

# Школа №419 ВАО г. Москвы

---

## ■ **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ: 2008-2009 уч. год**

- ✓ Усилить работу медико-психолого-педагогической службы школы;
- ✓ Выявление индивидуальных особенностей познавательной деятельности первоклассников в начале учебного года
- ✓ Разработка комплексной программы развития школы, содействующей здоровью
- ✓ Внесение возможных изменений или дополнений в Устав школы
- ✓ Включение в данную программу всего коллектива
- ✓ Разработка форм обобщения опыта работы учителей, классных руководителей: презентация, статья, портфолио, видеоклип
- ✓ Расширить сеть объединений дополнительного образования;
- ✓ Увеличить охват учащихся спортивными секциями и клубами;
- ✓ Провести семинар «Перегрузка или недогрузка рабочего дня школьника»
- ✓ Обеспечить 100% охват учащихся горячим питанием;
- ✓ Обеспечить школу необходимыми кадрами, медперсоналом и оборудованием для применения здоровьесберегающих технологий в учебном процессе;
- ✓ Провести скрининг-диагностику органов зрения у детей 14-18 лет в 100% объеме
- ✓ Провести скрининг-диагностику состояния здоровья у учащихся школы (1-11 классов- на основе анкет, составленных учащимися 5-11 классов и родителями детей 1-4 классов)
- ✓ Обеспечить совместно с медицинскими работниками школы консультации специалистов детской поликлиники для нуждающихся детей;
- ✓ Провести сравнительный анализ заболеваемости за пять лет, ознакомить с анализом всех специалистов школы. На основе данных анализа планировать учебную деятельность
- ✓ Продолжить внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;
- ✓ Воспитать потребность у учащихся в ЗОЖ
- ✓ Усилить психологическую помощь учащимся в начальной и средней школе
- ✓ Пропедевтика интисоциальных конфликтов
- ✓ Обеспечить учащимся занятия в группах ЛФК
- ✓ Усилить контроль за состоянием здоровья в начальной и старшей школе.

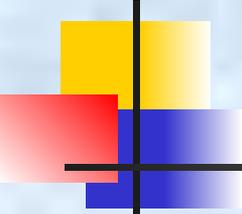
*Педагогические консилиумы  
2008-2009 учебный год*



# 5»А» класс

классный руководитель Фалина Ирина Николаевна





## *Анкета для родителей и учащихся 5 «А» 2008-2009 уч. год*

---

*В данной анкете в виде вопросов сгруппированы основные «ключевые» жалобы, возникающие у детей и подростков при наличии отклонений со стороны нервной, ссс, при заболеваниях носоглотки, органов пищеварения, почек, при аллергических состояниях.*

*Целенаправленный отбор таких детей при массовых осмотрах в школах имеет особое значение, т.к. нередко патология выявляется недостаточно полно, что в свою очередь приводит к несвоевременному назначению лечебных мероприятий и значительно снижает их эффективность.*

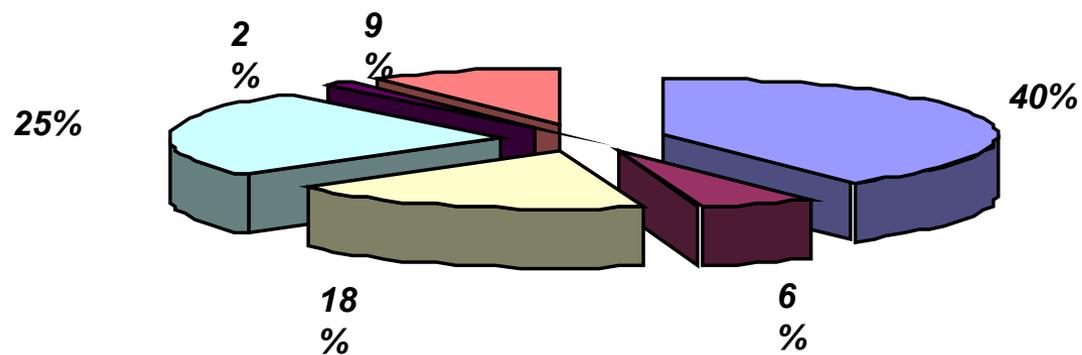
*Обобщив результаты анкетного опроса, оставив предварительное заключение, направляем детей к школьному врачу-педиатру, который в свою очередь направляет детей для дополнительного обследования и консультаций специалистами.*

<b>А</b>	<b>1</b>	<b>Головные боли (беспричинные, при волнении, после физической нагрузки, после посещения школы)</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
	<b>2</b>	<b>Слезливость, частые колебания настроения, страхи</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
	<b>3</b>	<b>Слабость, утомляемость после занятий ( в школе, дома)</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
	<b>4</b>	<b>Нарушение сна ( долгое незасыпание, чуткий сон, снохождение, ночное недержание мочи, трудное пробуждение по утрам)</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
	<b>5</b>	<b>Повышенная потливость или появление красных пятен при волнении</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
	<b>6</b>	<b>Головокружение, неустойчивость при перемене положения тела</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
	<b>7</b>	<b>Обмороки</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
	<b>8</b>	<b>Двигательная расторможенность ( не может долго усидеть на месте)</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
	<b>9</b>	<b>Навязчивые движения ( тербит одежду, волосы, облизывает губы, грызет ногти, сосет палец, часто мигает, заикается)</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
<b>Б</b>	<b>10</b>	<b>Боли, неприятные ощущения в области сердца, сердцебиение, перебои)</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
	<b>11</b>	<b>Повышение артериального давления</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
<b>С</b>	<b>12</b>	<b>Часто насморк ( 4 и более раз в году)</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
	<b>13</b>	<b>Часто кашель ( 4 и более раз в году)</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>
	<b>14</b>	<b>Часто потеря голоса ( 4 и более раз в году)</b>	<b>Да</b>	<b>Нет</b>

D	15	Боли в животе	Да	Нет
	16	Боли после приема пищи	Да	Нет
	17	Боли в животе до еды	Да	Нет
	18	Тошнота, отрыжка, изжога	Да	Нет
	19	Нарушение стула ( запоры, поносы)	Да	Нет
	20	Заболевания желудка, печени, кишечника	Да	Нет
E	21	Боли в пояснице	Да	Нет
	22	Боли при мочеиспускании	Да	Нет
K	23	Реакция на какую-то пищу, запахи, цветы, пыль, лекарства ( отеки, затрудненное дыхание, сыпь)	Да	Нет
	24	Реакция на прививки ( сыпь, отеки, затрудненное дыхание)	Да	Нет
	25	Появление экссудативного диатеза ( покраснение кожи, шелушение, экзема)	Да	Нет

# Результаты скрининг-диагностики

(данные родительского опроса) 5 «А»



■ консультации невропатолога

■ шобследование ш.в

■ консультации отоларинголога

■ консультации гастроэнтеролога

■ консультации нефролога

■ консультации аллерголога

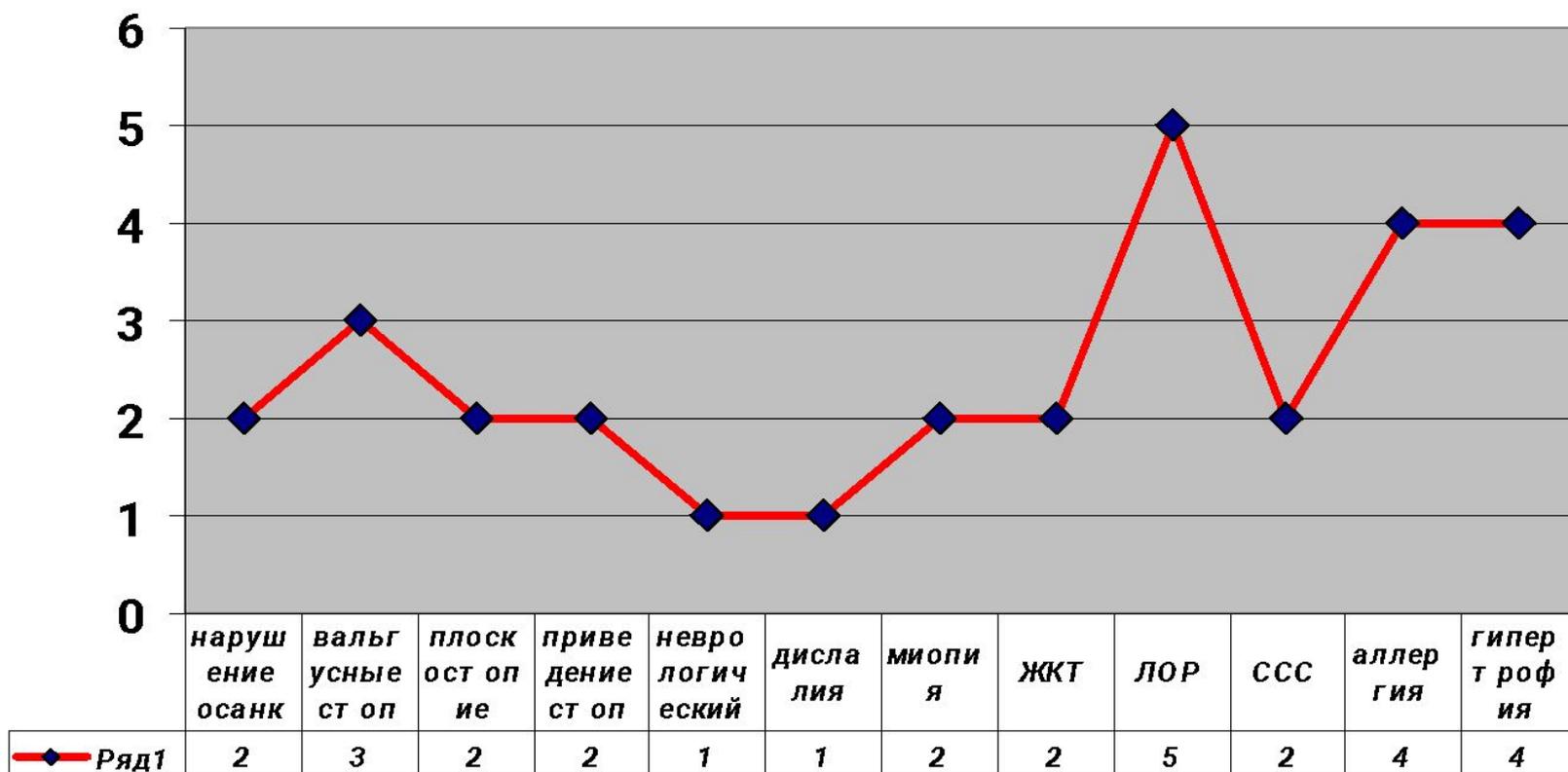
# Паспорт здоровья 5 «А» 2008-2009 уч.год

