

## Пояснительная записка.

**Здоровьесберегающая программа нашей школы направлена на:** организацию системной работы по охране и укреплению здоровья детей.

Согласно официальному определению Всемирной организации Здравоохранения, «Здоровье – это физическое, психическое и социальное благополучие».

Особенно важны в решении проблем сохранения и укрепления здоровья следующие задачи:

### **Науки:**

- разработка новых технологий и их компонентов;
- экспертиза любых педагогических нововведений;
- просвещение учителей;
- просвещение родителей.

### **Администрации школы:**

- соблюдение СанПиН-ов;
- обеспечение подготовки кадров;
- создание инфраструктуры для оздоровительной деятельности;
- внедрение новейших технологий обучения и оздоровления, прошедших экспертизу;
- влияние на социальные и психологические факторы и их контроль.

### **Учителя:**

- просвещение обучающихся;
- мотивация обучающихся;
- создание эффективного психологического климата в классе;
- выбор адекватных средств и методов;
- индивидуальный подход;
- взаимодействие с семьей;
- фиксация проблем.

### **Родителей:**

- создание условий для занятий ребенка;
- создание условий для оздоровления ребенка;
- формирование морали, социальных установок;
- передача культурной традиции;
- взаимодействие с учителем в проблемных ситуациях;
- влияние на психологические внутришкольные факторы.

Есть свои задачи в сохранении и укреплении собственного здоровья и у

### **Обучающихся:**

- формирование собственной мотивации к здоровью;
- формирование привычки соблюдать гигиенические правила и нормы;
- изучение учебного материала;
- нацеленность на поиск позитивного выхода в проблемных ситуациях.

## **Субъекты здоровьесбережения, их взаимодействие и функции.**

Основные субъекты здоровьесбережения ученика:

- наука
- администрация
- учитель
- врач
- семья
- ученик.

### **Основные функции субъектов:**

- наука дает знания;
- администрация - критерии и оценки;
- учитель дает знания, навыки и оценку;
- врач дает лечение;
- семья дает условия для жизни и здоровьесбережения;
- ученик – мотивацию.

Возможности и характер воздействия субъектов различен и только их совместная деятельность может обеспечить реальный успех здоровьесберегающих мероприятий.

### **Нормативно-правовой базой здоровьесберегающей программы являются:**

- Закон РФ «Об образовании»;
- Конвенция о правах ребенка;
- Закон РФ « О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- «Гигиенические требования в общеобразовательных учреждениях СанПиН 2.4.2.1178-02»;
- Устав школы;
- Типовое положение об образовательном учреждении;
- Приказ министерства образования РФ «Об утверждении базисного плана ОУ»;

## Классификация факторов, влияющих на здоровье школьника.

### Факторы

**Эндогенные**  
возвратные  
наследственные  
**типологические**  
**индивидуальные**

катамнез

**пороки развития**

**перенесенные заболевания**

половые

**Экзогенные**  
внешешкольные  
внутришкольные  
**экологические**  
1. Природные  
2. Биогенные  
3. Техногенные  
4. Социогенные

**экономические**  
**социальные**  
1. Семейные  
2. Культурные  
3. Социобытовые  
4. Медицинские

### Педагогические

1. Организация учебного процесса.
2. Учебная нагрузка
3. Средства и методы обучения и воспитания.
4. Качество дидактических материалов.
5. Педагогические методики.
6. Организация физического воспитания.

### Физиолого-гигиенические

1. Режим дня
2. Качество оборудования
3. Организация двигательной активности
4. Оздоровительные мероприятия

### Социопсихологические

1. Мотивация обучающихся
2. Взаимоотношения: ученик-учитель
3. Взаимоотношения: ученик-класс
4. Взаимоотношения: учитель-родитель

# Здоровьесберегающая программа

## Блок 1: «Школьная среда».

### Вид образовательного учреждения:

Основная общеобразовательная школа.

**Характеристика здания школы:** здание кирпичное, современное, одноэтажное. Крыша шиферная, двери деревянные. В школе имеется спортивный зал, столовая располагается в приспособленном помещении.

Косметический ремонт классных комнат и рекреаций производится каждый год по окончании учебного года.

**Занятия:** производятся в одну смену. В школе занимается 17 учеников.

1кл	2кл	3кл	4кл	5кл	6кл	7кл	8кл	9кл
1	1	1	2	1	5	2	4	-

**Инфраструктура школы:** отопление газовое.

Туалеты на улице. Водопровод и канализация отсутствуют.

### Здоровьесберегающая инфраструктура МОУ ООШ п. Передовой.

Здание школы.	Расположено в центре села, вдали от промышленных узлов.
Участок ОУ	Пришкольный участок находится за ОУ
Оборудование подсобных помещений	Туалеты на улице
Ремонт здания ОУ	Здание ОУ открыто в 1967 году. Рассчитано на 192 ученика. Современное. Косметический ремонт проводится регулярно.
Водоснабжение и канализация	Отсутствует.
Кабинет информатики	Оснащен 2 компьютерами. Площадь кабинета 16 кв м.
Учебные мастерские	Одна
Размеры мебели	Соответствуют требованиям Сан ПиНа
Воздушно-тепловой режим	Контролируется регулярно.
Оснащенность мест занятий	Соответствует норме.
Санитарное состояние	Контролируется СЭС
Спортивный зал	Соответствует по габаритам. Спортивное оборудование в недостаточном количестве.

