

Рассмотрено  
на заседании педагогического совета  
от 30.08 2020

Утверждено  
Директор школы Т.А. Замятина  
Приказ № 73  
От 01.08 2020г



## **ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»**

муниципального казенного общеобразовательного учреждения  
«Лапшихинская средняя школа»  
на 2020 – 2025гг

## Паспорт программы

Наименование Программы	Внутришкольная программа «Здоровье» на 2020-2025 годы (далее – Программа)
Основание для разработки Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Федеральный закон от 10 апреля 2000 года №51-ФЗ «Об Утверждении Федеральной программы развития образования»,</li> <li>- Закон РФ «Об образовании»,</li> <li>- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ,</li> <li>- «Конвенция ООН о правах ребёнка»,</li> <li>- «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»,</li> <li>- Конституции Российской Федерации,</li> <li>- Приоритетный национальный проект «Образование»</li> </ul>
Кем принята Программа	Педагогическим советом
Разработчики и исполнители Программы	Г.Х.Русакова – педагог-организатор Учителя предметники, классные руководители, ученики
Цель и задачи Программы	<p><b>Цель:</b> формировать навыки организации здорового образа жизни посредством организации здоровьесберегающей и здоровьесформирующей образовательной среды, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• систематическое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы;</li> <li>• гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;</li> <li>• освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;</li> <li>• планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся с учетом особенностей состояния их здоровья;</li> <li>• развитие психолого-педагогического и медико-социального сопровождения обучающихся для своевременной профилактики дезадаптации школьников;</li> <li>• организация системы дополнительного образования, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни обучающихся;</li> <li>• создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;</li> <li>• обобщение опыта работы педагогических работников школы по использованию здоровьесберегающих педагогических технологий;</li> <li>• развитие программно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса по аспектам здоровьесбережения;</li> <li>• разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.</li> </ul>
Основные направления Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Кадровое обеспечение работы школы по сохранению здоровья учащихся</li> <li>• Материально-техническая база кабинетов, обеспечивающих здоровьесберегающий образовательный процесс</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Создание здоровьесберегающей внутренней среды</li> <li>• Здоровьесберегающая организация образовательного процесса</li> <li>• Урок – здоровьесберегающая форма обучения учащихся</li> <li>• Работа с педагогическим коллективом по укреплению здоровья педагогов</li> <li>• Диагностика и мониторинг состояния здоровья и заболеваний обучающихся</li> </ul>
<p>Сроки и этапы реализации Программы</p>	<p>Сроки реализации Программы: 2020 – 2025 годы</p> <p><b>1. Подготовительный этап 2020 - 2021 учебный год</b></p> <p><u>Цели:</u> создание материально-технического, нормативного и программно-методического обеспечения реализации Программы.</p> <p><u>Задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• создание рабочей группы;</li> <li>• оценка имеющихся ресурсов (материальных, кадровых, организационных, информационных);</li> <li>• распределение сфер ответственности, обязанностей и задач каждого участника проекта;</li> <li>• выявление структуры факторов, оказывающих негативное воздействие на здоровье обучающихся;</li> <li>• анализ актуальности рассматриваемой проблемы (изучение медкарт, тестирование, диагностика);</li> <li>• разработка программы мониторинга;</li> <li>• составление Карты индивидуальных показателей обучающихся;</li> <li>• обновление методических материалов по использованию здоровьесберегающих педагогических технологий в образовательном процессе;</li> <li>• обновление программно-методического обеспечения образовательного процесса: разработка программ дополнительного образования, элективных курсов и элективных учебных предметов, способствующих формированию здорового образа жизни у обучающихся (с 1 по 11 классы);</li> <li>• разработка подпрограмм «обучение здоровью» для учителей, родителей, учащихся.</li> </ul> <p><u>Ответственные:</u> зам. директора по ФОР, рабочая группа (медицинские работники, логопед, социальный педагог).</p> <p><b>2. Практический этап 2021 - 2023 гг.</b></p> <p><u>Цель:</u> реализация Программы</p> <p><u>Задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• реализация программы мониторинга состояния физического и психического здоровья обучающихся;</li> <li>• реализация разработанных программ дополнительного образования, элективных курсов и элективных учебных предметов, способствующих формированию здорового образа жизни у обучающихся (с 1 по 11 классы);</li> <li>• профилактическая работа по предупреждению заболеваний, реализация программы «Обучение здоровью»;</li> <li>• обеспечение качественного и рационального питания школьников и учителей, организация диетического питания;</li> <li>• организация сотрудничества семьи и школы;</li> <li>• организация и проведение спортивных праздников и соревнований с участием педагогов и родителей;</li> <li>• организация и проведение различных внеурочных видов деятельности: дни здоровья, месячники, декады, акции по</li> </ul>