(результаты диспансеризации сентябрь 2008г)

№	ФИ	Год рождения	Группа здоровья	Физкультурная группа	Заболевания
1	Бессонова Анна	1997	2	основная	Гипертрофия миндалин Плоскостопие 1 ст
2	Буддуков Андрей	1997	2	основная	Сутулость Вальгусные стопы
3	Бутылин Денис	1996	2	основная	Плоскостопие 1 ст.
4	Васильева Катя	1997	3	основная	Хронический тонзиллит
5	Гмыря Катя	1997	1	основная	Инф МБТ
6	Двоеглазов Илья	1997	2	основная	Гипертрофия миндалин Дисфония Дислалия
7	Джумантязов назар	1996	1	основная	
8	Жишков Олег	1996	3	подготовит	Хронический г/дуоденит ВСД
9	Закиров Мадрахим	1997	-	основная	
10	Захаров Павел	1996	2	основная	ФФНР Приведение стопы
11	Колганков Роман	1997	2	основная	ФСШ Поллиноз
12	Короткова Елена	1996	2	основная	Нейродермит Миопия сл.степени
13	Кондрашова София	1998	2	основная	Приведение стопы Миопия сл. степени
14	Кузнецов Михаил	1997	3	подготовит	Хр/гастроуденит Домашнее обучение

15	Куликова Виктория	1998	2	основная	Гипертрофия миндалин Вазомоторный ринит
16	Ле Тхи Туэт	1997	-	основная	
17	Нгуен Тхань Тунг	1997	1	основная	
18	Николаев Дмитрий	1998	3	подготовит	Гипертрофия миндалин ВПС ООО аденоиды
19	Облыгин Алексей	1997	1	основная	
20	Петров Костя	1998	1	основная	
21	Полякова Виктория	1997	1	основная	
22	Пушинова Анна	1998	2	основная	Вальгусные стопы
23	Румянцева Настя	1997	2	основная	Сутулость Аллергия
24	Солдатова Елена	1997	1	основная	
25	Сомов Денис	1997	2	основная	Вальгусные стопы Аллергические реакции
26	Степина Мария	1997	2	основная	Атипичский дерматит Гипертрофия миндалин Аденоидов
27	Усова Марина	1997	1	основная	
28	Утуджан Оник	1997	2	основная	Гипертрофия миндалин
29	Ушакова Светлана	1997	2	основная	Миопия сл.степени Пищевая аллергия Избыточная масса
30	Янсон Алексей	1997	2	основная	Миопия сл.ст.

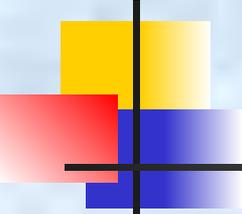
## Мониторинг заболеваемости 5 «А» 2008-2009 уч.год



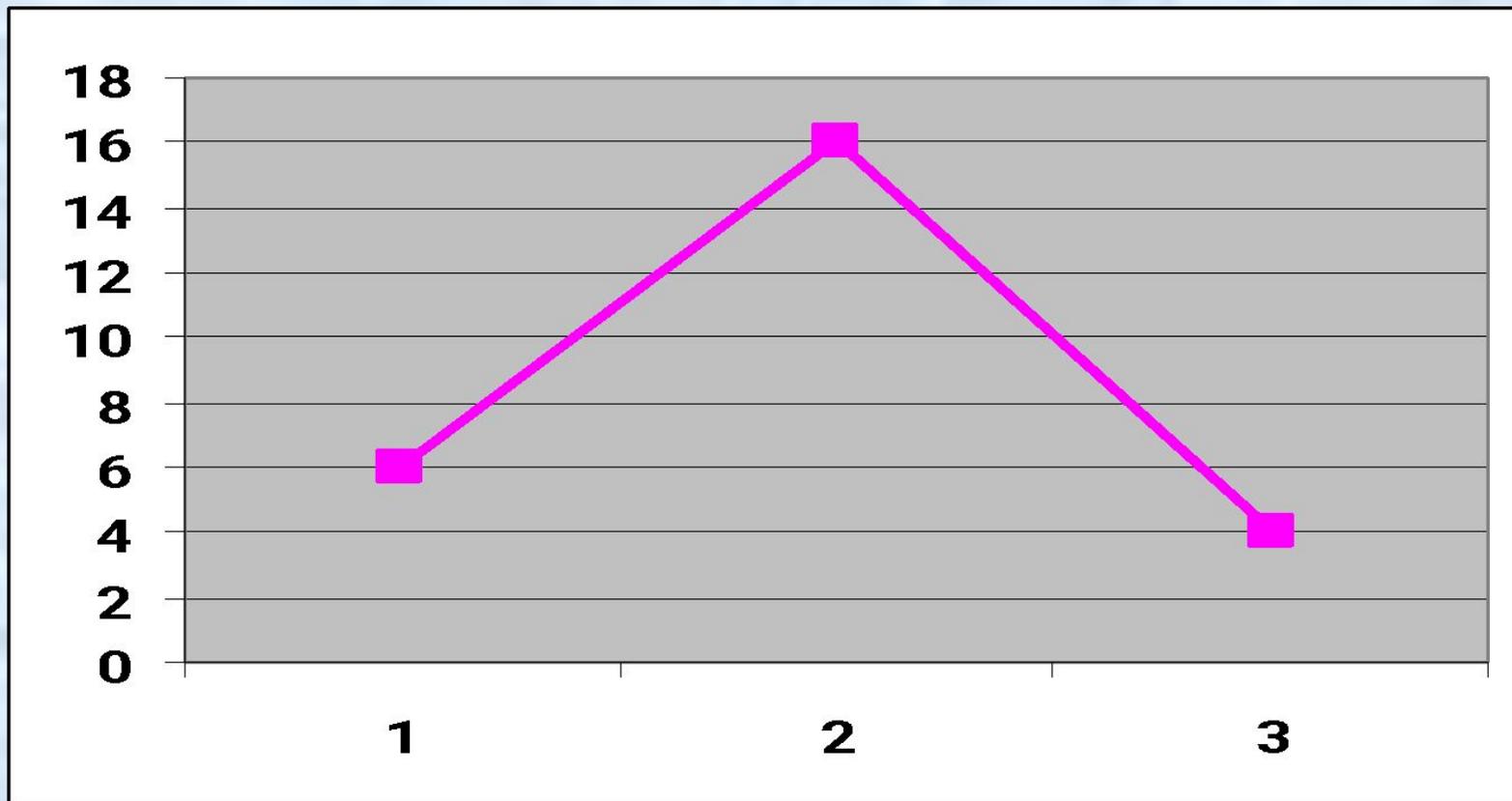
## Сравнительный анализ заболеваемости 2007 и 2008 годы 5 «А»