Спортивная площадка	Оборудована недостаточно.
Столовая	Приспособленное помещение. Имеются столы, стулья, инвентарь.
Питание	Буфетное, ежедневно.

### **Оздоровительная инфраструктура школы:**

Спортивный зал

Спортивная площадка

### **Здоровьесберегательная деятельность школы:**

Профилактические прививки проводятся по графику и по возрасту детей.

Прививки делает медработник ФАПа п. Передовой.

В школе проходят Дни здоровья – в конце каждого месяца, проводятся спортивные праздники: веселые старты, соревнования, игры на свежем воздухе.

Весной и осенью ученики проходят витаминизацию.

В школе регулярно проводятся беседы о здоровье, здоровом образе жизни.

Беседы проводятся фельдшером, классными руководителями, учителями

ОБЖ. В ОУ постоянно работает пресс-центр, освещаемые темы которого:

«Осторожно - грипп!», «Осторожно ледокол!», «01!» и другие.

№ п/п	Объект	Активность школы
1.	Контроль за состоянием здоровья обучающихся	Профилактические прививки осуществляются регулярно. Прохождение медосмотра.
2.	Спортивно-оздоровительная работа	Не менее 10 спортивных мероприятий в год
3.	Просветительская работа	Беседы о здоровье и здоровом образе жизни с детьми и родителями
4.	Витаминизация	Проходит 2 раза в год
5.	Спортивно-оздоровительные занятия	Число кружков – 4 Физминутки и упражнения на релаксацию регулярно на каждом уроке

### **Структура питания школьников**

Степень	Количество детей	Продукты питания
Начальные классы	5	Чай, буфетная продукция
Старшие классы	12	Чай, буфетная продукция

### **Оздоровительная деятельность школы:**

В школе во всех классах проводятся по три часа физкультуры.

Работает 3 кружка:

1. Вяжем спицами, крючком.
2. По общей физической подготовке.
3. Умелые руки.

Руководители кружков:

1. Путилин Виктор Алексеевич
2. Бурминова Нина Александровна

### **Обеспеченность школы кадрами педагогов:**

Учитель физкультуры – 1 в старших классах.

Учитель технологии – 1 в старших классах.

Руководители кружков – 2.

Количество обучающихся на 1 учителя физкультуры в старших классах – 12 человек.

В начальных классах физкультуру ведет учитель начальных классов.

Количество обучающихся – 5 человек.

### **Контингент обучающихся школы.**

Общая численность детей в школе, человек	17
Детей из неполных семей, человек	
Детей из малообеспеченных семей, человек	15

### **Распределение детей по группам социального риска**

Дети, находящиеся на внутришкольном контроле, человек	2
Дети, состоящие на учете в милиции, человек	-
Дети, состоящие на учете у нарколога, человек	-
Дети, относящиеся к группе риска, человек	1

Среднее количество обучающихся в одном классе – 2 человека.

Количество детей на диспансерном учете -

Количество детей, освобожденных от уроков физкультуры – 1(временное освобождение).

### **Характеристика педагогического коллектива.**

Общая численность педколлектива	8 человек
Количество обучающихся на одного педагога	2 человека
Средний возраст учителей	34 года
Средний педстаж, лет	15 лет
Текучесть кадров в год	-
Доля педагогов с высшим образованием	70%
Доля педагогов со средним специальным образованием	20%
Доля педагогов с непедagogическим образованием	10%
Пропущено педагогами по болезни ( на 1 учителя за год)	-

## **Блок 2: «Состав класса».**

### **1 класс.**

Количество обучающихся в классе: 1

Мальчики: -

Девочки: 1

Учебная программа: БУП составлен на основе БУПа образовательных учреждений РФ и Регионального учебного плана ОУ Саратовской области 2004 г  
Базовая программа общеобразовательных учреждений для начальных классов «Школа России».

Учебная нагрузка в неделю: 20 часов.

### **2 класс.**

Количество обучающихся в классе: 1

Мальчики: 1

Девочки: -

Учебная нагрузка: 21 ч.

### **3 класс.**

Количество обучающихся в классе: 1

Мальчики: 1

Девочки: -

Учебная нагрузка: 21 ч.

### **4 класс.**

Количество обучающихся в классе: 2

Мальчики: 1

Девочки: 1

Учебная нагрузка: 21 ч.

### **5 класс.**

Количество обучающихся в классе: 1

Мальчики: 1

Девочки: -

Учебная нагрузка: 30 ч.