	<p>пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ежегодный анализ промежуточных результатов реализации Программы «Здоровье», коррекция плана реализации программы.</li> </ul> <p><u>Ответственные:</u> зам. директора по ФОР, рабочая группа (медицинские работники, логопед, социальный педагог, учителя –предметники,классные руководители).</p> <p><b>3. Обобщающий этап 2024 - 2025 учебный год.</b></p> <p><u>Цель:</u> анализ результатов эксперимента.</p> <p><u>Задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов эксперимента с поставленной целью;</li> <li>• корректировка исследования описание хода и результатов эксперимента;</li> <li>• оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности.</li> <li>• Обобщение и распространение опыта работы школы по реализации Программы «Здоровье»</li> </ul> <p><u>Ответственные:</u> зам. директора по ФОР, рабочая группа (инструкторы ЛФК, медицинские работники, логопед, социальный педагог, учителя, родители).</p>
<p>Ожидаемые конечные результаты реализации Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Использование в деятельности школы системы комплексного мониторинга состояния здоровья детей, анализ состояния здоровья и выработка мер коррекции.</li> <li>• Снижение заболеваний желудочно-кишечного тракта на 5%.</li> <li>• Снижение числа часто болеющих обучающихся (на 10%).</li> <li>• Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников (по результатам «Президентских состязаний» на 0,05).</li> <li>• Повышение числа обучающихся, занимающихся в спортивных секциях - не менее 90% от общего числа учеников школы.</li> <li>• Повышение числа педагогов, использующих в практической деятельности здоровьесберегающие технологии до 100%.</li> <li>• Увеличение числа родителей, участвующих в совместных физкультурно-оздоровительных мероприятиях.</li> </ul>
<p>Система организации контроля за выполнением Программы</p>	<p>Управление Программой осуществляет Директор школы через своего заместителя по физкультурно-оздоровительной работе, который в системе проводит мониторинг реализации Программы, своевременно вносит коррективы по предупреждению рисков и негативных последствий реализации Программы. Контроль за исполнением Программы осуществляет педагогический совет школы.</p>

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Начало XXI века в России ознаменовалось глубинными социальными изменениями, которые отражаются и на системе образования. Среди участников педагогического процесса растет осознание того факта, что без решения проблемы сохранения и развития здоровья учащихся и учителей вряд ли произойдет гуманистическое обновление российской школы, а любая инновация в ней будет обречена на провал. Не случайно в школы пришли специалисты разного профиля..

Современная школа находится в поиске новых моделей обучения, предусматривающих разностороннее развитие личности с учетом индивидуальных, психофизиологических и интеллектуальных возможностей.

Как отмечают педиатры, у наших школьников чаще всего выявляются нервно-психические расстройства как предпатологические и патологические состояния, которые специалисты увязывают с организацией учебно-воспитательного процесса в школе. К этим заболеваниям, часто возникающим у школьников, относятся нарушения зрения: миопия, рефракционная, заболевания костно-мышечной системы (сколиоз, плоскостопие) и др. Каждый школьник на протяжении учебного года условно болеет 2,4 - 2,6 раза, что свидетельствует о низкой сопротивляемости организма к вирусам, неблагоприятным воздействиям окружающей среды. У современных школьников наблюдается дефицит массы тела и низкий рост. Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по сохранению и укреплению здоровья обучающихся. .

Образовательная система располагает реальными возможностями для позитивного воздействия на здоровье школьников путем повышения уровня грамотности, воспитания культуры здоровья, приобщения к ведению здорового образа жизни.