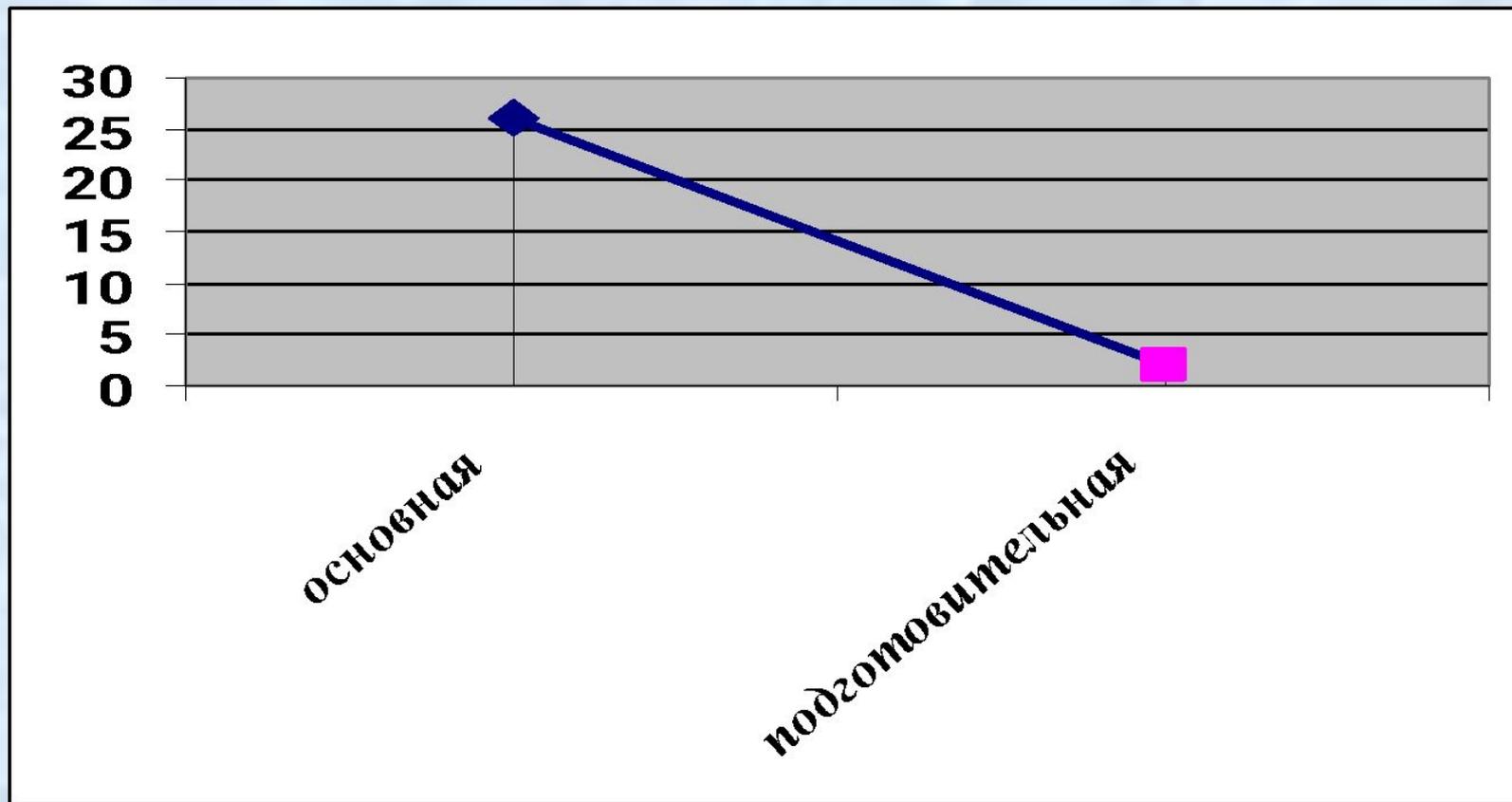
◆ 5 класс    ■ 4 класс



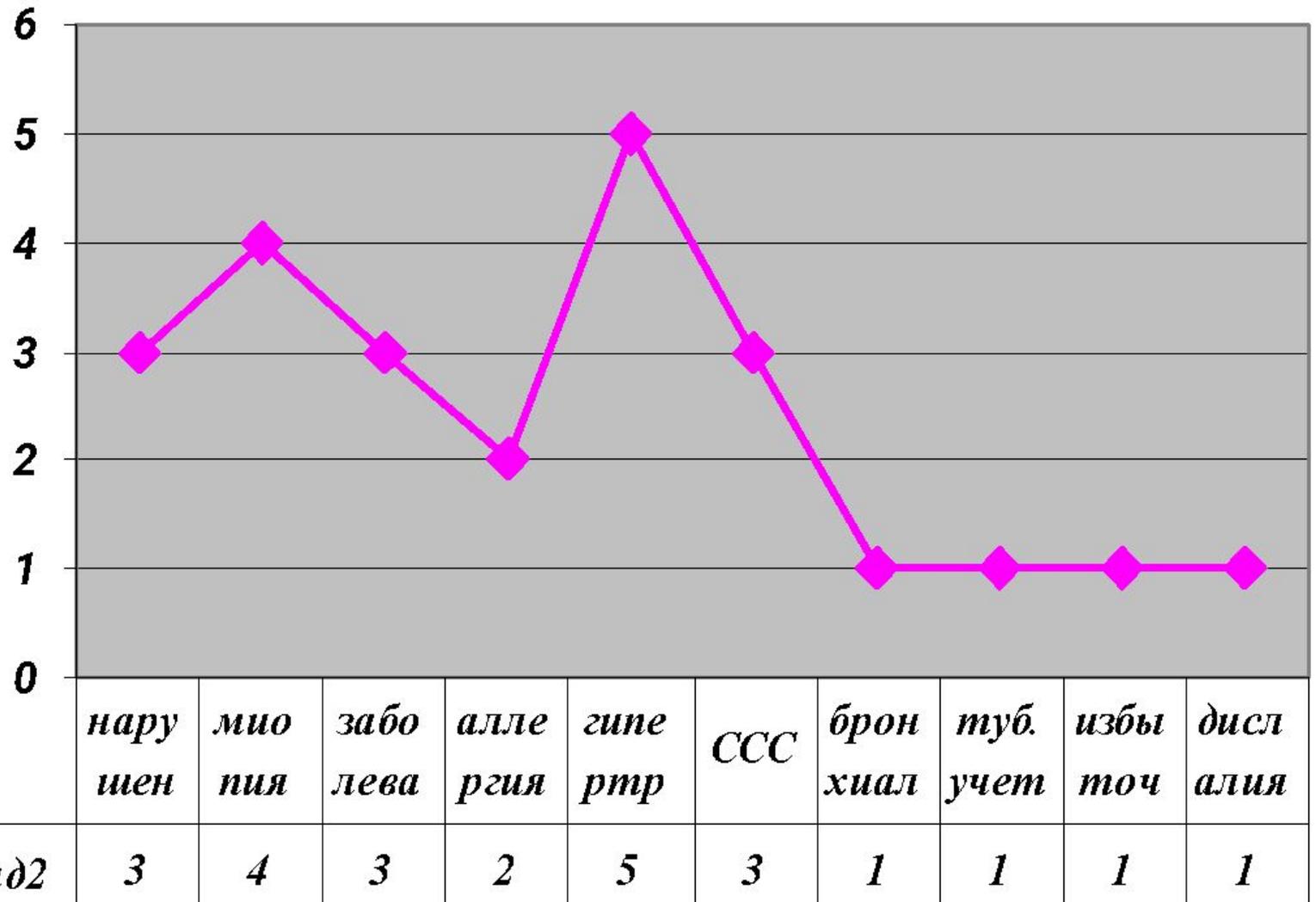
## *Группы здоровья 2008-2009 уч.год 5 «А»*



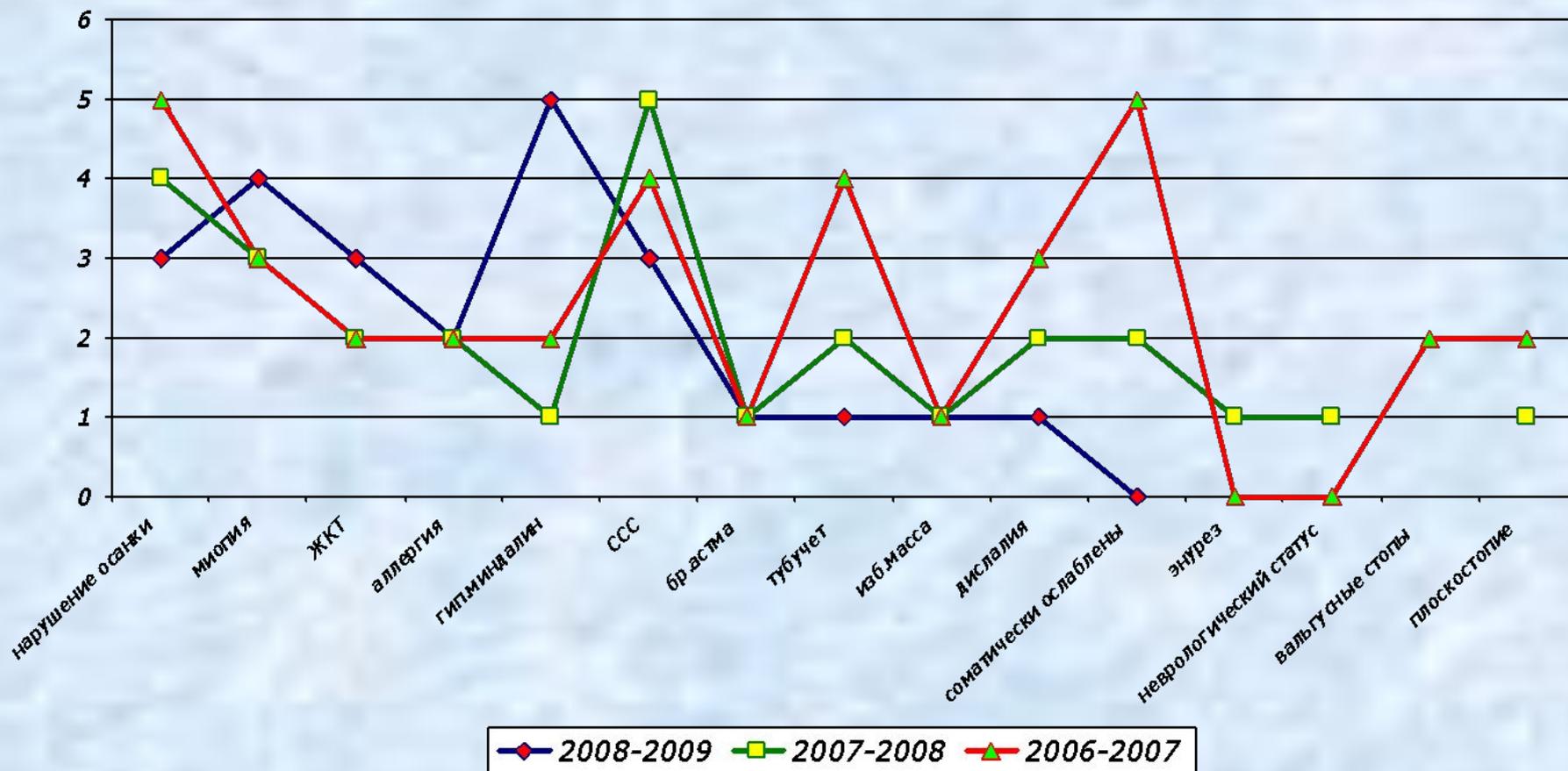
## Физкультурные группы 2008-2009 уч.год 5 «А»

