




Никольская средняя общеобразовательная школа

ПРОЕКТ

«Школа здоровья»

*Разработан зам. директора по УВР
Варфоломеевой Л.Ф.*



**Здоровье – не всё,
но без здоровья –
НИЧТО.**

(Сократ)



- **Цель проекта:**

- сохранение и укрепление здоровья обучающихся;*

- формирование у школьников навыков организации здорового образа жизни.*

- **Задачи проекта:**

- укрепление материально-технической базы школы;*

- формирование у школьников системы знаний о здоровье человека и здоровом образе жизни, мотивации на сохранение своего здоровья.*


Содержание:

1. Пояснительная записка
2. Этапы реализации проекта
3. Финансовое обеспечение проекта
4. Предполагаемые результаты реализации проекта

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Статистические данные по итогам всероссийской диспансеризации школьников

За последние 10 лет заболеваемость детей в возрасте до 14 лет выросла в 1,4 раза. Самые высокие темпы роста наблюдаются у болезней костно-мышечной системы (в 2,6 раза), системы кровообращения (в 2,5 раза), эндокринной и мочеполовой систем. В структуре заболеваемости ведущие места принадлежат болезням органов дыхания, инфекционным и паразитарным заболеваниям. Тенденцией к росту отличаются и показатели заболеваемости подростков 15-17 лет.



Быстрыми темпами ухудшается здоровье школьниц. За последние 10 лет число здоровых девушек-выпускниц уменьшилось с 28,3% до 6,3%, т.е. более чем в три раза. С 40% до 75% увеличилось число девушек с хроническими заболеваниями. По данным Минздрава РФ, из 6 млн. подростков 15-17 лет, прошедших профилактические осмотры, у 94,5% были зарегистрированы различные заболевания. При этом треть заболеваний ограничивает выбор будущей профессии. Почти 40% юношей по медицинским показаниям не годятся для службы в Вооруженных силах, а те, кто признан годными, редко отличаются хорошим здоровьем. За период прохождения воинской службы течение многих хронических заболеваний осложняется, возможность их излечения в дальнейшем становится маловероятным.

1.2.Выписка из объяснительной записки к годовому отчету за 2005 г. по педиатрической службе Мухоршибирского района

По данным проф.осмотров при переходе из класса в класс ухудшается здоровье школьников.

Патология при проф. осмотре

2003г.	2004г.	2005г.
1029 чел.	1381 чел.	1789 чел.

Наибольшее ухудшение здоровья отмечается среди учащихся 9 кл. Из 404 детей нарушение остроты зрения у 34 (8,4%), осанки – у 44 (10,8%), дефицит веса – у 24 (5,9%), тубинфицирование - у 33 (8,1%).

Среди школьников растёт заболеваемость анемией, органов пищеварения, щитовидной железы.

Структура первичной заболеваемости (от 15 до 17 лет) на 100 тыс.

Группа болезней	2003г.	2004г.	2005г.
анемия	3563,8	3672	5344
эндокринная система	2307,6	1555,8	3160,9
органы пищеварения	3205,1	6733	11206,8

1.3. Выписка из объяснительной записки к годовому отчету за 2005 г. Никольского ФАП


За отчетный год из 1 группы здоровья выбыло с ухудшением в другие группы здоровья 18 человек.

Распределение по группам здоровья

	I	II
2005 г.	28,4 %	57%
2006 г.	24,6 %	58,5 %

1.4. Перечень заболеваний, которые наиболее часто встречаются у школьников Никольской средней школы:

- Патология опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки)
- Увеличение щитовидной железы
- Нарушение остроты зрения
- Кожные заболевания
- Отставание в физическом развитии
- Ожирение
- Заболевания ЖКТ;
- Плоскостопие;
- Заболевание органов дыхания;
- Неврозы;
- Туберкулезное инфицирование



Сниженный уровень здоровья отражается и в показателях острой заболеваемости, из которых большая часть приходится на респираторно-вирусные инфекции, грипп, ангину.

1.5. Основные школьные факторы, негативно воздействующие на здоровье учащихся

- Интенсификация учебного процесса;
- *Недостаток двигательной активности;*
- Неправильное питание учащихся;
- Несоблюдение гигиенических требований к организации учебного процесса;
- Недостаточное финансирование школы;
- Недостаточная осведомленность родителей в вопросах сбережения здоровья детей;
- Недостаточная компетентность педагогов в вопросах здоровья;

1.6. Тест-анкета для самооценки учащимся изменений своего состояния и здоровья


1. Как изменилось за оцениваемый период состояние твоего здоровья?
2. Как изменилось твое отношение к своему здоровью?
3. Как изменился твой образ жизни с точки зрения его влияния на здоровье?
4. Как изменилась за это время твоя физическая активность (занятия в спортсекциях, выполнение комплексов упражнений, пробежки, лыжи и т.д.)?
5. Усилился или ослабел твой интерес, стремление к знаниям, связанным с проблемами здоровья?

Результаты анкетирования (опрошено 38 учащихся Никольской СОШ)

- 1 вопрос: 6 человек ответили, что состояние их здоровья ухудшилось.
- 2 вопрос: 14 человек ответили, что стали больше заботиться о своем здоровье.
- 3 вопрос: 18 человек ответили, что стали вести более здоровый образ жизни.
- 4 вопрос: 12 человек ответили, *что хотели бы вести более активный образ жизни в физическом плане, но для этого нет необходимого спортивного оборудования.*
- 5 вопрос: 17 человек ответили утвердительно.

