

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
городского округа Заречный  
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»



УТВЕРЖДЕНА  
Приказом директора МБОУ  
ГО Заречный «ЦППМиСП»  
от 30.08.2017г. №36-од

**ПРОГРАММА**  
**сохранения и укрепления здоровья обучающихся и**  
**воспитанников**

## Введение

1. Сохранение и укрепление здоровья обучающихся - первостепенная задача МБОУ ГО Заречный «ЦППМиСП» (далее – Центр).

Состояние здоровья детей, их образование и воспитание неразрывно связаны друг с другом. Поэтому сегодня перед системой образования поставлена задача по сохранению здоровья детей и молодежи, формированию у них навыков здорового образа жизни, мотивации быть здоровыми, воспитанию общей культуры здоровья, созданию условий общей здоровьесберегающей среды, внедрению в учебный процесс эффективных здоровьесберегающих технологий.

2. Условия охраны здоровья учащихся регламентированы такими нормативно - правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»:

Статья 41. Охрана здоровья обучающихся

1. Охрана здоровья обучающихся включает в себя:

1) оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья;

2) организацию питания обучающихся;

3) определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул;

4) пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда;

5) организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом;

6) прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации;

7) профилактику и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ;

8) обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;

9) профилактику несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;

10) проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий.

2. Организация охраны здоровья обучающихся (за исключением оказания первичной медико-санитарной помощи, прохождения периодических медицинских осмотров и диспансеризации) в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, осуществляется этими организациями.

3. Организацию оказания первичной медико-санитарной помощи обучающимся осуществляют органы исполнительной власти в сфере здравоохранения. Образовательная организация обязана предоставить помещение с соответствующими условиями для работы медицинских работников.

4. Организации, осуществляющие образовательную деятельность, при реализации образовательных программ создают условия для охраны здоровья обучающихся, в том числе обеспечивают:

1) текущий контроль за состоянием здоровья обучающихся;

2) проведение санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучение и воспитание в сфере охраны здоровья граждан в Российской Федерации;

3) соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов;

4) расследование и учет несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения.

5. Для обучающихся, осваивающих основные общеобразовательные программы и нуждающихся в длительном лечении, создаются образовательные организации, в том числе санаторные, в которых проводятся необходимые лечебные, реабилитационные и оздоровительные мероприятия для таких обучающихся. Обучение таких детей, а также детей-инвалидов, которые по состоянию здоровья не могут посещать образовательные организации, может быть также организовано образовательными организациями на дому или в медицинских организациях. Основанием для организации обучения на дому или в медицинской организации являются заключение медицинской организации и в письменной форме обращение родителей (законных представителей).

6. Порядок регламентации и оформления отношений государственной и муниципальной образовательной организации и родителей (законных представителей) обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, а также детей-инвалидов в части организации обучения по основным общеобразовательным программам на дому или в медицинских организациях определяется нормативным правовым актом уполномоченного органа государственной власти субъекта Российской Федерации.

3. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 2106 были сформулированы следующие требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников:

- 1) целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников;
- 2) соответствие инфраструктуры образовательного учреждения условиям здоровьесбережения обучающихся, воспитанников;
- 3) рациональная организация образовательного процесса;
- 4) организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательном учреждении;
- 5) организация системы просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса по вопросам здорового и безопасного образа жизни;
- 6) организация профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися, воспитанниками;
- 7) комплексное сопровождение системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников;
- 8) мониторинг сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников.

## **Глава 1. Требования к безопасности образовательного процесса.**

*4. Требования к целостности системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников реализуются следующим образом:*

- Работа по формированию культуры здорового образа жизни ведется в системе и является важной составляющей работы школы, что отражено в следующих документах:

- Уставе Центра;
- Образовательной программе Центра.
- По вопросам здоровьесбережения Центр активно сотрудничает с органами исполнительной власти: прокуратура, инспекция по делам несовершеннолетних; другими образовательными учреждениями ГО Заречный: учреждениями дополнительного образования детей, культуры, физической культуры и спорта: (Центром детского творчества; ДК Ровесник, ДЮСШ); учреждениями здравоохранения: поликлиника МСЧ-32.