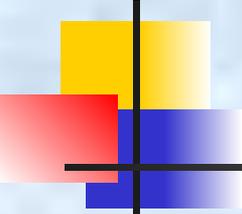


## Мониторинг состояния здоровья учащихся 7 «Б» класса 2008-2009 уч.год



## Сравнительный анализ состояния здоровья учащихся 7 «Б» класса за 3 года (2006-2008 годы)



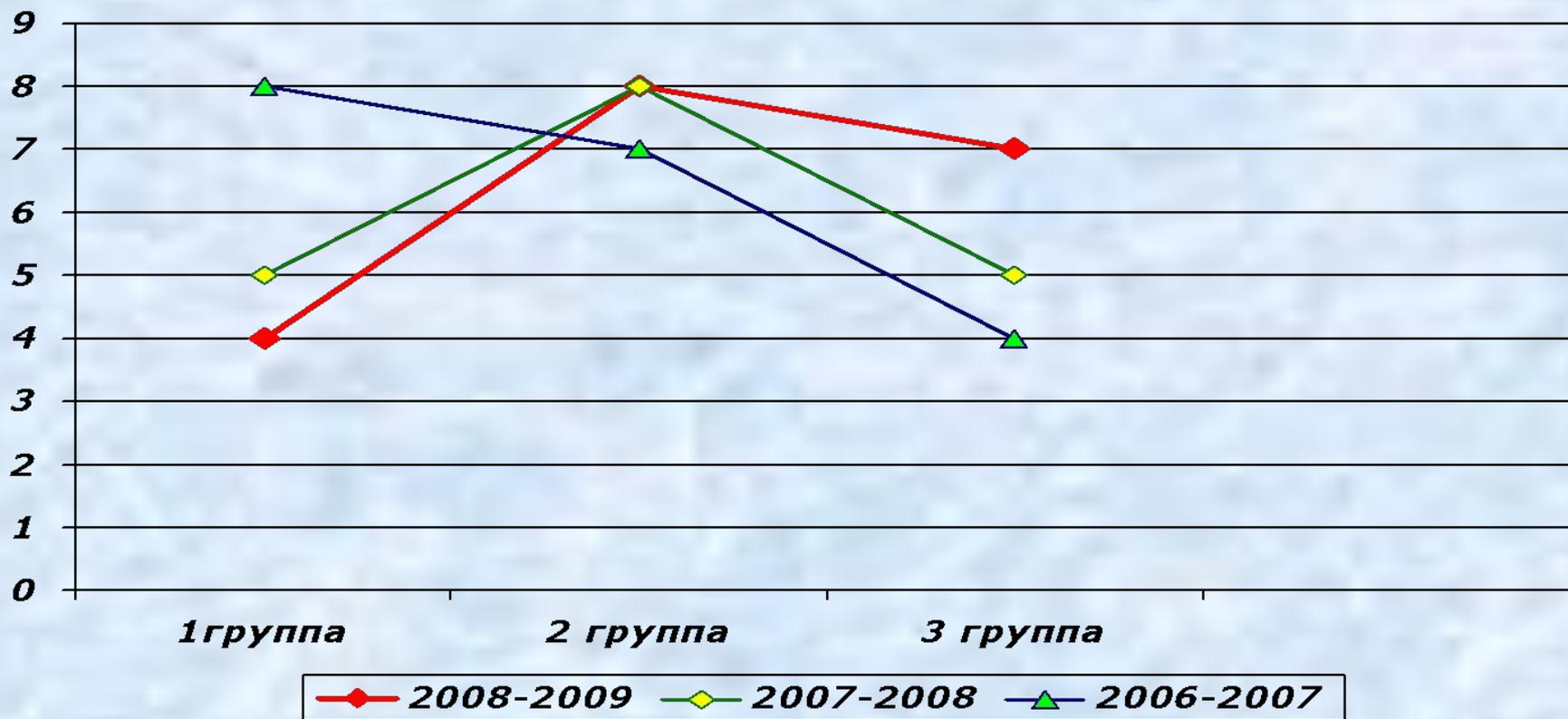


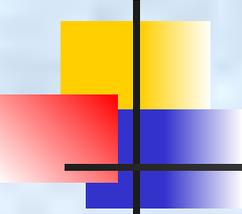
## *Группы здоровья 2008-2009 уч.год 7 «Б»*

---



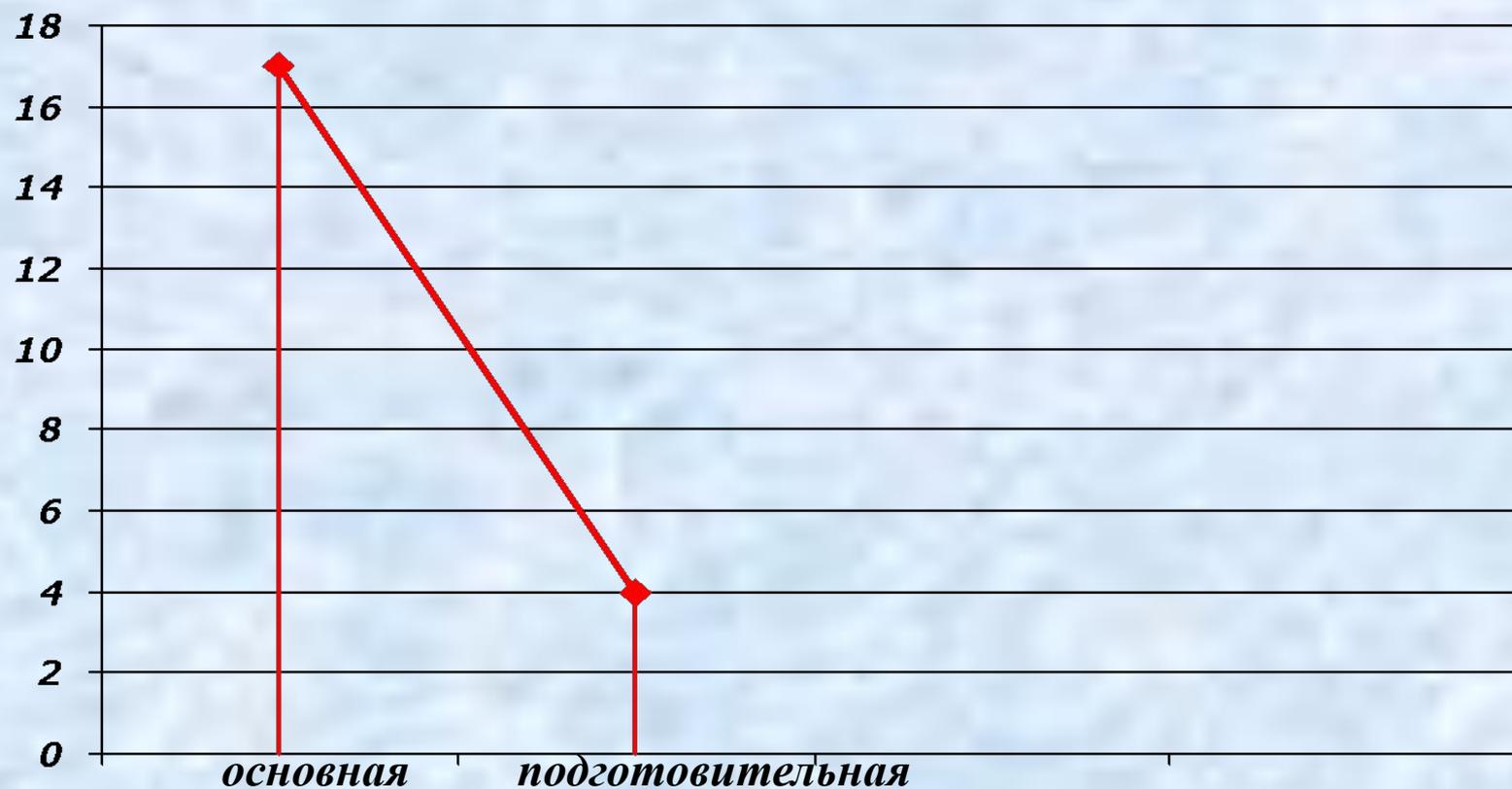
# Сравнительный анализ групп здоровья за 3 года ( 2006-2008 годы) 7 «Б»