Но можно ли сформировать культуру здоровья учащихся только на уроках физкультуры или уроках здоровья? Вряд ли. Необходима целостная система учебно-воспитательной работы в этом направлении. С этой целью должна быть разработана программа «Здоровье», ориентированная на решение таких значимых проблем, устранение которых в сумме может дать максимально возможный, полезный эффект оздоровления как учащихся, так и учителей.

Анализ основных параметров состояния здоровья школьников является неотъемлемой частью анализа итогов учебного года на протяжении всех лет существования школы. В школе реализуется комплексный план оздоровительных мероприятий и гигиенического воспитания учащихся, результатом чего является стабилизация, а по некоторым показателям и снижение уровня заболеваемости.

**Цель программы «Здоровье»:** формировать навыки организации здорового образа жизни посредством организации здоровьесберегающей и здоровьесформирующей образовательной среды, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса.

### **Задачи:**

- систематическое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
- планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся с учетом особенностей состояния их здоровья;
- развитие психолого-педагогического и медико-социального сопровождения обучающихся для своевременной профилактики дезадаптации школьников;
- организация системы дополнительного образования, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни обучающихся;
- создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;

- обобщение опыта работы педагогических работников школы по использованию здоровьесберегающих педагогических технологий;
- развитие программно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса по аспектам здоровьесбережения;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

Одним из методов реализации программы является создание системы наблюдения за состоянием здоровья ребенка на основе педагогических наблюдений, медицинских обследований, изучения медицинской документации, создание нормальных санитарно-гигиенических условий обучения, питания, комфортной психологической среды.

### **Ожидаемые результаты реализации программы «Здоровье»:**

- Использование в деятельности школы системы комплексного мониторинга состояния здоровья детей, анализ состояния здоровья и выработка мер коррекции.
- Снижение заболеваний желудочно-кишечного тракта на 5%.
- Снижение числа часто болеющих обучающихся (на 10%).
- Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников (по результатам «Президентских состязаний» на 0,05).
- Повышение числа обучающихся, занимающихся в спортивных секциях - не менее 90% от общего числа учеников школы.
- Повышение числа педагогов, использующих в практической деятельности здоровьесберегающие технологии до 100%.
- Увеличение числа родителей, участвующих в совместных физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

### **Реализация программы**

#### **1. Подготовительный этап 2020 - 2021 учебный год**

Цели: создание материально-технического, нормативного и программно-методического обеспечения реализации Программы.

Задачи:

- создание рабочей группы;
- оценка имеющихся ресурсов (материальных, кадровых, организационных, информационных);
- распределение сфер ответственности, обязанностей и задач каждого участника проекта;
- выявление структуры факторов, оказывающих негативное воздействие на здоровье обучающихся;
- анализ актуальности рассматриваемой проблемы (изучение медкарт, тестирование, диагностика);
- разработка программы мониторинга;
- составление Карты индивидуальных показателей обучающихся;
- обновление методических материалов по использованию здоровьесберегающих педагогических технологий в образовательном процессе;
- обновление программно-методического обеспечения образовательного процесса: разработка программ дополнительного образования, элективных курсов и элективных учебных предметов, способствующих формированию здорового образа жизни у обучающихся (с 1 по 11 классы);
- разработка подпрограмм «обучение здоровью» для учителей, родителей, учащихся.

Ответственные: зам. директора по ФОР, рабочая группа (логопед, социальный педагог, кл руководители ).

## **2. Практический этап 2021 - 2024 гг.**

Цель: реализация Программы

Задачи:

- реализация программы мониторинга состояния физического и психического здоровья обучающихся;
- реализация разработанных программ дополнительного образования, элективных курсов и элективных учебных предметов, способствующих формированию здорового образа жизни у обучающихся (с 1 по 11 классы);
- профилактическая работа по предупреждению заболеваний, реализация программы «Обучение здоровью»;
- обеспечение качественного и рационального питания школьников и учителей, организация диетического питания;
- организация сотрудничества семьи и школы;
- организация и проведение спортивных праздников и соревнований с участием педагогов и родителей;
- организация и проведение различных внеурочных видов деятельности: дни здоровья, месячники, декады, акции по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек;
- ежегодный анализ промежуточных результатов реализации Программы «Здоровье», коррекция плана реализации программы.