- Преемственность и непрерывность обучения здоровому и безопасному образу жизни (здоровью) на различных уровнях образования заложена в учебных программах дисциплин физкультура, «Окружающий мир», СБО и ОБЖ;

- В Центре функционирует медицинский кабинет, осуществляется социально-педагогическое, сопровождение образовательного процесса.

*5. Требования к соответствию инфраструктуры Центра, условиям здоровьесбережения обучающихся, воспитанников реализуются следующим образом:*

- Состояние и содержание здания и помещений Центра, а также и их оборудования (для водоснабжения, канализации, вентиляции, освещения) соответствует требованиям санитарных правил и норм, требованиям пожарной безопасности, требованиям безопасности дорожного движения.

- В Центре функционирует столовая, обучающиеся обеспечены горячим питанием. Предоставляется бесплатное питание для льготных категорий обучающихся.

- Учебные кабинеты, спортивные сооружения оснащены необходимым оборудованием и инвентарем в соответствии с требованиями санитарных правил и норм для освоения основных образовательных программ и внеурочной деятельности.

- В учебных кабинетах и других помещениях для пребывания обучающихся, выполняются санитарные правила и нормы естественной и искусственной освещенности, воздушно-теплого режима.

- Медицинский кабинет оснащен в соответствии с требованиями санитарных правил оснащения помещений для работы медицинского персонала с оборудованием, для проведения профилактических осмотров, профилактических мероприятий различной направленности, иммунизации, первичной диагностики заболеваний, оказания первой медицинской помощи.

*6. Требования к рациональной организации образовательного процесса реализуются следующим образом:*

- С целью реализации данных требований, в образовательных программах отдельных учебных предметов (СБО, физкультура, ОБЖ) внесены темы, посвященные формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

- Неукоснительно соблюдаются санитарные нормы в части организации образовательного процесса, что отражено в учебном плане и расписании занятий, соблюдается режим учебы и отдыха: при составлении расписания учитывается предельно допустимая учебная нагрузка. В расписании учебных занятий НОО включены прогулки на свежем воздухе.

- В своей профессиональной деятельности педагоги Центра учитывают возрастные возможности учащихся и их индивидуальные особенности.

- Большое внимание уделяется соблюдению норм двигательной активности при организации образовательного процесса в соответствии с требованиями санитарных правил и норм: проводятся пальчиковая гимнастика,

упражнения для глаз, дыхательная гимнастика, для учащихся начальной школы проводятся динамические перемены.

- С целью профилактики травматизма организовано ежедневное дежурство администрации, педагогов Центра.

- Также уделяется внимание соблюдению здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания, в том числе при использовании технических средств обучения, информационно-коммуникационных технологий, в соответствии с требованиями санитарных правил и норм;

- Учет индивидуальных особенностей развития обучающихся осуществляется посредством распределения учащихся по группам здоровья на занятиях физкультурой, консультаций по предметам. В Центре обучение по адаптированным программам (СИПР).

- Обеспечение благоприятных психологических условий образовательной среды осуществляется за счет создания доверительной обстановки на уроках, соблюдения оптимальной учебной нагрузки, проведения дополнительных консультаций по учебным предметам.

- Проведение внеурочных мероприятий приуроченных к историческим датам.

- Создана необходимая материально-техническая база для сохранения физического здоровья и правильного физического развития детей 1-4 классов. Созданы условия для физического развития детей во вне учебное время.

Систематически проводятся внеурочные мероприятия способствующие формированию навыков здорового образа жизни, мотивации быть здоровыми, воспитанию общей культуры здоровья.

*7. Требования к организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в Центре реализуются следующим образом:*

- В образовательном процессе, на уроках физкультуры предусмотрена оптимальная физическая нагрузка для учащихся различных групп здоровья, что находит отражение в учебной программе.

На базе Центра организуются семейные спортивные праздники: «День здоровья», «Веселые старты» и т.п.

- На уроках систематически проводятся динамические паузы (физкультминутки) для снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, и.т.д.

- Мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности являются частью воспитательной работы.

*8. Требования к организации системы просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса по вопросам здорового и безопасного образа жизни реализуются следующим образом:*

- Профилактическая работа по вопросам здорового и безопасного образа жизни осуществляется в сотрудничестве с организациями ГО Заречный: городской библиотекой, музеем, учреждениями здравоохранения(МСЧ -32»), представителями правоохранительных органов.