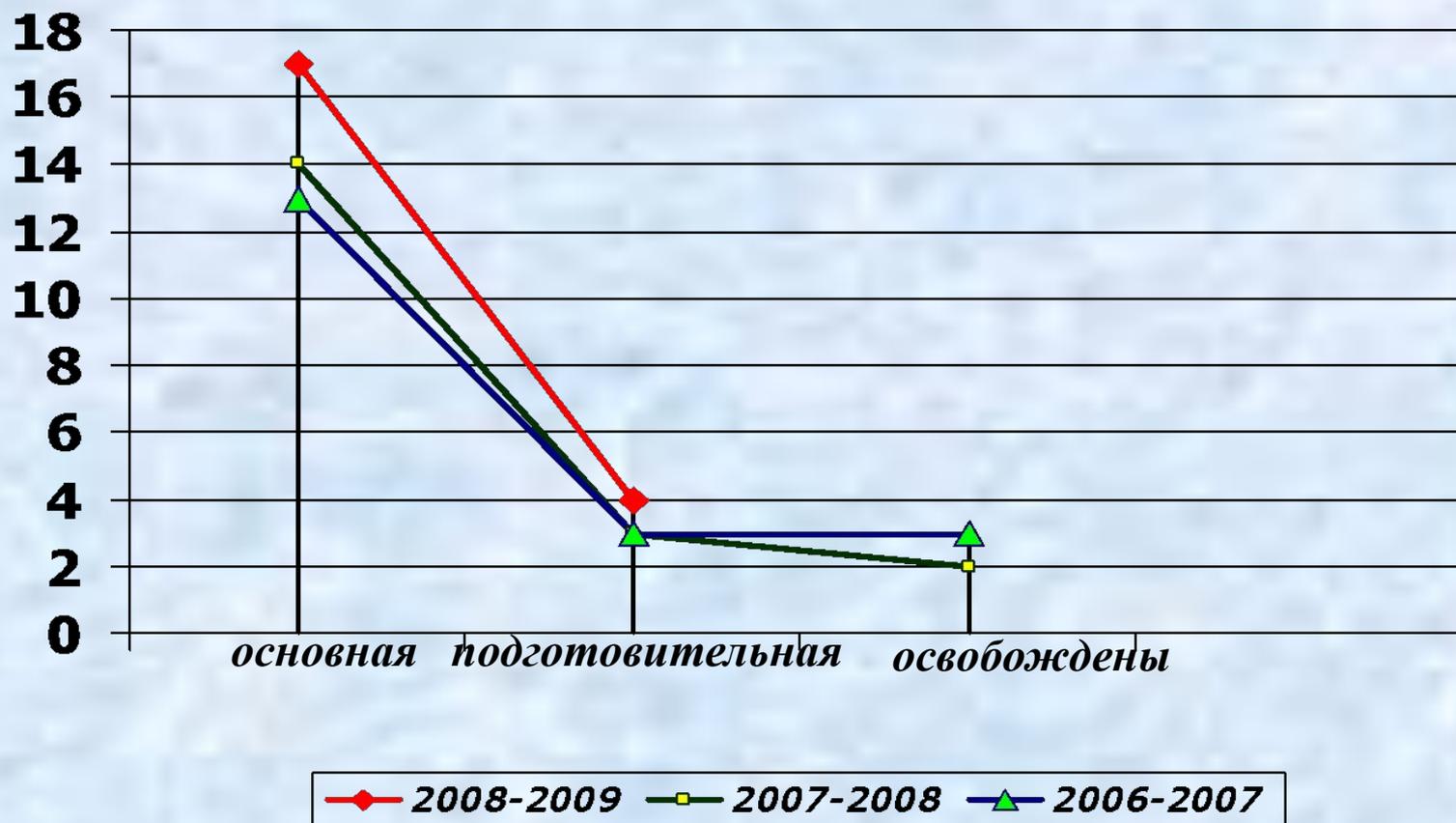


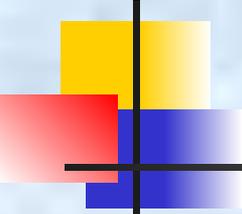
## *Физкультурные группы 2008-2009 уч.год 7 «Б»*

---



*Сравнительный анализ физкультурных групп за 3 года  
( 2006-2008 годы) 7 «Б»*

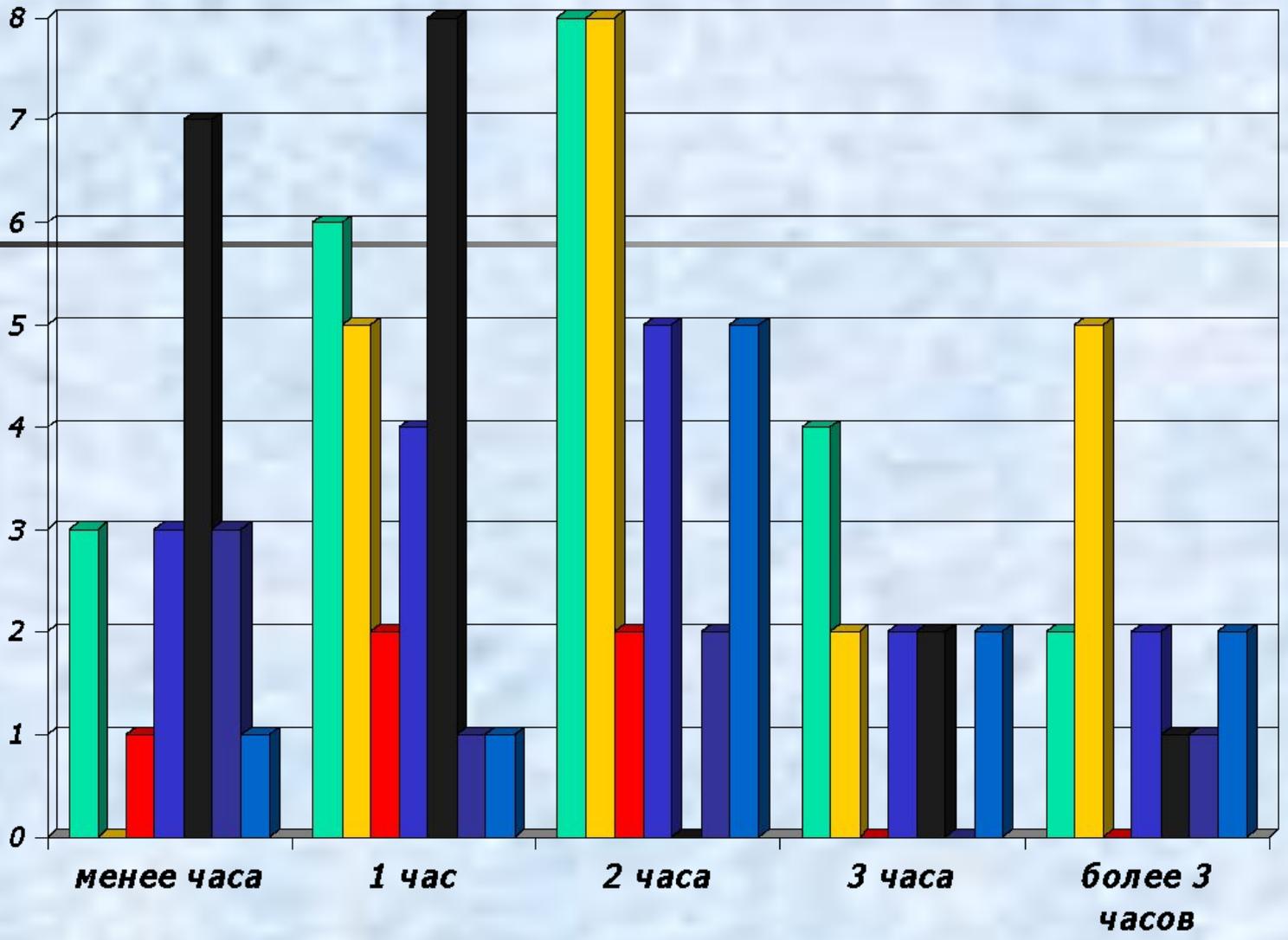
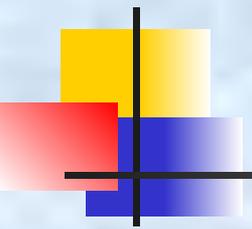