Ответственные: зам. директора по ФОР, рабочая группа (инструкторы ЛФК, медицинские работники, логопед, социальный педагог), учителя -предметники.

## **3. Обобщающий этап 2024 - 2025 учебный год.**

Цель: анализ результатов эксперимента.

Задачи:

- обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов эксперимента с поставленной целью;
- корректировка исследования описание хода и результатов эксперимента;
- оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности.
- Обобщение и распространение опыта работы школы по реализации Программы «Здоровье»

Ответственные: зам. директора по ФОР, медицинские работники, логопеды, педагоги-психологи, социальный педагог), учителя, родители.

### **Направления программы «Здоровье»**

Кадровое обеспечение работы школы по сохранению здоровья учащихся

1. Материально-техническая база кабинетов, обеспечивающих здоровьесберегающий образовательный процесс
2. Создание здоровьесберегающей внутренней среды
3. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса
4. Урок – здоровьесберегающая форма обучения учащихся
5. Работа с педагогическим коллективом по укреплению здоровья педагогов
6. Диагностика и мониторинг состояния здоровья и заболеваний обучающихся

Программой охвачены все педагоги и учащиеся с 1 – 11 класс.

**Кадровое обеспечение работы школы по обеспечению  
здоровья учащихся:**

- Школьный логопед
- Учитель физкультуры
- Преподаватель ОБЖ
- Учителя-предметники

### **Материально-техническая база кабинетов, обеспечивающих здоровьесберегающий образовательный процесс:**

- Медицинский кабинет (медикаменты, весы, перевязочный материал)
- Кабинет логопеда (коррекция речевых нарушений с использованием БОС-технологии, наглядные пособия, зеркала, методический материал)
- спортивный зал: (шведские стенки, маты, мячи, скакалки и др.)
- Тренажерный зал (велотренажер, беговые дорожки, силовые тренажеры,
- Лыжная база (ботинки, лыжи, палки)
- Спортплощадка на улице
- Тир
- Компьютерный кабинет,
- Школьная столовая

### **Создание здоровьесберегающей внутренней среды:**

- Оптимальный световой режим: искусственное и естественное освещение учебных помещений, местное освещение классных досок
- Цветовое решение интерьера и мебели
- Расстановка оборудования и регулируемой мебели
- Адаптация первоклассников в учебном процессе (ступенчатый режим расписания, дополнительные каникулы)
- Наличие зон активного отдыха (спортивная площадка на улице, площадка во дворе школы для прогулок ГПД, школьные коридоры)
- Соответствие величины нагрузки максимально допустимой норме (составление учебного плана, расписание уроков, расписание дополнительного образования с учетом соблюдения санитарных норм и правил)
- Организация питания
- Посадка учащихся с учетом заболеваний органов зрения и слуха
- Озеленение классов и школьных коридоров
- Оборудование для очистки воды
- Наличие кондиционеров в кабинетах, где находится специальная техника
- Наличие вентиляционного оборудования в учебных кабинетах

### **Здоровьесберегающая организация образовательного процесса**

Анализ основных параметров состояния здоровья школьников является неотъемлемой частью анализа итогов учебного года на протяжении всех лет существования школы. В школе организуется комплексный план оздоровительных мероприятий и гигиенического воспитания учащихся, результатом чего является стабилизация, а по некоторым показателям и снижение уровня заболеваемости.

#### **Комплекс мероприятий:**

**Динамические паузы** на уроках (по 1-2 мин.) и пальчиковые игры.



Для учащихся проходят уроки здоровья, спортивный час, которые проводятся с целью физического развития, содействует овладению необходимыми движениями. Укрепление здоровья средствами физического воспитания.

**Медицинские работники:** Ежегодно проводят плановые медицинские осмотры 1-11 классов педиатром, фельдшером. Учёт возрастных и личностных особенностей обследуемого совместными усилиями педагогов и медицинских работников позволяет выявить у ребёнка не только имеющиеся проблемы, трудности, но и его потенциальные возможности.