### **6 класс.**

Количество обучающихся в классе: 5

Мальчики: 1

Девочки: 4

Учебная нагрузка: 31 ч.

**7 класс.**

Количество обучающихся в классе: 2

Мальчики: 1

Девочки: 1

Учебная нагрузка: 33ч.

**8 класс.**

Количество обучающихся в классе: 4

Мальчики: 3

Девочки: 1

Учебная нагрузка: 34ч.

**9 класс.**

Количество обучающихся в классе: -

Мальчики: -

Девочки: -

Учебная нагрузка: -.

**Блок 3: «Организация учебного процесса в ОУ».****Режим работы школы:**

9.00 – 9.45 – 1 урок

9.55 – 10.40 – 2 урок

11.10 – 11.55 – 3 урок

12.05 – 12.50 – 4 урок

13.00 – 13.45 – 5 урок

13.55 – 14.40 – 6 урок

15.15 – начало работы факультативов

15.00 – начало работы кружков

17.00 – конец рабочего дня.

**Сменность учебных занятий – 1 смена**

**Продолжительность уроков – 45 минут.**

**Блок 4: «Организация и формы физического воспитания».**

**Объем физических нагрузок различных форм в рамках расписания:**

1 класс – 2 часа в неделю

2 класс – 3 часа в неделю

3 класс – 3 часа в неделю

4 класс – 3 часа в неделю



5 класс – 3 часа в неделю  
6 класс – 3 часа в неделю  
7 класс – 3 часа в неделю  
8 класс – 3 часа в неделю

### **Вне расписания:**

Не менее 10 спортивных мероприятий в течении года.

Веселые старты на свежем воздухе.

1 спортивный праздник.

**Всего занимаются спортом** – 12 человек – 70 % обучающихся школы.

**Группа здоровья** – основная.

## **Организация работы школьников на компьютере.**

### **1.Оборудование кабинета информатики.**

Класс должен иметь естественное освещение, ориентация окон должна быть на север. Площадь на одно рабочее место: не менее 6 квм.

Поверхность пола – ровная, позволяющая проводить ежедневную влажную уборку. Обязательно сквозное проветривание кабинета во время перемен.

Стены холодных тонов.

### **2.Организация рабочего места.**

Мебель должна соответствовать росту школьника в обуви. Поверхность рабочих столов должна быть цвета натуральной древесины или светло – зеленого, голубого, светло-серого цветов. Освещенность на поверхности стола- 300-500 лк, на поверхности экрана монитора не более 300 лк. На экране монитора не должно быть бликов.

### **3.Рабочая поза.**

Рекомендуется прямая посадка или слегка наклоненная вперед. Руки должны свободно лежать на столе, ноги согнуты в тазобедренном суставах под 90.

Линия взора должна быть перпендикулярной к экрану и проходить через его центр. Оптимальное расстояние от глаз до экрана не менее 60-70 см.

### **4. Микроклимат.**

Температура	Влажность
19	62
20	58
21	55

### **3. Качество воздушной среды в кабинете.**

(Сан ПиН 2.2.2/2.4.1340-03)

### **4. Режим работы.**

Непрерывная длительность работы не должна превышать следующих параметров:

для обучающихся 1-4 классов – 15 минут

для обучающихся 5-7 классов – 20 минут

для обучающихся 8-9 классов – 25 минут.

Оптимальное число занятий с использованием компьютера в течение учебного дня:

для обучающихся 1-4 классов – 1 урок

для обучающихся 5-7 классов – 2 урока

для обучающихся 8-9 классов – 3 урока.

Для профилактики развития зрительного и общего утомления при работе детей на компьютере рекомендуется проводить комплексы упражнений.

**Режим дня обучающихся.**

**Продолжительность ночного сна в среднем за неделю на**

**1 обучающихся:**

1-3 класс – 10ч 30 минут и более

4-5 класс 10ч 30 минут и более

6-7 класс – 10 ч и более

8-9 класс 9ч 30 минут

**Время выполнения домашнего задания за неделю на 1 обучающихся:**

1 класс – менее 1 часа

2 класс – 1ч 30м

3 – 4 класс – 2 ч

5-6 класс – 2ч30м

7-8 класс – 3 ч

9 класс – 4 ч

**Прогулка на свежем воздухе за неделю на 1 обучающихся:**

1 класс 4 ч и более

2-4 класс – 3ч30м и более

5 класс – 3ч и более

6 – 9 класс 2ч 30 м

МОУ основная общеобразовательная школа п. Передовой  
2007-2008 учебный год

Утверждаю  
Директор МОУ ООШ п. Передовой  
\_\_\_\_\_ Алексеева Н.И.  
16.09.2007 г.

# **Здоровьесберегающая программа**

**Муниципального общеобразовательного учреждения  
основная общеобразовательная школа  
п. Передовой Самойловского района Саратовской об-  
ласти**

Принят на Совете школы 14.09.07г.  
Протокол № 2 от 14.09.2007 г

**п. Передовой  
2007 год**