1.7. Поддержание и укрепление физического здоровья учащихся напрямую связано с их **двигательной активностью**

С её недостатком связывают повышенный риск сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета, нарушения обмена веществ, ожирения, расстройств эндокринной системы, заболеваний пищеварительной системы, расстройств опорно-двигательного аппарата.



Двигательная активность учащихся в школе организуется при сочетании двух направлений: 1) занятий больших форм – уроков физкультуры и работы спортивных секций во внеурочное время и 2) занятий малых форм (утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные перемены). В основном, восполнение двигательной активности происходит на занятиях больших форм. При различных формах их проведения учащийся по-разному реализует суточную потребность в физической нагрузке. На уроках волейбола, баскетбола – около 27%, при занятиях легкой атлетикой – около 40%; на уроках лыжной подготовки – 57%; на уроках гимнастики – около 10%. В результате реализации внеурочных форм ребенок может удовлетворить до 40% потребности в двигательной активности. Наибольший оздоровительный эффект оказывают занятия лыжами, т.к. проходят на снежной поверхности, что значительно облегчает движения, оказывает закаливающее действие.

2. Этапы реализации проекта

Этап	Наименование мероприятий	Сроки реализации	Исполнитель
1.	<p>Создание условий, необходимых для сохранения и укрепления здоровья школьников:</p> <ul style="list-style-type: none">-осуществление контроля за соблюдением норм СанПиНа;-развитие материально-технической базы школы (приобретение спортивного инвентаря);-повышение уровня знаний пед. коллектива по вопросам культуры сбережения здоровья;	<p>Постоянно</p> <p>2007 г.</p> <p>Ежегодно</p>	<p>Администрация</p> <p>Администрация</p> <p>Администрация Методсовет</p>

2. Психолог	<p>Организация и проведение диагностических мероприятий:</p>		
	<p>-организация и осуществление комплексного мониторинга состояния здоровья обучающихся;</p> <p>-создание базы данных о состоянии здоровья обучающихся;</p>	<p>Ежегодно</p> <p>1 квартал 2007г.</p>	<p>Администрация Психолог</p> <p>Администрация Психолог</p>
3.	<p>Организация профилактических, оздоровительных мероприятий для обучающихся:</p> <p>-работа по коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата;</p> <p>-профилактическая работа, направленная на повышение степени устойчивости при стрессовых ситуациях;</p>	<p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p>	<p>Учитель физкультуры</p> <p>Психолог</p>

Админист- 4. рация Родительский комитет Кл. руководи-тели	Формирование системы знаний о здоровьесбережении: -различные формы урочной и внеурочной деятельности;	Ежегодно	Учитель физкуль- туры, кл. руководи- тели,пси-
	-организация и проведение олимпиад, спортивных праздников;	Ежегодно	холог, преподава- тель- организатор ОБЖ, учителя- предметни- ки, Зам. дир.по ВР
5.	Работа с родителями обучающихся	Постоянно	Админист- рация Роди- тельский комитет Кл. руководи- тели

Администрация школы
Кл. руководители
Учитель физкультуры
Преподаватель-организатор ОБЖ

6.	<p>Внешние связи школы в рамках реализации проекта:</p> <ul style="list-style-type: none">-сотрудничество с ФАП с. Никольское, ЦРБ, администрацией поселения «Никольское», администрацией Мухоршибирского района, ДЮСШ и другими заинтересованными организациями;-популяризация форм здоровьесберегающей деятельности через районную газету.	постоянно	<p>Администрация школы Кл. руководители Учитель физкультуры Преподаватель-организатор ОБЖ</p>
----	---	-----------	---

3. Финансовое обеспечение проекта

<i>Наименование оборудования</i>	<i>Кол-во комплектов</i>	<i>Цена одного комплекта</i>	<i>Сумма (в руб.)</i>	<i>Бюджетные средства (в руб.)</i>	<i>Внебюджетные средства (в руб.)</i>
Лыжи	30	1300	39000		
Лыжные палки	30	200	6000		
Ботинки	30	800	24000		
Лыжн. Крепления	30	150	4500		
Итого:			73500	55125	18375

<i>Наименование оборудования</i>	<i>Кол-во</i>	<i>Цена (в руб.)</i>	<i>Сумма (в руб.)</i>	<i>Бюджетные Средства (в руб.)</i>	<i>Внебюд- жетные средства (в руб.)</i>
6700					
Стенка гимнастическая	1	1650	1650		
Канат для лазания	1	2200	2200		
Палатка	2	5000	10000		
Перекладина	1	10750	10750		
Мостик гимнастический	1	2200	2200		
ИТОГО:			26800	20100	6700

4.Предполагаемые результаты реализации проекта

- Изменение у школьников отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам, желания и умения вести здоровый образ жизни;
- Увеличение числа школьников, занимающихся в спортивных секциях;
- Сокращение у обучающихся числа респираторных заболеваний на 50%, рецидивов хронических заболеваний на 10 %;
- Повышение уровня обученности школьников и качества знаний;
- Повышение информированности обучающихся по вопросам здоровьесбережения;
- Улучшение качественных показателей участия школьников в районных спортивных соревнованиях.