Для укрепления и сохранения здоровья налажен тесный контакт с детской поликлиникой. Помимо школьного медицинского осмотра, 1 раз в год проходит плановый углубленный осмотр врачами-специалистами (хирург, ортопед, ЛОР, офтальмолог, невропатолог, стоматолог и др.) детей 1-11 классов. Они дают рекомендации родителям. Это позволяет иметь целостную картину о состоянии здоровья школьника. Данные заносятся в индивидуальную карту развития ребёнка, а по результатам разрабатывается совместно с другими специалистами индивидуальные планы работы.

Ежегодно работники школы проходят обязательный медицинский осмотр перед началом учебного года. Также в школе проходит плановая вакцинация учащихся и учителей, способствующая повышению устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды.

**Организация питания.** Так же, помимо бесплатных завтраков, для всех учащихся 1-11 классов школы, правом на бесплатные обеды обладают учащиеся дети, попавшие в трудную жизненную ситуацию и дети, проживающие в социально опасных условиях (многодетные и малоимущие). Следовательно, в нашей школе осуществляется 100% охват горячим питанием всех школьников.

Учитывая систему образования в школе, придаем большое значение таким факторам, влияющим на сохранение физического здоровья, как режим работы, расписание занятий, выполнение санитарно-гигиенических норм.

При уборке помещений используются специальные моющие средства. Гигиенические требования к состоянию учебной мебели и ее соответствию возрасту учащихся выполнены полностью.

**Учебно-трудовая нагрузка** учащихся не превышает нормы предельно допустимой. На уроках применяются методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям учащихся, используются новые педагогические технологии в учебно-воспитательном процессе.

В начальных классах проводится утренняя гимнастика (10 минут). Продолжительность перемен в первой и второй половинах дня между уроками 10-20 минут. На больших переменах в начальной школе проводятся «веселые переменки» (подвижные игры,). С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения на уроках проводятся динамические паузы и гимнастика для глаз.

Уровень физического развития учащихся зависит от состояния физического воспитания в школе. Наряду с уроками по физической культуре (3 раза в неделю) в школе проводятся массовые физкультурно – спортивные мероприятия (конкурсы, праздники, олимпиады) по общешкольному плану. В школе работают спортивные секции и тренажерный зал.

### **Урок – здоровьесберегающая форма обучения учащихся:**

- Личностно-ориентированный подход в обучении
- Дифференцированный подход в обучении
- Соответствие величины нагрузки максимально допустимой норме
- Игровая форма деятельности учащихся
- Использование элементов методики В.Ф. Базарного
- Выполнение заданий с двигательной активностью
- Дозировка домашнего задания
- Динамические паузы

## **Работа с педагогическим коллективом по укреплению здоровья**

### **педагогов:**

- Участие в районных соревнованиях
- Организация «Дней здоровья»
- Поездки в бассейн Ачинска
- Укрепление здоровья через приобретение санаторно-курортных путевок
- Цикл бесед по профилактике различных заболеваний
- Прохождение ежегодного медицинского осмотра
- Вакцинация против гриппа, гепатита, дифтерии и др.

## **Диагностика и мониторинг состояния здоровья и заболеваний обучающихся**

Одной из главных задач в области охраны здоровья подрастающего поколения, является создание оптимальных условий жизнедеятельности ребенка на разных этапах его развития. Уровень физического развития учащихся напрямую зависит от состояния физического воспитания, оздоровительной работы в школе.

По данным медицинского осмотра учащихся начальной школы наблюдается стабильность в физической группе и группе здоровья. У обучающихся 5-11 классов наблюдается снижение количества учащихся, отнесенных к основной группе, увеличивается процент учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к основной группе

Работа по оздоровлению обучающихся идет непрерывно, то снижается процент таких заболеваний как: бронхиальная астма; кариес; нарушение зрения; заболевания опорно-двигательного аппарата; неврологические заболевания.

Наблюдается положительная динамика в здоровье детей, сокращается количество уроков, пропущенных по причине болезни после проведенных занятий с детьми.

Разрабатывая программу «Здоровье» на 2020 – 2025 годы, мы стремились к тому, чтобы разработанная нами система оздоровительной работы, включая инновационные формы и методы, органически входила в жизнь школы, не заорганизовывала бы детей, педагогов, родителей, решила вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности, и самое главное нравилась бы детям.

