

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 24 п. Бира»

ПРИНЯТО:
на Педагогическом совете
МБОУ СОШ №24 п. Бира

Протокол № 7 от «18» 06 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:
Директор
МБОУ СОШ №24 п. Бира
Мостовая Д.В. Мостовая
Приказ № 147 от 18.06 2024 г.



ПОДПРОГРАММА

«Школа здоровья»

на 2024-2028 годы

п. Бира
2024 год

Паспорт программы

| | |
|----------------------------|---|
| Название | Программа профориентационной работы «Школа здоровья» |
| Цель | Создание здоровьесберегающей среды в ОУ, направленной на формирование, сохранение и укрепление культуры здоровья, на повышение качества образования. |
| Задачи | <ul style="list-style-type: none"> • Четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы; • Формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения; • 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; • Плановая организация полноценного сбалансированного питания учащихся; • Развитие психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физического состояния учащихся; • Привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся; • Обеспечение охраны здоровья педагогов и техперсонала; • Ведение диагностики динамики состояния здоровья детей; • Проведение работы с родителями, направленной на формирование здорового образа жизни, профилактики вредных привычек, создания в семьях условий, способствующих укреплению и охране здоровья; • Осуществление мониторинга состояния здоровья учащихся на всем периоде обучения. |
| Целевые группы | <ol style="list-style-type: none"> 1. Администрация; 2. Педагогический коллектив школы; 3. Педагоги дополнительного образования; 4. Родительский актив; 5. Заинтересованные организации и службы. |
| Ожидаемый результат | <ul style="list-style-type: none"> • повышение успешности учащихся в образовательной деятельности; • формирование у учащихся готовности к сохранению и укреплению здоровья; • снижение заболеваемости и функциональной напряженности учащихся; • снижение количества ДТП с участием учащихся школы; • повышение готовности педагогов к здоровьесозидающей деятельности; • усовершенствованную организацию здорового и рационального питания в ОУ; • наличие востребованного электронного банка ресурсов района и методических разработок в области обеспечения безопасности и здоровьесозидающей деятельности ОУ; • повышение уровней валеологической грамотности и обеспечения |

| | |
|---|--|
| | <p>безопасной жизнедеятельности обучающихся и их родителей; осознанная потребность в здоровом образе жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> • сбережение здоровья и формирование культуры здорового образа жизни у всех участников образовательного процесса. |
| <p>Основные направления деятельности и предполагаемые формы работы</p> | <p>Медицинское направление предполагает: создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья:</p> <ul style="list-style-type: none"> • составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований; • проведение физкультминуток; • гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня; • четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы; • планомерная организация горячего питания учащихся; • реабилитационную работу; обязательное медицинское обследование. <p>Просветительское направление предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> • организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; • пропаганду здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры); • организация деятельности с учащимися по ПДД <p>Психолого-педагогическое направление предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> • использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности; предупреждение проблем развития ребенка; обеспечение адаптации на разных этапах обучения; развитие познавательной и учебной мотивации; формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля; • совершенствование деятельности психолога - медико - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения; организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся. <p>Спортивно-оздоровительное направление предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> • организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу; • привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся; широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к |

физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Диагностическое направление предполагает: проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются:

- общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
- режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.

Этапы реализации

1 этап - сентябрь 2023 г. - сентябрь 2024 г. подготовительный

- анализ мониторинга заболеваемости учащихся; анализ фактов нарушения ПДД учащимися; динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий;
- создание службы школьной медиации и введение должности уполномоченного по правам участников образовательного процесса.

2 этап - сентябрь 2024 г. - сентябрь 2027 г. апробационный:

- внедрение новых форм, методов пропаганды ЗОЖ и выявление наиболее эффективных; систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- выполнение оздоровительных мероприятий; функционирование службы школьной медиации

3 этап - сентябрь 2027 г.- сентябрь 2028 г. контрольно-обобщающий:

- сбор и анализ результатов выполнения программы; коррекции деятельности.