## *Занятость детей 5 «А» класса во второй половине дня*

*( по данным анкетирования октябрь 2008 год)*

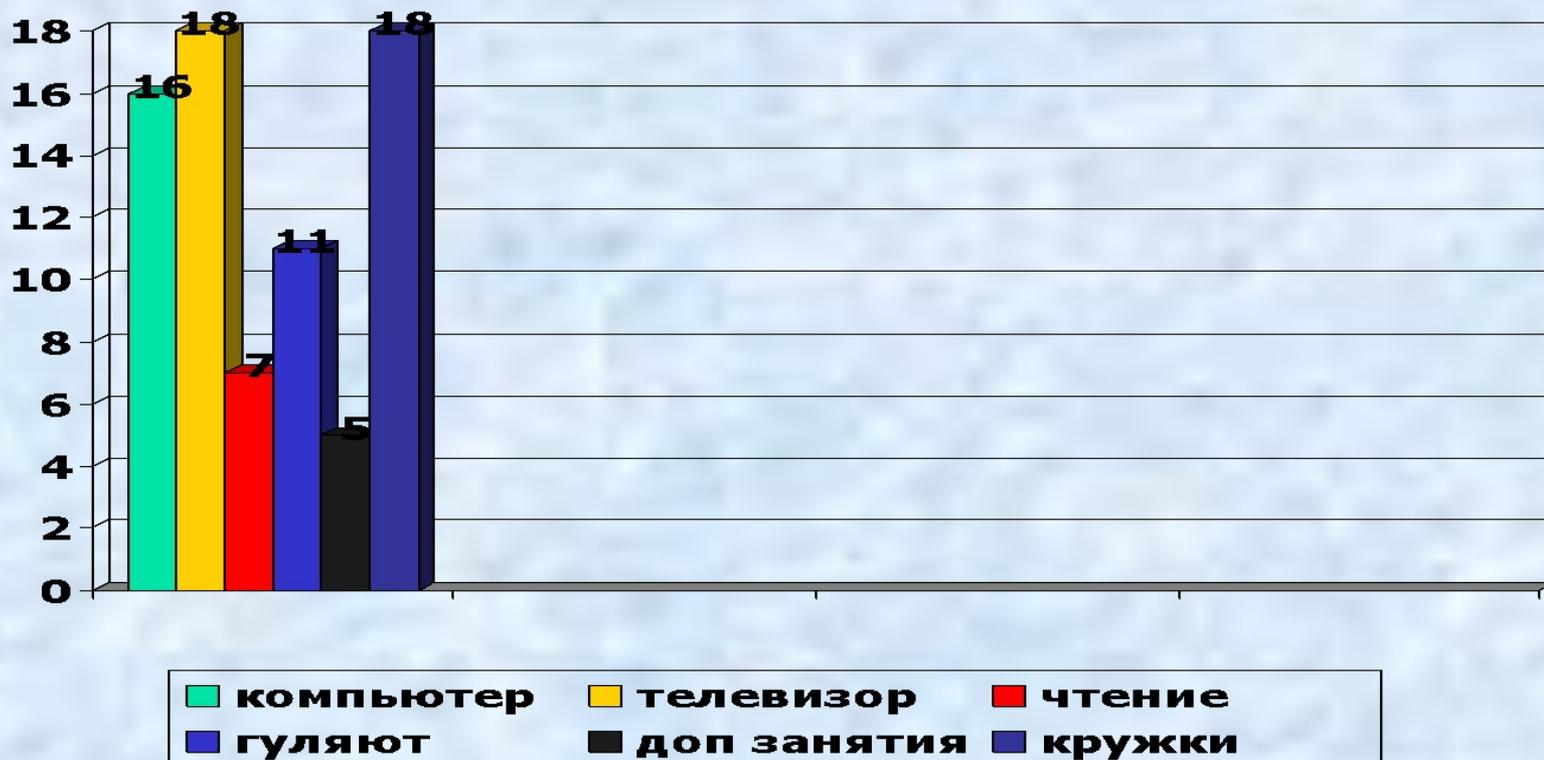
	Занятость				
	Менее часа	1 час	2 часа	3 часа	Больше 3 часов
Уроки	3	6	8	4	2
Кружки		5	8	2	5
Доп. Занятия	1	2	2		
Компьютер	3	4	5	2	2
Телевизор	7	8		2	1
Чтение	3	1	2		1
Гуляю	1	1	5	2	2

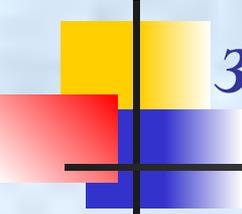


уроки кружки доп. занятия компьютер телевизор чтение гуляние

Исходя из данных анкетирования, установили, что

- За компьютером и телевизором дети проводят в среднем около 2 часов
- На уроки тратят в среднем 1 час 40 мин
- Чтение 1 час
- Гуляют 1 час 35 мин





## *Занятость детей 7 «Б» класса во второй половине дня*

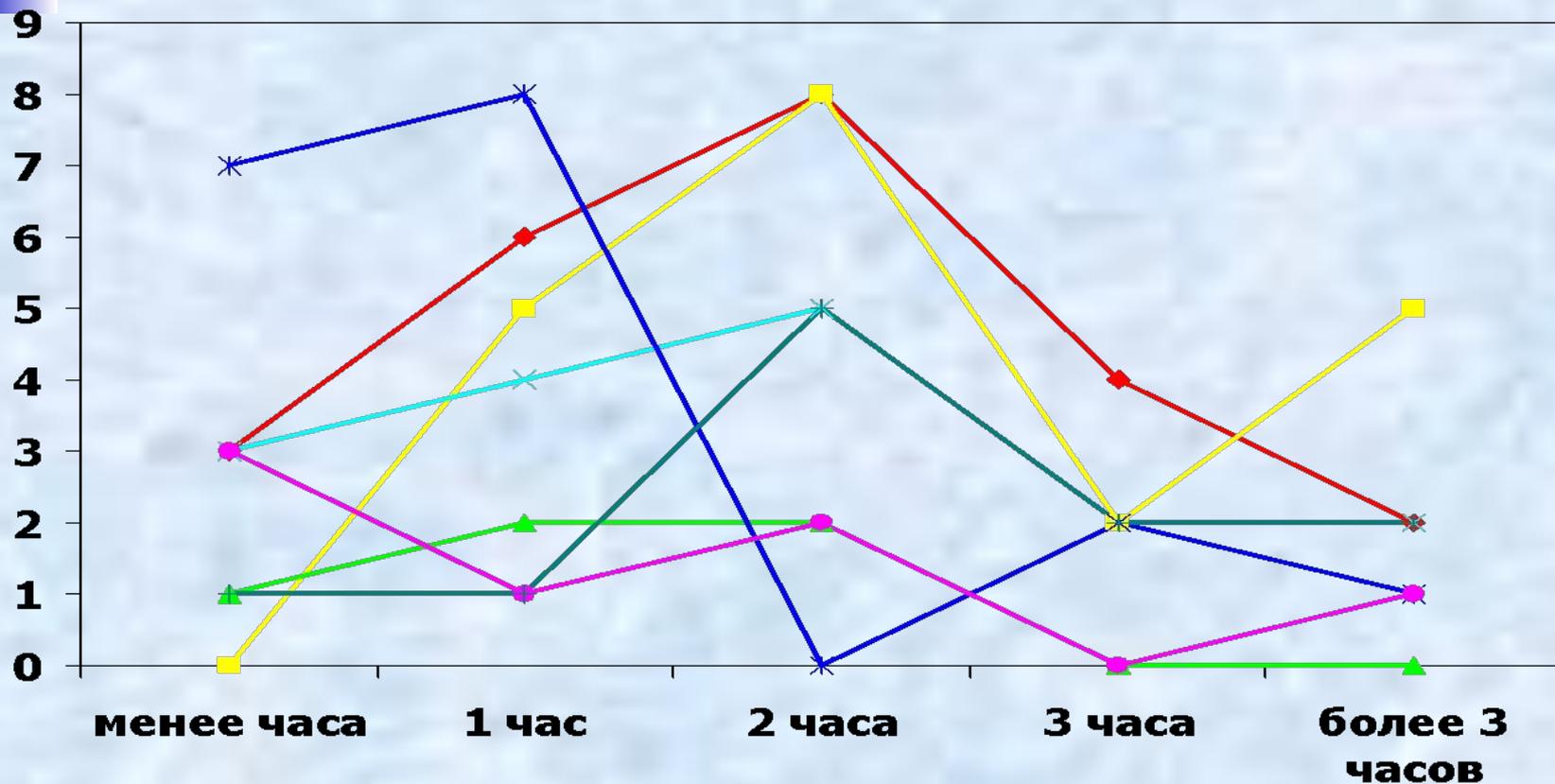
*( по данным анкетирования декабрь 2008 год)*

---

### Занятость

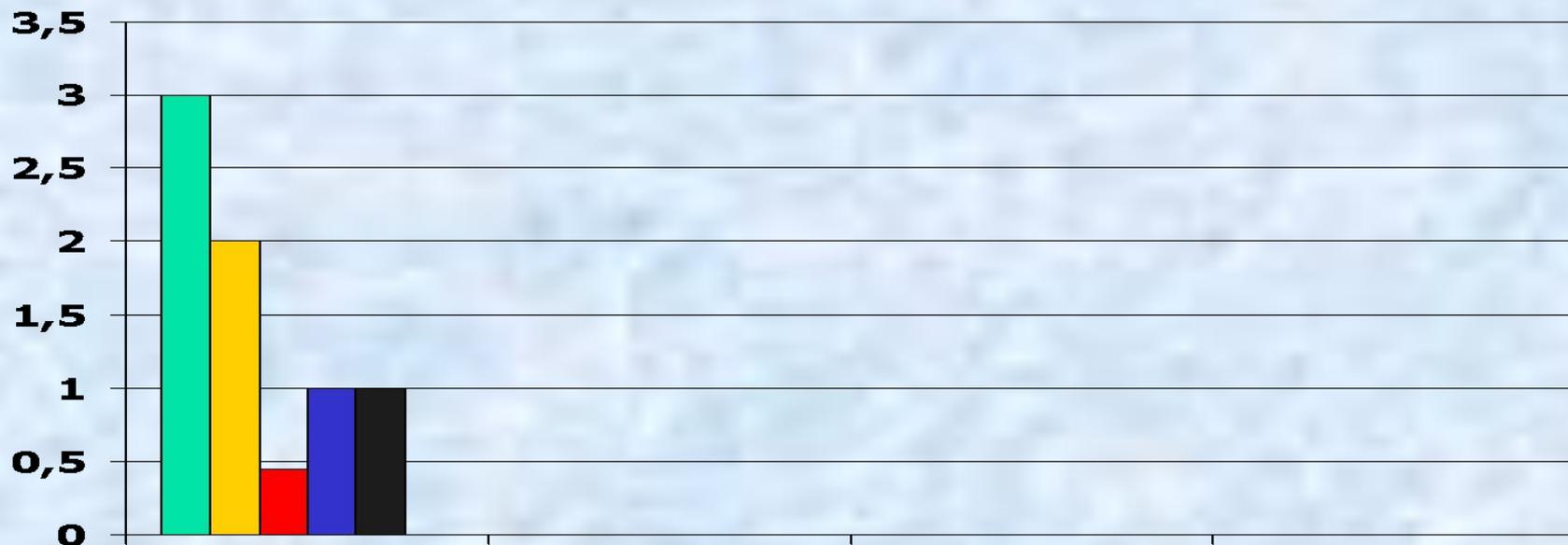
	Менее часа	1 час	2 часа	3 часа	Больше 3 часов
Уроки	3	6	8	4	2
Кружки		5	8	2	5
Доп. занятия	1	2	2		
Компьютер	3	4	5	2	2
Телевизор	7	8		2	1
Чтение	3	1	2		1
Гуляю	1	1	5	2	2