### **План на ближайшие 4 – 5 лет:**

- Продолжить проведение совместных мероприятий: «дней здоровья», туристических походов, праздников, субботников.
- Посещение родителями занятий с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни

## Механизмы реализации программы «Здоровая школа»

Органы управления	Мероприятия	Сроки
Администрация школы	Создание творческой группы по разработке Программы «Здоровая школа»	Сентябрь 2020 г.
	Анализ дозировки учебной нагрузки: - учебные планы; - график контрольных работ	Сентябрь (ежегодно)
	Анализ влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний и уровень обученности	Январь (ежегодно)
	Анализ эффективности уроков физкультуры	Апрель (ежегодно)
	Итоговый анализ состояния здоровья учащихся	Май (ежегодно)
Педагогический Совет	Обсуждение и принятие программы «Здоровая школа»	Август 2020г.
	Использование здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочное время	Март 2021г.
	Здоровьесбережение в рамках реализации ФГОС	Март 2022г.
	Здоровьесбережение при применении ИКТ	Январь 2023г.
Методический Совет школы	Обсуждение Программы «Здоровая школа»	Август (ежегодно)
	Составление плана работы с учетом внедрения здоровьесберегающих технологий	
	Разработка критериев и индикаторов уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования	Октябрь 2021 г.
	Методическая панорама «Здоровьесберегающие технологии»	Март 2024 г.
	Организация методической недели «Обучение и воспитание с успехом»	Апрель 2021 г.
	Мониторинг влияния состояния здоровья воспитанников на качество знаний по предметам	Июнь (ежегодно)
	Лектории для старшеклассников «Жизнь без вредных привычек»	Ежегодно
Родительский комитет	Ознакомление родителей с деятельностью школы по оздоровлению и пропаганде ЗОЖ	Ежегодно
	Круглый стол «Здоровье наших детей»	Декабрь 2021
	Ознакомление родителей с различными оздоровительными системами	Ежегодно
	Анализ результатов работы школы по оздоровлению и пропаганде ЗОЖ	Ежегодно
Социально-психолого педагогическая служба школы	Разработка анкет и проведение анкетирования по определению самочувствия учащихся в школе	Сентябрь (ежегодно)
	Подготовка памяток для учащихся по формированию ЗОЖ	Март (ежегодно)
	Комплектование полного пакета документов по реализации Программы здоровьесбережения	Ноябрь 2023 г.
	Составление рационального режима дня для учащихся	Сентябрь (ежегодно)

## Ожидаемые результаты формирования по ступеням образования

Ступень	уровень	Задачи педагогов	Прогнозируемые результаты
Начальное звено: 1- 2 классы	Примитивно - поведенческий	Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры	Отсутствие вредных привычек
3 классы		Приобщение к гигиенической культуре	
4 классы		Организация ЗОЖ	
Среднее звено: 5-7 классы		Приобщение к ЗОЖ	
8-9 классы	эмоциональный	Формирование полового самосознания и ЗОЖ	Стремление к ЗОЖ
10- 11 классы		Воспитание грамотного отношения к медико-профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека	

## План действий по реализации программы «Здоровье»

Этапы реализации	Программные мероприятия		
	Для педагогов	Для учащихся	Для родителей
<b>I этап</b>  <b>(2020-2021 гг.)</b>	<b>1.Проведение семинара</b>  «Основы воспитания и культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя»  2. Совещание при директоре по подготовке проведения совещания «Использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и воспитания»  3. Составление классными руководителями социального паспорта класса, паспорта здоровья.	1. Заседание ученического совета  2.Проведение медицинского осмотра учащихся.  3. Профилактические беседы с учащимися перед каникулами  4. Тематические классные часы по программе профилактики, ДДТТ, ПБ, ЛБ.  Анкетирование всех ступеней обучения	1.Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания учащихся  2. Родительские собрания на тему: «Роль семьи в воспитании потребности в ЗОЖ»  3. Работа комиссии Управляющего совета школы по надзору за созданием здоровых и безопасных условий учёбы и труда.
<b>II этап</b>  <b>(2021-2024 гг.)</b>	<b>Цель:</b> реализация программы деятельности, внесение корректив (по мере необходимости) в ее основные положения  1.Выпуск электронной копилки интересных дел по теме «Здоровье- это здорово!».  2.Реализация проекта «Здоровье в наших руках».  3.Организация цикла занятий «Здоровье- это здорово! (для педагогов)	1.Беседы, лекции «Как уберечь себя от беды».  2 Школьная спартакиада.  3.Цикл классных часов: «Как уберечь себя от беды» (1-4 кл.).  «Здоровые привычки - ЗОЖ» (5-7 кл.).  «Вредные привычки и их преодоление»(8-11 кл.)	1.Совместные занятия детей и родителей, участие в, походах, спортивных соревнованиях.  2.Общешкольные семейные спортивные праздники.  3.Тематические родительские собрания
<b>III этап</b>  <b>(2024-2025 гг.)</b>	<b>Цель:</b>  обобщение позитивного опыта реализации концепции системы физкультурно - оздоровительной работы школы.Педагогический совет «Здоровье сберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».	1. Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся;  2. Исследование духовно-нравственного здоровья.  3. Общешкольное спортивное мероприятие с участием родителей и детей	1.Родительское собрание «Здоровье сберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».  2. Общешкольное спортивное мероприятие с участием родителей и детей