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. «Конвенция ООН о правах ребенка» 1989г.;
2. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
3. «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»;
4. Конституции Российской Федерации от 12.12.1993г.;
5. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (Сан Пин 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;
6. Сан Пин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
7. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
8. Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Забота о сохранении здоровья учащихся важнейшая обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива и самого ребенка. Здоровье-основа формирования личности. Таким образом, проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, будут актуальны всегда. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

В Конвенции о правах ребенка подчеркивается, что современное образование должно стать здоровьесберегающим. В законе «Об образовании» сохранение и укрепление здоровья детей выделено в приоритетную задачу.

Наиболее распространенными заболеваниями среди учащихся нашей школы являются: заболевания опорно-двигательного аппарата, нарушение зрения и пищеварительной системы.

Напряженные и интенсивные условия современной жизни, существенное изменение содержания и форм школьного обучения с особой остротой ставят вопрос о влиянии факторов обучения на здоровье ребенка, о соотношении факторов обучения и здоровья в общем развитии.

Школа в определенный период жизни человека является необходимой средой, в которой ребенок должен развиваться полноценно и гармонично, ведь ребенок находится в школе более половины дня. Но, если допускаются нарушения в приспособлении к этой среде, если среда не учитывает особенности организма ребенка, то неминуемы серьезные отклонения в состоянии физического и психического здоровья, нарушения в развитии и срыв социально-психологических адаптаций.

Состояние здоровья детей является главной задачей, определяющей настоящее и будущее. И просто необходимо сделать все, чтобы сохранение здоровья детей превратилось в одно из приоритетных направлений деятельности школы.

Педагогический коллектив МБОУ СОШ №24 п.Бира, уделяя большое внимание в своей образовательной деятельности здоровью обучающихся, пришел к необходимости применения здоровьесберегающих технологий в организации образовательного процесса, и разработать программу по здоровьесбережению, способствующую созданию оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

В качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья учащихся и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел «Календарный план реализации программы» обновляется каждый учебный год.

Программа призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка, направленные на защиту здоровья и получение полноценного образования.

Цель программы: создание здоровьесберегающей среды в ОУ, направленной на формирование, сохранение и укрепление культуры здоровья, на повышение качества образования.

Задачи:

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- 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;
- развитие психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физического состояния учащихся;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- обеспечение охраны здоровья педагогов и техперсонала; ведение диагностики динамики состояния здоровья детей; проведение работы с родителями, направленной на формирование здорового образа жизни, профилактики вредных привычек, создания в семьях условий, способствующих укреплению и охране здоровья.

Функции различных категорий работников школы

1. Функции медицинской службы школы:

- проведение диспансеризации учащихся школы;
- медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы; мониторинг состояния здоровья обучающихся.

2. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;

- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация контроля уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организация работы службы школьной медиации в школе и школьного уполномоченного по правам участников образовательного процесса, а также отряда ЮИД

3. Функции классного руководителя:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий, классных часов по профилактике детского травматизма на дорогах, пожарной безопасности;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения, употребления курительных смесей;
- организация и проведение профилактических работ с родителями; организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, ПДН, УФСНК, медработниками; организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения; организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Участники программы:

- обучающиеся
- педагогическое сообщество родители
- социальные партнеры (ГИБДД, ПДН, УФСНК, КДН, ПМПК («Мобильные бригады» в составе психолога, детского психотерапевта, педиатра).

Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Педагогического совета школы и МО классных руководителей;
- создание методической копилки по здоровьесберегающему направлению воспитательной работы;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся по формированию здорового образа жизни.

Реализация основных направлений программы:

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
3. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой в классе работы.
4. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня.
5. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений, коридоров и рекреаций комнатными растениями.
6. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
7. Обеспечение каждого учащегося горячим питанием.
8. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
9. Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе.
10. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
11. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
12. Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

Общее представление о здоровьесберегающей среде в МБОУ СОШ №24 п.Бира

Приоритетной задачей нашей школы, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни школьников. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения:

- Соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм
- Учет возрастных особенностей обучающихся
- Режим учебно-познавательной деятельности
- Организация питания
- Социально-педагогические условия обучения

Слагаемые здоровьесберегающей среды:

- Родители, их взаимоотношения с ребенком
- Школьная среда
- Организация и содержание внеучебного времени
- Педагогическая среда (конкретный процесс на уроках)
- Психологическая среда (общение с учителями и учащимися)
- Санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы)

Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в МБОУ СОШ №24 п.Бира

Блок профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья обучающихся предполагает:

- регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья обучающихся;
- использование в школе рекомендованных методов профилактики заболеваний
- обсуждение данных мониторинга здоровья учащихся на педсоветах
- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья:
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- планомерная организация питания учащихся;
- реабилитационную работу:

Блок просветительско-воспитательной работы предполагает:

- организацию «Дней здоровья», внеучебной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;
- включение в воспитательный план образовательного учреждения мероприятий, направленных на формирование мотивации здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры).

Блок рациональной организации учебного процесса предполагает:

- соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;
- использование приемов индивидуализации обучения;
- строгое соблюдение гигиенических требований к использованию технических средств в учебном процессе;
- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование деятельности психолога - медико - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Блок организации физкультурно-оздоровительной работы предполагает:

- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внеучебной деятельности к формированию здорового образа жизни учащихся;

- организация динамических перемен, физкультпауз на уроках;
- эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (включая занятия ЛФК), родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Блок здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения предполагает:

- соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;
- наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровьесберегающую работу;
- оснащённость физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, школьной столовой.

Блок организации системы просветительской и методической работы с педагогами и родителями предполагает:

- проведение в образовательном учреждении постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;
- повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения;
- обеспеченность образовательным учреждением необходимой научно-методической литературой

Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения

1. Гигиенические средства (санитарно-гигиенические средства здоровьесберегающие технологии)

- Требования к материально-техническому состоянию здания школы; организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов
- Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления
- Организация рационального питания обучающихся – пища должна быть полноценной по химическому составу. Быть безвредной в химическом отношении и безопасной с точки зрения бактериального состава
- Соблюдение общего режима дня обучающихся – режима двигательной активности, режима питания и сна
- Формирование здорового образа жизни
- Личная и общественная гигиена; привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.
- Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций

2. Средства двигательной направленности (здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта)

- Уроки физкультуры с комплексами физических упражнений
- Физкультминутки на уроках и подвижные перемены
- Различные виды оздоровительной гимнастики (пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура
- Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.

3. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ (психологические здоровьесберегающие технологии)

- Обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик
 - Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер обучающихся в процессе их развития
 - Функционирование кабинета психологической разгрузки
4. *Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса* (здоровьесберегающие образовательные технологии)
- Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс
 - Системный подход к организации образовательной деятельности
 - Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровьесберегающей направленности для всех ступеней обучения
5. *Профилактические и закаливающие средства* (воспитательная работа по формированию ЗОЖ)
- Организация просветительского лектория
 - Культурно-массовые мероприятия
 - Работа с семьей обучающегося(пропаганда здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории)
 - Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии)

План деятельности по реализации программы

| № | Мероприятия | Ответственные исполнители | Сроки | Планируемый результат и выполнение |
|-----------|---|--|--------------------------|---|
| 1. | Медицинское направление. | | | |
| 1.1. | Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; - выявление учащихся специальной медицинской группы; - ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям. | Классный руководитель (согласно предоставленным данным) | ежегодно | Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах |
| 1.3. | Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья. | ФАП п.Бира | ежегодно | План медосмотров |
| 1.4. | Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся. | ФАП п.Бира | ежегодно | план прививок |
| 1.5. | Анализ случаев травматизма в школе. | заместитель директора по ВР | ежегодно | Материалы отчетов |
| 1.6. | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни. | Классные руководители, заместитель директора по УВР | ежегодно | материалы отчетов |
| 1.7. | Контроль за качеством питания и питьевым режимом. | Директор, зам.директора по хозяйственной части, представители родительского комитета | ежедневно в течение года | |
| 1.8. | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> • проветривание; • освещение; • отопление • вентиляция • уборка | завхоз, учителя, зам директора по ВР | ежедневно в течение года | |
| 1.9. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа) | заместитель директора по УВР | ежегодно | справка по оценке расписания |
| 1.10. | Постоянный контроль за школьной столовой. | зам.директора по хозяйственной части, директор школы, зам дир по ВР | ежедневно в течение года | |
| 2. | Просветительское направление | | | |
| 2.1. | Организация просветительской работы с родителями (лекторий). | заместитель директора по ВР | ежегодно | график проведения |