- В библиотеке Центра имеется в наличии литература по безопасности дорожного движения. Библиотечный фонд периодически пополняется литературой по вопросам охраны здоровья и ведение здорового образа жизни. В классных уголках Центра размещены сменные стенды по правилам дорожного движения и пожарной безопасности.

- Большое внимание уделяется повышению квалификации педагогических работников по различным вопросам охраны здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье и безопасность обучающихся. Один раз в три года проводится проверка знаний педагогического коллектива по вопросам охраны труда.

#### *9. Требования к организации профилактики употребления психотропных и наркотических веществ обучающимися включает:*

В рамках воспитательной работы проводятся конкурсы рисунков на тему: «Я выбираю здоровый образ жизни». Классными руководителями на родительских собраниях проводятся беседы по профилактике употребления ПАВ, с привлечением сотрудников МСЧ-32 и органов полиции.

- Проводятся профилактические беседы, направленные на профилактику употребления ПАВ:

Профилактические игры «Перекресток - шаг в будущее», Игра, направленная на формирование здорового образа жизни «А ну- ка, девочки, а ну-ка, мальчики!»

#### *10.Требования к комплексному сопровождению системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся реализуются следующим образом:*

- В эпидемиологический период во всех учебных кабинетах проводится дезинфекция, режим проветривания.

- С целью повышения иммунитета учащихся и профилактики переутомления, планируется витаминизация.

- Горячее питание организацию в соответствии с требованиями санитарных правил и норм качественного горячего питания обучающихся, соответствующего их энергозатратам, с учетом энергетической ценности продуктов и сбалансированности рациона питания.

- Планируется создание адаптивной среды и комплексной программы педагогической, психологической и социальной помощи

обучающимся, с ограниченными возможностями здоровья( при наличии таковых);

- Для обучающиеся с ОВЗ составляются адаптированные учебные программы.

- На родительских собраниях, Большом совете школы и в рамках дней открытых дверей педагогами школы, социальным педагогом и медицинскими работниками ведется информационно-просветительская работа с родителями по сохранению и укреплению физического и психологического здоровья обучающихся. Родители получают информацию о возрастных и физиологических особенностях детей, об особенностях адаптации к обучению в школе или переходе в разные уровни обучения, знакомятся с методами профилактики и укрепления здоровья учащихся. Проведено семинарское занятие для педагогов на тему «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе»;

- Осуществляется ежегодный анализ динамики показателей здоровья обучающихся (общего показателя здоровья; показателей заболеваемости органов зрения и опорно-двигательного аппарата; травматизма в образовательном учреждении, в том числе дорожно-транспортного травматизма; показателя количества пропусков занятий по болезни; эффективности оздоровления часто болеющих обучающихся).

- Ежегодный анализ динамики показателей здоровья обучающихся, включается в ежегодный отчет по самообследованию Центра, доступный широкой общественности через сайт Центра, обобщенных данных о сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

- Проводится анкетирование родителей на предмет удовлетворенности организацией образовательного процесса.

### **Условия обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психологического здоровья обучающихся**

*11.Центр создает условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся:*

- социальные, экономические и экологические условия окружающей действительности;

- учитывает факторы риска, имеющие место в Центре, которые приводят к ухудшению здоровья обучающихся;

- опирается на систему знаний, установок, привычек, формируемых у обучающихся в процессе обучения, правил поведения.

Особенности отношения обучающихся к своему здоровью существенно отличаются от такового у взрослых, т.к. отсутствует опыт «нездоровья» (за исключением детей с хроническими заболеваниями), затруднен прогноз последствия своего отношения к здоровью.



### *12. Целостность системы формирования культуры здорового образа жизни обучающихся.*

В основной образовательной программе Центра, уставе и локальных актах, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, отражена системная деятельность по формированию культуры здорового образа жизни. В частности направление воспитательной работы Центра. Воспитание физической культуры, готовности к самостоятельному выбору здорового образа жизни.

Основные задачи данного направления: формирование у младших школьников ценностного отношения к здоровью, системы знаний, навыков и личного опыта, позволяющих сознательно вести здоровый образ жизни; создание условий для активизации субъектной позиции ребенка в реализации норм здорового образа жизни, формирование культуры здоровья, готовности поддерживать здоровье в оптимальном состоянии, воспитание умения выработать индивидуальную программу охраны здоровья, потребности в знаниях о физической культуре и спорте.

