

**ПРОГРАММА**

**«ЗДОРОВЬЕ»**

## **Программа «ЗДОРОВЬЕ»**

### **ЧУ СОШ «КЛАДЕЗЬ».**

- 1. Создание условий правильного жизненного уклада в школе,** направленных на охрану и укрепление физического и психического здоровья учащихся.
- 2. Создание благоприятного психологического климата,** который является основным критерием здоровья растущего организма ребенка. При создании хорошего психологического климата с помощью учителя ребенок быстрее учится управлять своим поведением, регулировать двигательную активность, своевременно расслабляться, успешно учиться.

### **3. Охрана здоровья.**

В школе «Кладезь» контроль за режимом дня учащегося осуществляют медработники: врач, медсестра. Для охраны здоровья важно, как организована повседневная жизнь ребенка. Режим должен не только способствовать наилучшей организации учебной деятельности, отдыха детей, но и создать благоприятные условия для протекания жизненно важных физиологических процессов. Это благоприятно сказывается на психофизическом развитии детей. Для снятия психологического напряжения детей в процесс занятий включаются физкультурные паузы.

**Режим дня в школе предусматривает:**

- 1. Занятия учебной деятельностью в начальной школе**  
с 9 час. 00 мин. до 13 час. 15 мин.,  
Занятия учебной деятельностью в средней и основной школе  
с 9 час. 00 мин. до 14 час. 40 мин.
- 2. Факультативные занятия**  
с 15 час. 30 мин.
- 3. Ежедневное пребывание на воздухе в начальной школе (прогулка, игры)**  
с 10 час. 30 мин. до 11 час. 30 мин.  
(или с 11 час. 30 мин. до 12 час. 30 мин.);  
с 14 час. 30 мин. до 15 час. 00 мин. и  
с 18 час. 00 мин. до 19 час. 00 мин.;  
Ежедневное пребывание на воздухе в средней и основной школе  
с 14 час. 40 мин. до 15 час. 15 мин. и с 18 час. 00 мин. до 19 час. 00 мин.
- 4. Питание детей. Соблюдение интервалов между приемами пищи.**
  - сок в 8. 50
  - второй завтрак 10.20 - 10.30 (нач. 1 смена.)  
10.40 - 10.50. (сред. 1 смена.)  
11.10 - 11.20 (нач. 2 смена)  
11.35 - 12.00 (сред. 2 смена)
  - обед 14.20 - 15.30.
- 5. Подвижные игры на участке школы**  
с 18.00 до 19.00.

#### 4. Соблюдение санитарно-гигиенических норм.

Гигиенические нормы к условиям обучения учащихся в школе обеспечиваются контролем :

- за санитарным содержанием помещений школы (Ответственные: медсестра, врач);
- за воздушно-тепловым режимом помещений школы;
- за рабочим местом каждого учащегося в соответствии с его ростом, состоянием зрения и слуха. С этой целью: 1) производится подбор мебели, соответственно росту и цветовая маркировка;  
2) детей, часто болеющих простудными заболеваниями рассаживают дальше от наружной стены;
- за естественным и искусственным освещением помещений школы;
- за водоснабжением и канализацией;
- за физкультурными занятиями учащихся, занятиями в бассейне;
- за содержанием земельного участка школы.

#### 5. Организация сбалансированного питания детей.

Контроль и организация питания детей в школе осуществляется медработниками и включает в себя:

- составление примерного меню на 10 дней с подсчетом калорийности блюд и утверждением в центре санэпиднадзора:
  1. Завтрак-2.
  2. Обед.
  3. Сок.
- ежедневный контроль за поступлением продуктов на пищеблок, их правильном хранении и сроками реализации скоропортящихся продуктов с отметкой в журнале;
- ежедневная проверка санитарного состояния помещений пищеблока и обработки посуды;
- контроль за соблюдением сроков прохождения медосмотров работников пищеблока и школы (флюорография – 1 раз в год, вен. осмотр – 1 раз в год, бак. анализ – при поступлении).

#### 6. Лечебно – профилактическая работа.

1) Проведение диспансеризации школьников специалистами в ООО «Мобильная медицина»:

Учащиеся 5 классов }  
Учащиеся 7 классов } лор, окулист, ортопед, невропатолог, ЭКГ,  
Учащиеся 9 классов } анализы крови и мочи.

