрового и спортивного оборудования и инвентаря.</li> <li>5. Наличие медицинского кабинета, кабинет ДРОЗД «Навигатор здоровья»</li> <li>6. Комплектование необходимого и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (специалисты: учителя физической культуры, социальный педагог, педагог-психолог, фельдшер, медсестра-ортопедистка, врач окулист).</li> <li>7. Оснащение учебных кабинетов необходимым оборудованием, мебелью, учебным материалом.</li> </ol>	Соответствие состояния и содержания зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся
Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся	<p style="text-align: center;"><b>Рациональная организация учебного процесса</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. С целью профилактики утомления и стрессов как одной из наиболее реальных возможностей здоровьесбережения в школе особое внимание уделять соблюдению гигиенических норм и требований к объему учебной и внеучебной</li> </ol>	Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (выполнение

	<p>нагрузки обучающихся на всех уровнях обучения.</p> <p>2. Соблюдение гигиенических требований к условиям обучения школьников:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• поддержание постоянного воздушно-теплового режима в помещениях школы; до начала учебных занятий и после них осуществление сквозного проветривания;</li> <li>• наличие во всех учебных кабинетах естественного освещения, создание условий для максимального использования дневного света и равномерного освещения учебных помещений;</li> <li>• применение в учебных помещениях системы искусственного освещения, соответствие уровня освещенности в кабинетах гигиеническим нормам и требованиям;</li> <li>• исключение действия раздражающих посторонних звуков, создание спокойной звуковой обстановки.</li> </ul> <p>3. Во избежание утомления и стрессов особое внимание уделять рациональной организации урока:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организация различных видов деятельности (письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание и работа с наглядными пособиями, проблемные беседы, решение задач, выполнение творческих заданий) на уроке, которые чередуются через 10 – 15 минут, а при необходимости и чаще;</li> <li>• поддержка благоприятного психологического климата, уделять особое внимания эмоциональным разгрузкам;</li> <li>• проведение на уроках тематических физкультминуток, содержащих комплекс упражнений для разминки мелких мышц руки в начальной школе, массажа активных точек, гимнастики для глаз в средней и старшей школе.</li> </ul> <p>4. В своей педагогической деятельности следовать принципам здоровьесберегающей педагогики:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• принципу оздоровительной направленности;</li> <li>• принципу комплексного межпредметного подхода к обучению школьников;</li> </ul>	<p>домашних заданий, занятий в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обучения.</p> <p>Обучающиеся знают о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека.</p> <p>У обучающихся сформировано ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей.</p>
--	---	---

- принципу активного обучения;  
принципу формирования у обучающихся ответственности за их здоровье и здоровья окружающих людей.

5. Использовать на уроках методы и приёмы здоровьесберегающих технологий, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся:

- метод групповой и коллективной работы;
- методы, направленные на самопознание и развитие самооценки обучающихся;
- практические методы (проведение практических, лабораторных работ; экскурсий; выполнение творческих работ; проектов на заданную тему);
- игровые методы обучения (использование на уроках познавательных, сюжетно- ролевых, дидактических, ситуационных игр);
- метод проблемного обучения.

6. Осуществлять индивидуализацию обучения: учитывать индивидуальные особенности развития каждого ученика.

7. Соблюдать правила при работе за компьютером.

#### **Медицинское обеспечение программы**

- распределение обучающихся по группам здоровья;
- профилактические прививки обучающихся и учителей;
- заполнение паспортов здоровья классов;
- заполнение паспортов физического развития обучающихся;
- диспансеризацию педагогического коллектива школы;
- выполнение санитарно-гигиенических требований;
- контроль за выполнением рекомендаций листа здоровья;