Средством реализации данного воспитательного направления являются следующие мероприятия и творческие дела: спортивные турниры, эстафеты, спортивные перемены, физкультминутки на уроках, проведение месячников ПДД, ППБ и здоровья.

В Центре организовано взаимодействие с органами исполнительной власти, правоохранительными органами, учреждениями дополнительного образования детей, культуры, физической культуры и спорта, здравоохранения

В Центре ведется преемственное и непрерывное обучение здоровому образу жизни на всех образовательных уровнях, комплексный подход в оказании психолого-педагогической, медико-социальной поддержки учеников. Отслеживание формирования здорового и безопасного образа жизни обучающихся ведется ежемесячно (отчеты о проведении спортивно-массовой работы), по полугодиям (аналитические справки) и ежегодно (отчет о работе за год).

### *13. Соответствие инфраструктуры образовательного учреждения условиям здоровьесбережения обучающихся.*

Состояние и содержание здания, оборудования соответствуют требованиям санитарных правил и норм, требованиям пожарной безопасности, требованиям безопасности дорожного движения.

Имеется помещение столовой для питания обучающихся в соответствии с требованиями санитарных правил и норм.

Учебные кабинеты оснащены естественной и искусственной освещенностью, воздушно-тепловым режимом, необходимым оборудованием и инвентарем в соответствии с требованиями санитарно - гигиенических правил и норм для освоения образовательных программ.

Центр оснащен помещением для работы медицинского персонала, оборудованием для проведения профилактических мероприятий различной

направленности, иммунизации, первичной диагностики заболеваний, оказания первой медицинской помощи.

В Центре работают квалифицированные специалисты, обеспечивающие проведение оздоровительной работы с обучающимися (преподаватели физической культуры, социальный педагог, медработник).

#### *14. Рациональная организация образовательного процесса*

В основной общеобразовательной программе включены направления по воспитанию физической культуры, готовности к самостоятельному выбору здорового образа жизни. При организации учебного процесса соблюдаются санитарные нормы, предъявляемые к его организации: объем нагрузки в часах, время на самостоятельную работу, время отдыха, удовлетворение потребностей в двигательной активности).

Преподаватели Центра при использовании технических средств обучения, ИКТ соблюдают здоровьесберегающий режим, учитывают требования санитарных правил и норм.

Физкультурно-оздоровительная работа ведется с обучающимися всех групп здоровья.

#### *15. Организация системы просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса по вопросам здорового и безопасного образа жизни.*

Организовано взаимодействие школы и организаций физической культуры и спорта (ДЮСШ, ДК "Ровесник", стадион «Электрон»).

В Центре работает библиотека, в фондах которой имеется научно-публицистическая, научно-методическая, детская литература по вопросам здоровьесбережения. На сменных стендах обновляется информация о здоровом образе жизни и безопасности ПДД и ППБ ежемесячно. Планируется повышение квалификации педагогических работников по вопросам возрастной психологии и физиологии, развития человека, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье и безопасность обучающихся.

#### *16. Организация профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися.*

Наличие безопасной поддерживающей среды в Центре: благоприятный психологический климат, участие обучающихся в проектах по профилактике ПАВ, ВИЧ, СПИДа, проведение тематических классных часов.

#### *17. Комплексное сопровождение системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.*

Использование в повседневной воспитательной работе рекомендованных и утвержденных МО СОПО СО методов профилактики заболеваний. Организация качественного горячего питания обучающихся в соответствии с требованиями санитарных правил. Привлечение педагогических и медицинских работников к работе по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

*18. Мониторинг сформированности культуры здорового образа жизни обучающихся.*

Наличие аналитических данных о формировании ценности здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

Отслеживание динамики показателей здоровья обучающихся, включение этих сведений в ежегодный отчет по самообследованию школы, в публичный отчет, доступный широкой общественности через сайт Центра.

Проведение социологических исследований на предмет удовлетворенности обучающихся, родителей комплексностью и системностью работы школы по сохранению и укреплению здоровья, а также на предмет наличия благоприятного мнения об образовательном учреждении.