Учащиеся 1, 2, 3, 6, 8, 10 классов – скрининг методом в школе.

- 2) Проведение анализа эффективности проведенной диспансеризации школьников, дача рекомендаций по дообследованию и лечению выявленной патологии. Контроль за выполнением назначений.
- 3) Проведение оценки состояния здоровья, физического развития, физкультурной группы учащихся.

- 4) Составление списков по группам здоровья, листков здоровья учащихся.
- 5) Доведение до педагогов сведений о состоянии здоровья учащихся школы.
- 6) Проведение осмотра учащихся с хроническими заболеваниями 2 раза в год (осень, весна) с последующим профилактическим лечением.

**7. Иммунопрофилактика инфекционных болезней.**

Предупреждение распространения и ликвидация инфекционных болезней путем проведения профилактических прививок.

- 1) Проведение профилактических прививок согласно календарному плану, своевременное оформление медицинских отводов врачом.
- 2) Профилактические прививки осуществляются в строгом соответствии с показаниями и противопоказаниями к их проведению.
- 3) Проведение туберкулиновых проб всем учащимся школы:
  - последующий анализ результата;
  - направление на консультацию к фтизиатру в случае впервые выявленной положительной туберкулиновой пробы;
  - контроль за выполнением назначений.
- 4) Проведение занятий с педсоставом по гигиене, противозаразительной работе.
- 5) Беседы с родителями:
  - о значении профилактических прививок;
  - о гигиене учащихся;
  - о профилактике заболеваний инфекционными, желудочно-кишечными заболеваниями.

**8. Психолого-дефектологическое направление.**

- 1) Учет личностных предпосылок в нарушении психологического здоровья (индивидуальных и возрастных).
- 2) Изучение развития ребенка (речевая патология, направление логопедической коррекции, развивающие занятия групповые и индивидуальные).

**9. Валеологическое направление.**

- 1) Профилактика нарушений психологического здоровья.
- 2) Обучение способам самопознания, саморазвития и саморегуляции.

**ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ  
В РАМКАХ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»  
В ЧУ СОШ «Кладезь»**

- 1. Двигательная активность учащихся (предметы двигательной активности учащихся):**
  - настольный теннис;
  - хореография;
  - аэробика;
  - бассейн;
  - физкультура;
  - туристические слеты;
  - школьные дни здоровья.
- 2. Сохранение природного зрения детей:**
  - проверка зрения офтальмологом;
  - зрительная гимнастика;
  - рекомендации родителям;
  - соблюдение гигиенических норм.
- 3. Обеспечение безопасности жизнедеятельности детей:**
  - инструктаж по технике безопасности;
  - инструктаж по противопожарной безопасности;
  - предмет ОБЖ;
  - занятия и инструктаж по ПДД (по методике, предоставленной компанией «ПЕЖО»);
  - занятия в полевых условиях на туристических слетах и днях здоровья.
- 4. Активизация учебного процесса.**
- 5. Обеспечение оздоровительной инфраструктуры школы:**
  - медицинский кабинет;
  - кабинет психолога;
  - кабинет логопеда;
  - зал хореографии;
  - бассейн спортивного комплекса «Трудовые резервы»;
  - легкоатлетический манеж спортивного комплекса «Трудовые резервы».
- 6. Реализация здоровьесберегающих технологий в ГПД:**
  - организация и проведение гигиенического обучения и воспитания школьников;
  - уроки здоровья;
  - олимпиады и викторины;
  - экскурсии;
  - организация подвижных игр;
  - организация и проведение физкультминуток.

*Условия, созданные в школе «КЛАДЕЗЬ» и способствующие сохранению и улучшению здоровья детей.*

- ▶ Хороший психологический климат.
- ▶ Внедрение УД, как здоровьесберегающей технологии обучения.
- ▶ Прогулки, включенные в режим дня.
- ▶ Система мероприятий, обеспечивающих хорошее санитарно-гигиеническое состояние учебных помещений и пищеблока.
- ▶ Организация сбалансированного питания детей.
- ▶ Контроль меню медицинской службой.
- ▶ Ежегодная диспансеризация, включая стоматологию и химико – лабораторное обследование.
  
- ▶ Наблюдение учащихся с хроническими заболеваниями.
- ▶ Профилактические прививки.
- ▶ ОФП, лечебная физкультура, массаж.
- ▶ Бассейн.
- ▶ Подвижные игры.