#### **Психолого-педагогическое и социальное обеспечение программы:**

- тесное сотрудничество учителей школы со школьным психологом, медицинскими

	<p>работниками школы, социальным педагогом,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• сотрудничество учителей-предметников с классными руководителями;</li> <li>• предупреждение конфликтных ситуаций «учитель – ученик», «ученик-ученик»,</li> <li>• решение проблем, связанных с трудностями, возникающими у обучающихся в процессе занятий физической культурой (помощь в преодолении психологического барьера, ориентация на успех в физическом развитии);</li> <li>• психологические консультации для родителей и школьника;</li> </ul>	
<p>Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы</p>	<p><b>Организация физкультурно-оздоровительной работы предполагает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• наличие третьего дополнительного урока по физической культуре;</li> <li>• организация динамических пауз в виде игр в начальной школе;</li> <li>• организация секций на базе «ФосАгро – ДРОЗД»;</li> <li>• участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях (Дни здоровья, Весёлые старты, и т.д.);</li> <li>• участие в муниципальной олимпиаде по физической культуре;</li> <li>• проведение классных часов по вопросам гигиены, охраны здоровья и формирования здорового образа жизни, углубления знаний обучающихся о факторах здоровья и нездоровья;</li> <li>• участие в городских мероприятиях, посвященных охране здоровья;</li> </ul>	<p>Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья; рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно – двигательного характера на ступени основного общего образования. Обучающиеся имеют представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и отдыха</p>
<p>Реализация дополнительных образовательных программ</p>	<p><b>Для введения дополнительных образовательных программ необходимо:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• осуществление мониторинга физического развития обучающихся с последующим анализом;</li> <li>• проведение совместно с фельдшером школы анализа заболеваемости обучающихся, выявление динамики различных заболеваний и их возможных причин;</li> </ul>	<p>Эффективное внедрение в систему работы программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проведение с обучающимися бесед о сохранении, укреплении здоровья, профилактические беседы о мерах по предупреждению инфекционных (гриппа, гепатита, туберкулеза и др.) и паразитных (аскаридоза, гельминтоза, педикулеза) заболеваний;</li> <li>• проведение дней здоровья;</li> <li>• организация работы внеурочной деятельности;</li> <li>• проведение мониторинга здоровья обучающихся с целью создания условий для развития у школьников умений оценивать здоровье человека, определять степень влияния факторов окружающей среды на здоровье человека.</li> <li>• проведение тематических классных часов с валеологическим содержанием и участие школьников в секции валеологии в ежегодной научно-практической конференции;</li> <li>• участие в городских мероприятиях, посвященных охране здоровья;</li> </ul>	образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс
Просветительская работа с родителями (законными представителями)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Консультативная работа, цель которой – разработка рекомендации для учителей, родителей по укреплению здоровья школьников.</li> <li>2. Информирование родителей по вопросам здоровья школьников и пропаганды здорового образа жизни с использованием листовок и на общешкольных родительских собраниях.</li> <li>3. Индивидуальное консультирование родителей по вопросам здоровья школьников и пропаганды здорового образа жизни.</li> <li>4. Совместная внеклассная работа педагогов, родителей и обучающихся: туристические походы, экскурсии;</li> </ol>	Эффективная совместная работа педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек

### Комплексный план мероприятий по реализации направлений программы

<i>Направление деятельности</i>	<i>Содержание деятельности, мероприятия</i>	<i>Сроки</i>	<i>Ответственные</i>
---------------------------------	---	--------------	----------------------

<p><u>Здоровьесберегающая инфраструктура</u>  <u>МОБУ «Волховская СОШ №1»</u> – должна быть направлена на создание условий для эффективной организации образовательного процесса</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выявление категорий детей, нуждающихся в бесплатном питании.</li> <li>• Витаминизация блюд.</li> <li>• Организация дотационного питания учащихся из социально незащищенных семей.</li> <li>• Организация медицинского обслуживания школьников</li> <li>• Участие школьников в целевых воспитательных программах по воспитанию культуры ЗОЖ</li> </ul>	<p>сентябрь</p> <p>в течение года</p>	<p>классные руководители</p> <p>зав.столовой</p> <p>администрация ОУ</p> <p>фельдшер</p>
<p><u>Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся</u> – должна быть направлена на повышение эффективности учебного процесса</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение тематических педсоветов по вопросам организации учебной и внеучебной деятельности в условиях реализации ФГОС.</li> <li>• Диагностика времени, расходуемого обучающимися на выполнение тех или иных заданий.</li> <li>• Разработка разноуровневых заданий для самостоятельной работы обучающихся.</li> </ul>	<p>в течение года</p>	<p>зам. директора по УВР</p> <p>педагоги</p>
<p><u>Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы</u> – должна быть направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, сохранение и укрепление здоровья детей и формирование культуры здоровья</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Весёлые старты».</li> <li>• Спартакиады.</li> <li>• Оздоровительные минутки на уроках.</li> <li>• Ритмические паузы на переменах.</li> <li>• «Дни здоровья».</li> <li>• Конкурс агитбригад «За здоровый образ жизни»</li> <li>• Классные часы на тему безопасного поведения: «Почему вредной привычке ты скажешь «нет»?»</li> <li>• Встречи со специалистами обучающихся, направленные на профилактику вредных привычек.</li> </ul>	<p>в течение года</p>	<p>учителя физкультуры</p> <p>психолог</p> <p>социальный педагог</p>
<p><u>Реализация дополнительных образовательных программ</u> – должна быть направлена на формирование ценности здоровья и ЗОЖ у детей</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Работа спортивных секций</li> <li>• Внеурочная деятельность направленная на формирование культуры здоровья</li> </ul>	<p>в течение года</p>	<p>зам.директора по ВР,</p> <p>педагоги</p>
<p><u>Просветительская</u></p>	<p>Консультации для родителей по</p>		