*Занятость детей 7 «Б» класса во второй половине дня  
( по данным анкетирования декабрь 2008 год)*



Исходя из данных анкетирования, установили, что

- За компьютером и телевизором дети проводят в среднем около 3 часов
- На уроки тратят в среднем 1 час 30 мин
- Чтение 0,45час
- Гуляют около 1часа



## Итоги проведения психолого-педагогического опросника «Рейтинги учителей с элементами социометрии»

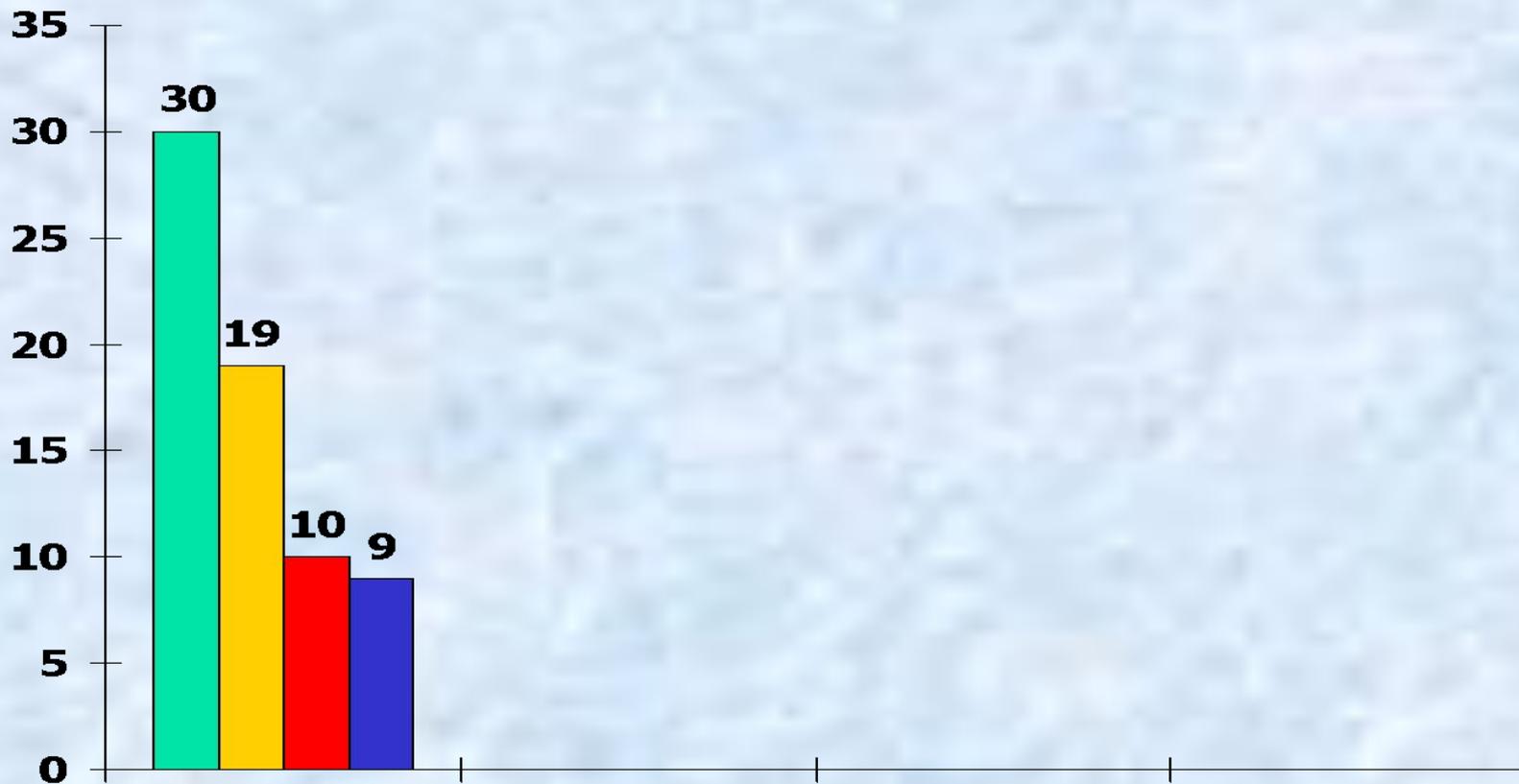
<i>год</i>	<i>Самый интересный урок</i>	<i>Урок, где больше всего волнений</i>	<i>Нравится ли школа?</i>	<i>«Отвергнутые учащиеся»</i>	<i>Уровень тревожности</i>	<i>Пожелания детей классному руководителю</i>	<i>Пожелания директору</i>	<i>Уровень орфографической грамотности</i>
<b>2</b> <b>полугодие</b> <b>2007-2008</b>	<i>Биология Физ-ра Математика Русский язык История</i>	<i>География Английский язык Русский язык биология</i>	<i>62%</i>	<i>Козарь Маркин Золотов Рузиматов</i>	<i>85%</i>	<i>Экскурсии за границу Не болеть Быть мягче</i>	<i>Долгих лет жизни. Самый лучший директор</i>	<i>Низкая</i>
<b>1</b> <b>полугодие</b> <b>2008-2009</b>	<i>Биология Математика Русский язык литература</i>	<i>География Английский язык Русский язык</i>	<i>55%</i>	<i>Москаленко Маркин Золотов Месропян</i>	<i>80%</i>	<i>Экскурсии Праздники Не болеть</i>	<i>Долгих лет жизни. Устраивать общешкольные праздники</i>	<i>Низкая</i>

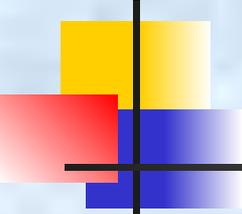
*Компьютерная диагностика остроты зрения  
учащихся 5 «А» класса (октябрь 2008 год)*



- *Обследовано всего – 30 человек*
- *Отклонения – 19 человек*
- *Из них девочек – 10 человек*

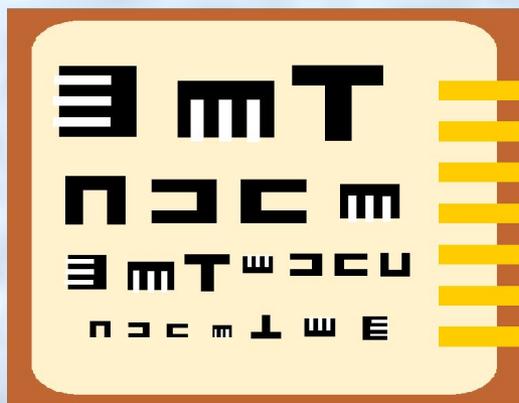
**Мониторинг состояния зрения у учащихся 5 «А»  
класса  
ноябрь 2008 год**



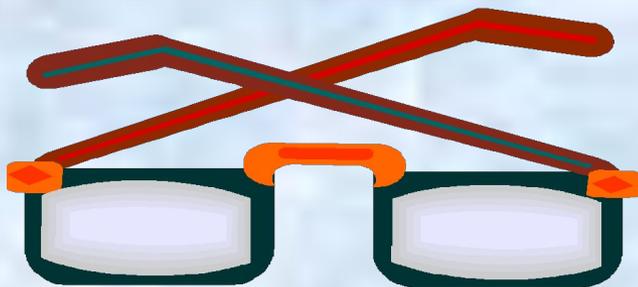


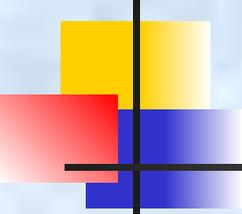
## *Компьютерная диагностика остроты зрения учащихся 7 «Б» класса (октябрь 2008 год)*