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья учащихся,  
учителей и родителей на 2020 -2025 учебный год**

<b>№ п/п</b>	<b>мероприятия</b>	<b>сроки</b>	<b>ответственные</b>
1.	<b>1.Развитие физической культуры, физической подготовки и воспитания учащихся</b> Направить усилия на развитие спортивной базы школы а) приобрести необходимый спортивный инвентарь и оборудование для уроков физической культуры, спортсекций и кружков б) обеспечить ремонт и оснащение подсобных помещений спортзалов	ежегодно	Директор, Учитель физ-ры
2.	Ввести в практику работы спортивные перемены и спортминутки, часы здоровья	ежегодно	Учителя физической культуры
3.	Обеспечение систематического проведения уроков физической культуры на свежем воздухе	ежегодно	Учитель физической культуры
4.	Ежегодно осенью и весной проводить дни: Здоровья, Бегуна, Прыгуна	сентябрь, апрель	Учителя физической культуры
5.	Продолжение работы спортивных секций и кружков	ежегодно	Руководители кружков и секций
6.	Организация активной пропаганды работы спортсекций и кружков среди учащихся.	ежегодно	Учителя физической культуры
7.	Проведение бесед о пользе зарядки и соблюдении режима дня	ежегодно	Учитель физ-ры Учителя предметники
8.	Участие учащихся в спортивно-массовых мероприятиях	По плану согласованному с УО и Спорткомитетом	Учитель физической культуры
9.	Проведение школьной Спартакиады среди учащихся 1-11 классов,	ежегодно	Учитель физической культуры
10	Организовать проведение спортивных вечеров для учащихся школы.	ежегодно	Учитель физической культуры
<b>2. Лечебно-оздоровительная работа, психолого-логопедическая помощь школьникам</b>			
1.	Организация регулярного проведения диагностики: а) комфортности детей на уроке б) взаимоотношения в коллективе	ежегодно	Кл. руководители соцпедагог
2.	Организация медицинской службы в школе: а) постоянный мониторинг здоровья детей б) своевременные профилактические меры предупреждения заболеваний	ежегодно	Фельдшер,
3.	Работа по витаминизации питания учащихся	ежегодно	Фельдшер
4.	Организация питания учащихся.	ежегодно	Соц. педагоги
5.	Организация летнего отдыха детей	ежегодно	соц. педагоги
6.	Полное обеспечение школьного медпункта медикаментами	ежегодно	Директор школы