<p><u>работа с родителями</u>– должна быть направлена на объединение усилий для формирования ЗОЖ у обучающихся</p>	<p>различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья (« Режим дня», «Влияние на здоровье ребенка негативной теле- и видеoinформации », «Вредные привычки – профилактика в раннем возрасте» и т.п.).</p>	<p>в течение года</p>	<p>зам.директора по ВР  классные руководители  психолог социальный педагог</p>
<p>Организация медицинского обслуживания в школе</p>	<p><b>1.Организационные мероприятия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проверка санитарного состояния школы к началу учебного года</li> <li>• Анализ состояния здоровья детей</li> <li>• Распределение школьников на медицинские группы для занятий физической культур</li> <li>• Оформление медицинских карт учащихся</li> <li>• Контроль санитарно- гигиенического состояния пищеблока, бракераж готовой продукции.</li> </ul> <p><b>2. Лечебно-профилактические мероприятия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация и проведение медицинского осмотра об-ся узкими специалистами</li> <li>• Организация профилактических мероприятий по предупреждению травматизма об-ся</li> <li>• Проведение мониторинга состояния здоровья об-ся</li> </ul> <p><b>3. Санитарно–просветительская деятельность:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация и проведение лекций и бесед для школьников о сохранении и укреплении здоровья</li> <li>• Оформление уголков здоровья, информационных стендов по профилактике социально-значимых заболеваний».</li> </ul>	<p>В течение года</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года</p>	<p>фельдшер</p> <p>фельдшер</p> <p>зам. директора по ВР</p> <p>фельдшер</p>

### Оценка эффективности реализации программы:

Основные результаты реализации программы развития культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур.

### Критерии оценки реализации проекта программы развития культуры здорового и безопасного образа жизни.

№ п/п	Критерий	Показатели	Диагностика (формы работы)
1.	Распространенность основных факторов риска нарушения здоровья	Положительная динамика результативности Анкетирования по данному вопросу.	Наблюдение  Анкетирование
2.	Информированность в отношении факторов риска	Положительная динамика результативности Анкетирования по данному вопросу.	Наблюдение  Анкетирование
3.	Сформированность у школьников установок на здоровый образ жизни.	Положительная динамика результативности Анкетирования по данному вопросу.	Наблюдение  Анкетирование

### Планируемые результаты реализации проекта программы.

#### Личностные УУД:

- оценивать важность бережного отношения к здоровью человека и к природе;
- понимать важность здорового образа жизни, красоты природы и творчества;
- вырабатывать в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения, способствующие ненасильственному и равноправному преодолению конфликта;

#### Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности, составлять план действий по решению проблемы (задачи);
- использовать информацию в проектной деятельности по формированию ЗОЖ под

руководством учителя.

*Коммуникативные УУД:*

- оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций, в том числе с применением средств ИКТ;
- при необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее. Учиться подтверждать аргументы фактами;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.);
- предвидеть (прогнозировать) последствия коллективных решений.

### **Модель формирования культуры здоровья обучающегося (выпускника школы)**

I. Основы культуры здоровья (здоровьесберегающие компетентности)	- устойчивая потребность в ЗОЖ - умение применять средства оздоровления - поддержка собственного физического уровня
II. Коммуникативные компетентности	- умение выстраивать позитивное межличностное общение - умение решать конфликты ненасильственным путем - адекватное поведение в стрессовых ситуациях
III. Интеллектуальные компетентности	- оптимальное использование медиатехнологий без ущерба для здоровья - владение приемами научной организации учебной (интеллектуальной) деятельности - знания о навыках профилактики и сохранения здоровья и о системы жизненных ценностей

### **Сроки реализации проекта программы**

Программа предполагает пятилетний период осуществления (2016-2021г.) Именно этот период является наиболее обозримым практически и наиболее удобным для схемы образовательной деятельности, включая в себя начало работы, ее развитие и подведение итогов.

Это оптимальный вариант для экспериментальной деятельности по внедрению здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательный процесс школы, создание условий комфортности для успешной адаптации при переходе обучающихся на новую ступень обучения. Это возможность анализа результативности деятельности школы.

Социальный педагог

Михайлова Е.Г

Педагог-психолог

Тихонова Е.Д.