---



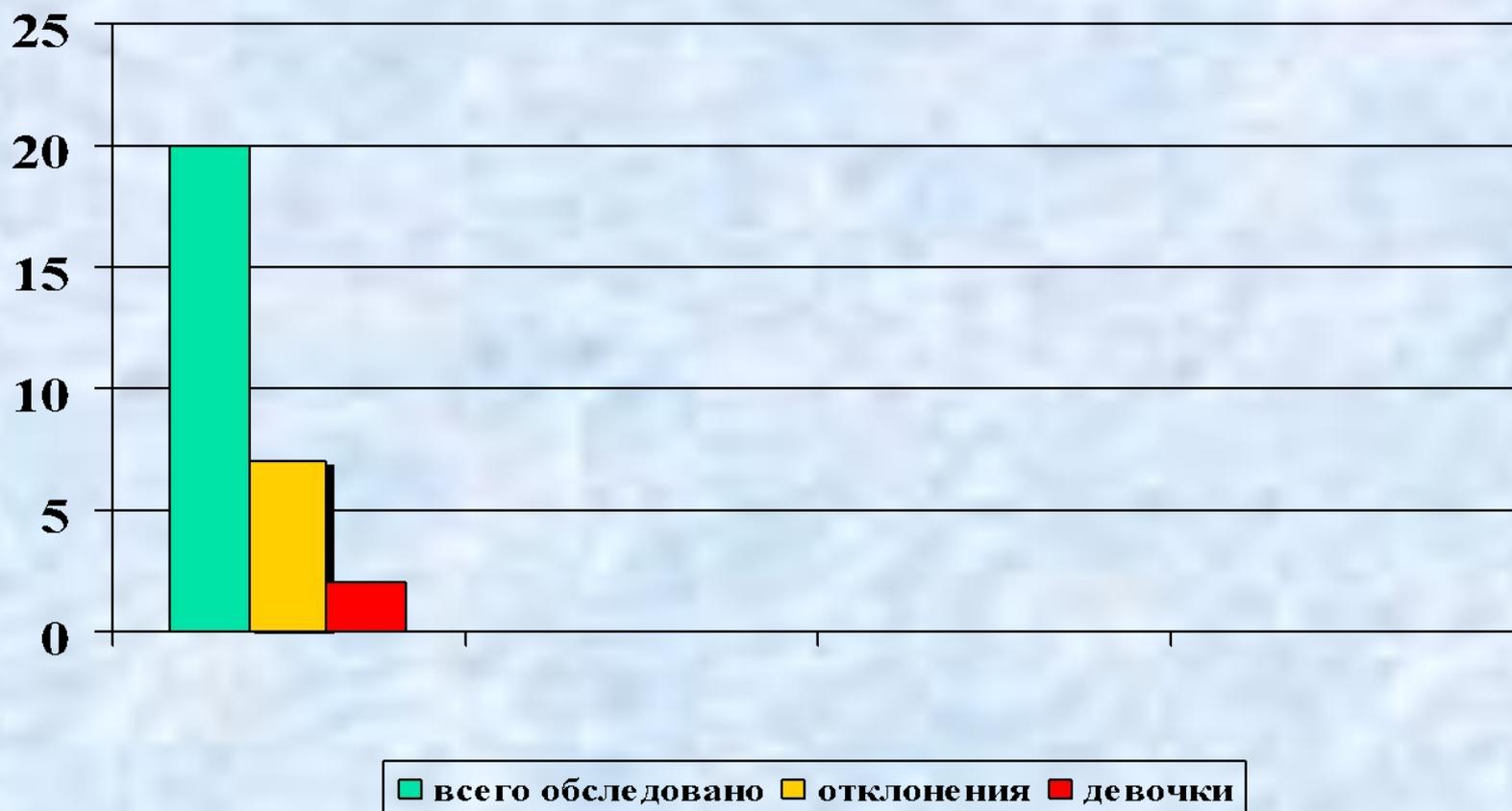
- *Обследовано всего – 20 человек*
- *Отклонения – 7 человек*
- *Из них девочек – 2 человек*



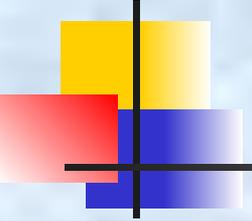


## Мониторинг состояния зрения у учащихся 7 «Б» класса декабрь 2008 год

---

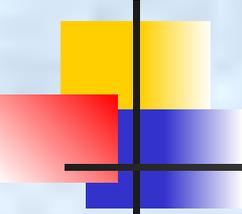


## *Гимнастика для глаз*

- 
- По данным офтальмологов, сегодня 90% учеников страдают близорукостью.
  - Проведенные исследования подтвердили эти данные. Виной всему не только школьные нагрузки, но и неправильный режим дня.
  - В связи с этим мы предложили в начальной школе и в 5 классе данную гимнастику, которая позволяет уменьшить нагрузку на глаза

### *Гимнастика для глаз*

- **Упражнение для мышц шеи**
- **Упражнение 1**  
Встаньте свободно, руки вдоль тела. Поднимите плечи как можно выше. Держа их в этом положении, отведите назад, по возможности дальше, и вернитесь в исходное положение. Делайте круговые движения плечами достаточно быстро. Повторите несколько раз.
- **Упражнение 2**  
То же, что и в первом упражнении, но в обратном направлении. Отведите плечи назад, поднимите их как можно выше, переведите вперед, опустите, вернувшись в исходное положение. Сделайте несколько поворотов.
- **Упражнение 3**  
Опустите подбородок как можно ниже на грудь, шею расслабьте, затем поднимите голову и откиньте ее как можно дальше назад. Вернитесь в исходное положение.
- **Упражнение 4**  
Опустите подбородок на грудь, затем плавно поверните голову налево, откиньте назад, поверните направо, вернитесь в исходное положение. Повторите упражнение несколько раз в одном направлении и затем в другом. Круговые движения головой должны быть равномерными, с максимальной амплитудой, но без напряжения.
- **Упражнение 5**  
Поверните голову как можно дальше налево, вернитесь в исходное положение. Поверните голову как можно дальше направо, вернитесь в исходное положение. Повторите повороты несколько раз в медленном темпе.

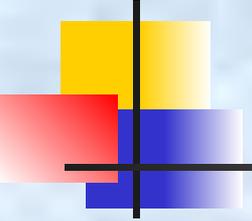


## *При работе за компьютером*

---

### Упражнение для мышц глаз

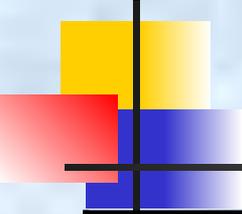
- Разогрейте ладони одну о другую. Приложите их к закрытым глазам и подержите 1-2 минуты.
- Посмотрите вдаль, чтобы глаза отдохнули.
- Голову держите прямо, медленно поднимите глаза вверх и на максимально возможной верхней точке зафиксируйте взгляд на несколько секунд (не меняя положения головы).
- Смотрите прямо несколько секунд.
- Опустите глаза вниз и в максимально низкой точке зафиксируйте взгляд.
- Посмотрите прямо перед собой.
- Переведите взгляд до предела вправо и замрите. Смотрите прямо несколько секунд.
- Переведите взгляд до предела влево и замрите. Снова дайте глазам отдохнуть.
- Медленно поворачивайте глазами сначала по часовой стрелке, а потом против часовой стрелки.
- Сильно зажмурьтесь, а затем расслабьте мышцы лица. Повторите несколько раз.
- Разогрейте ладони и снова на минуту приложите их к закрытым глазам.



## *Рекомендации учителю*

---

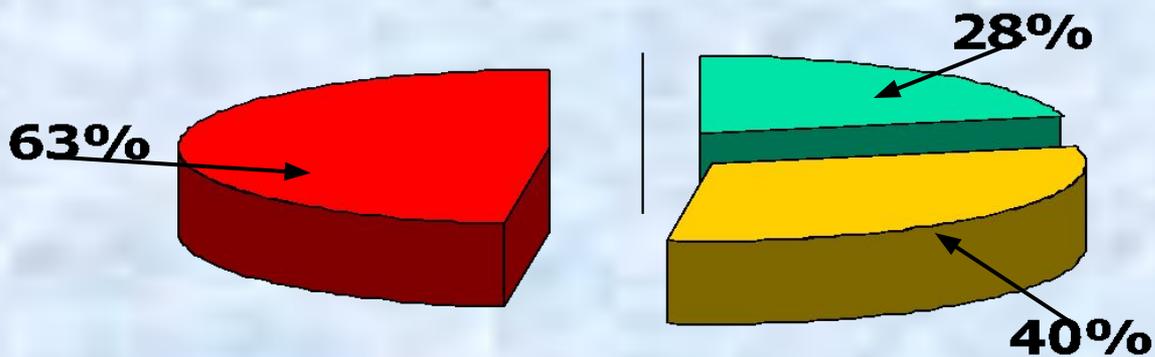
- Если у ученика проблемы со зрением, обязательно посадите его на первую или вторую парту.
- Следите за тем, чтобы ученик не сидел за одной и той же партой весь год. Меняйте его положение в классе в течении года.
- Следите за осанкой ребенка: проблемы в шейном отделе позвоночника нарушают мозговое кровообращение и приводят к ухудшению зрения.
- Помните: ученик должен как можно больше времени проводить на свежем воздухе. Это и есть главные составляющие профилактики нарушений зрения.



## Организация питания учащихся за счет средств бюджета

№ п.п	Категория учащихся	Число учащихся			
		1-4 класс	5-9 класс	10-11 класс	Итого
1	Завтраки 1-4 класс( без многодетных и социально-незащищенных)	<b>146</b>	-	-	<b>146</b>
2.	Многодетные ( завтраки и обеды)	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>21</b>
3	Социально-незащищенные (завтраки и обеды)	<b>94</b>	<b>40</b>	<b>6</b>	<b>140</b>
4	Учащиеся не охваченные питанием	-	<b>159</b>	<b>49</b>	<b>208</b>
5	Всего учащихся ( по ОШ)	<b>248</b>	<b>211</b>	<b>56</b>	<b>515</b>

# Анализ организации питания за счет средств бюджета 2007- 2009 годы



■ 2006-2007 ■ 2007-2008 ■ 2008-2009 ■

# ЗОЖ



1	Лекции для мальчиков-уроки гигиены	10 кл	25 ноября	Институт гигиены
2	Лекции для девочек – уроки гигиены	8-10 класс	3 декабря	Институт гигиены
3	Профилактика наркомании	10а	16 декабря	ПНД № 8