7.	Своевременное прохождение работниками школы медосмотра	ежегодно	Директор школы,
<b>3. Пропаганда здорового образа жизни</b>			
1.	Проведение бесед с учащимися с приглашением специалистов	ежегодно	Фельдшер,
2.	Ознакомление родителей с результатами медицинского осмотра	ежегодно	Зам. директора
4.	Выпуск стенгазеты «Здоровый образ жизни»	ежегодно	Кл руководители
5.	Беседа «Как правильно питаться» (6-8 классы)	ежегодно	Кл. руководители
6.	Родительский лекторий «Здоровый образ жизни»	ежегодно	Зам. директора по ВР.
7.	Забавы и развлечения на свежем воздухе	ежегодно	Учителя физ-ры.
8.	Цикл лекций и бесед для детей на тему «Наше здоровье» (перед выездом на каникулы)	ежегодно	Учителя биологии, химии.
9.	«День здоровья»	ежегодно	Учитель физ-ры, Кл. руководители
10.	Формирование групп детей для оздоровления в летних лагерях	ежегодно	Соц. Педагоги
<b>4. Обеспечение условий для сохранения здоровья учащихся на уроках. Организация контроля за соблюдением санитарно – гигиенических норм</b>			
1.	Обеспечение выполнения требований к воздушно-тепловому режиму, постоянный контроль за его соблюдением.	ежегодно 2 раза в год	директор
2.	Организация постоянного контроля за санитарным состоянием и содержанием учебных помещений	ежегодно	Учитель ОБЖ
3.	Регулярное проведение инструктажа по технике безопасности среди педагогов и учащихся школы	ежегодно	Учителя предметники, педагоги ДО.
4.	Наличие инструкций по технике безопасности в специальных кабинетах	ежегодно 4 раза в год	Зам. по ОБЖ Ответственные за кабинеты
5.	Соблюдение установленных норм работы с компьютером и другими техническими средствами на уроках	ежегодно обновление 2 раза в год	Учитель информатики
6.	Проведение изучения загруженности детей домашним заданием	ежегодно	Зам. дир. по УВР
7.	Соблюдение требований СанПинов при составлении расписания уроков и занятий ДО	в течение года	Согласование с ЦГСЭН Зам. дир. по УВР
<b>5. Материально-техническая база</b>			
1.	Приобретение спортивного инвентаря и оборудования	ежегодно	Директор
2.	Приобретение спортивной формы (волейбол, футбол, баскетбол)	ежегодно	Директор
3.	Приобретение туристического инвентаря и оборудования	ежегодно	Директор
4.	Ремонт спортивного инвентаря и оборудования	ежегодно	Директор Учитель физ-ры

**Модель формирования здоровьесберегающей среды в школе с учетом индивидуального подхода к учащимся**

<b>СУБЪЕКТЫ</b>			
<b>Учащийся</b>	<b>Члены семьи учащегося</b>	<b>Педагоги</b>	<b>Привлеченные специалисты и организации</b>
<b>Ценности</b>			
Осознание причин своих личностных, и других переживаний, особенностей формирования межличностных отношений	Осмысление мотивов, потребностей, устремлений, установок, отношений, особенностей поведения и эмоционального реагирования ребенка	Открытие системы ценностей подростка внутреннего происхождения	Достижение соответствия между декларируемыми и реально-действующими ценностями
<b>Цель : Сохранение и укрепление здоровья обучающихся</b>			
<b>Задачи</b>			
Осознание ценности здоровья и активно-познавательное стремление к его совершенствованию, индивидуальная информированность и способность принимать ответственные эффективные решения, определяющие структуру и качество жизни	Удовлетворение потребностей учащегося в ЗОЖ, формирование потребности в соблюдении элементарных гигиенических норм и правил, выведение подростка в режим саморазвития, самовоспитания	Сохранение и развитие здоровья учащегося при его оптимальной трудоспособности и социальной активности, формирование системы умений и здоровьесформирующих технологий и стратегий	Формирование доминантной установки на восприятие позитивных сторон реальности и защиту от негативных влияний среды.
<b>Функции</b>			
Самореализации	Психофизиологическая	Эстетически-познавательная	Психотерапевтическая
<b>Аспекты</b>			
Личностный	Командный	Образовательный	Деятельностный
<b>Формы</b>			
Консультации, беседы, инструктажи, тренинги, семинары-практикумы, дни открытых дверей, конференции			
<b>Результаты</b> (с позиций трех уровней отношения учащегося к своему здоровью)			
Когнитивный	Эмоциональный		Поведенческий
Позитивное отношение учащегося к себе, самоуважение	Формирование дифференцированных обобщенных знаний о себе в процессе деятельности и общения с окружающими		Включенность в культурно-оздоровительную деятельность

**Заключение**

Данная программа «Здоровье» рассчитана на 5 лет и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию. Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включенности педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.