| | | | | |
|-----------|---|-----------------------------|----------------|------------------------------|
| | | | | лектория |
| 2.2. | Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни. | заместитель директора по ВР | ежегодно | тематика лектория |
| 2.3. | Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей. | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 2.4. | Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей. | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 2.5. | Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни» | заместители директора | ежегодно | протокол педсовета |
| 2.6. | Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ). | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы |
| 2.7. | Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма. | заместитель директора | ежегодно | план работы |
| 2.8. | Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры. | учителя-предметники | в течение года | планы уроков |
| 3. | Психолого-педагогическое направление. | | | |
| 3.1. | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся по экспериментальным программам: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах; - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе; - выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения; - разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения. | классные руководители | ежегодно | диагностические исследования |
| 3.2. | Использование | учителя- | ежегодно | планы |

| | | | | |
|-----------|--|-----------------------------|----------|------------------------------|
| | здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности. | предметники | | уроков |
| 4. | Спортивно-оздоровительное направление. | | | |
| 4.1. | Организацию спортивных мероприятий. | учитель физической культуры | ежегодно | план работы |
| 4.2. | Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся. | заместитель директора | ежегодно | план работы кружков и секций |
| 4.3. | Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы. | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы |
| 5. | Диагностическое направление | | | |
| 5.1. | Мониторинг состояния здоровья детей. | Медсестра | ежегодно | результаты мониторинга |
| 5.2. | Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития». | Медсестра психолог. | ежегодно | материалы семинара |

Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения

Сентябрь

- Организация дежурства по школе и по классам.
- Налаживание работы кружков и секций, организация клубной деятельности.
- Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровью сбережению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровьесбережению.
- Организация питания учащихся.
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- «Уроки чистоты».
- Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях и спартакиаде.
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Старты здоровья.
- Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.
- Организация работы спецгруппы.

Октябрь

- Организация работы учащихся по трудоустройству и поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка классов к зиме.
- Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в районной спартакиаде.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Физкультминутки (ежедневно).
- Подвижные игры на переменах (ежедневно).

Ноябрь

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику « День матери».
- Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме « Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
- Экскурсии.
- Совецание актива по проведению физкультурных праздников, игр на местности.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
- Отчёты о проделанной работе по здоровью сбережению.

Декабрь

- Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
- Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.
- Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Январь

- Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».
- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

- Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
- День защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы.

Март

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Апрель

- Всемирный день здоровья.
- Благоустройство школьной территории.
- День здоровья.
- Динамические паузы, физкультминутки.

Май

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.
- «Весёлые старты».
- Проведение экскурсий на природу.
- Презентация уроков чистоты.

Июнь

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летних каникул.

Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ по ступеням образования

| Ступень | Уровень | Задачи педагогов | Прогнозируемые результаты |
|--|--------------------------|---|---|
| Начальное звено: 1-2-е классы | Примитивно-поведенческий | Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры | Отсутствие вредных привычек |
| 3-и классы | | Приобщение к гигиенической культуре | |
| 4-е классы | | Организация здорового образа жизни | |
| Среднее и старшее звено: 5-6-е классы | Эмоциональный | Приобщение к здоровому образу жизни | Стремление к ведению здорового образа жизни |
| 7-е классы | | Формирование полового самосознания и здорового образа жизни | |
| 8-11е классы | | Воспитание грамотного отношения к медико-профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека | |

План действий по реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»

| Этапы реализации программы | Программные мероприятия | | |
|--|---|---|---|
| | Для педагогов | Для учащихся | Для родителей |
| Первый этап (2024-2025гг) | <p>1.Круглый стол в рамках педагогического совещания «Основы воспитания культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя.</p> <p>2.Взаимопопулярные открытые уроки «Использование интерактивных методов в работе классного руководителя при формировании ЗОЖ учащихся».</p> | <p>1.Круглый стол старшеклассников «Здоровый образ жизни - основа нашего будущего?»</p> <p>2.Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся.</p> <p>3.Исследование духовно-нравственного здоровья представляет собой оценку уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников.</p> <p>4.Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности и культуры здоровья школьников.</p> | <p>1.Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания учащихся посредством консультаций, информационных писем и буклетов, выступлений на родительских конференциях, родительских собраниях и днях открытых дверей.</p> <p>2.Изучение уровня удовлетворённости учащихся и родителей организацией физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.</p> <p>3.Работа комиссии Управляющего совета по надзору за созданием здоровых и безопасных условий учёбы и труда.</p> |
| <p>Второй этап (2025-2026 годы)</p> <p>Цель: реализация программы деятельности, внесение</p> | <p>1.Обмен методическими материалами «Здоровье- это здорово!».</p> <p>2.Организация цикла занятий «Здоровье-</p> | <p>1.Беседы, лекции, просмотры научно-популярных телепрограмм, видеофильмов «Как уберечь себя</p> | <p>1.Совместные занятия детей и родителей, участие в играх на воздухе, походах, спортивных соревнованиях.</p> <p>2.Общешкольные</p> |

| | | | |
|--|---|---|--|
| <p>корректив (по мере необходимости) в ее основные положения</p> | <p>это здорово!. *профилактическая тренировка для педагогов; *занятия в спортивном зале; *танцевальная терапия. 4.Медико-педагогический всеобуч «Будьте здоровы!»</p> | <p>от беды». 2.Организация медицинского всеобуча «Загадки доктора Неболита». 3.Школьная спартакиада. 4.Конкурс «Самый здоровый класс года». 5.Цикл классных часов «Как уберечь себя от беды» (1-4-е классы). 6.Цикл классных часов «Здоровые привычки-здоровый образ жизни» (5-7-е классы). 7.Цикл классных часов «Вредные привычки и их преодоление» (8-9-е классы).</p> | <p>семейные спортивные праздники. 3.Тематические родительские собрания «Быть здоровым- это модно!». 4.Медико-педагогический всеобуч «Будьте здоровы!».</p> |
| <p>Третий этап (2026-2027 год) Цель: обобщение позитивного опыта реализации концепции системы физкультурно-оздоровительной работы школы.</p> | <p>Педагогический совет «Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».</p> | <p>1.Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся». 2.Исследование духовно-нравственного здоровья посредством изучения уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников. 3.Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень</p> | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | сформированность и культуры здоровья школьников. | |
| Традиционные мероприятия на всех этапах | <p>1.Выполнение и соблюдение норм и правил СанПинов (шум, освещённость, воздушная среда, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи, расследование обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями, рациональное расписание занятий, дозирование домашних заданий).</p> <p>2.Соблюдение динамических пауз на всех уроках в 1-6-х классах.</p> <p>3.Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди обучающихся.</p> <p>4.Обеспечение надлежащих психолого- педагогических условий (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.).</p> <p>5.Организация контроля за питанием.</p> <p>6.Профилактика гиподинамии- организация подвижных переменок.</p> <p>7.Часы неаудиторной занятости:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры (1-4-е классы); -сотвори себя сам (5-7-е классы); -спортивные игры (8-9-е классы); -клубы по интересам. <p>8.Тематическая спортивная неделя.</p> <p>9.Общешкольный день спорта.</p> <p>10.Дни здоровья.</p> <p>11.Антинаркотический месячник «Будем жить!».</p> <p>12.Тематические классные часы по ЗОЖ.</p> <p>13.Мониторинг показателей здоровья школьников (группа здоровья, физкультурная группа здоровья).</p> <p>14.Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов.</p> <p>15.Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях.</p> <p>16.Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.</p> | | |

Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в школе

Осуществление запланированных действий по реализации данной программы позволит получить следующие **результаты**:

1. Будет сформирована система физкультурно- оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка.
2. Будет осуществляться систематический контроль за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики.
3. Снизится заболеваемость всех участников образовательного процесса.
4. Повысится уровень знаний по вопросам здоровья и его сохранения.

