

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа № 2 г.о. Октябрьск
Самарской области, ул. Ленинградская, 87,
тел./факс/ 8/84646/ 2-18-50, email: zu_school2_okt@63edu.ru

Принята на заседании
педагогического совета
ГБОУ ООШ №2 г.о.Октябрьск
Протокол № 11 от 20.08.2024 г.

Утверждаю:
Директор ГБОУ ООШ №2
г.о.Октябрьск

Н.Н.Михайловская
Приказ № 702-од
от «20» августа 2024 г.

ПРОГРАММА
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Школа – территория здоровья»
ГБОУ ООШ № 2 г.о.Октябрьск
на 2024 – 2026 учебный год

Октябрьск, 2024

Паспорт программы

| | |
|--|---|
| <i>Наименование программы</i> | «Школа – территория здоровья» |
| <i>Цель программы</i> | Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни. |
| <i>Задачи программы</i> | <ul style="list-style-type: none"> - внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий; - формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью; - пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности; - изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение; - обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения; - четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы; - формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения; - развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды; - развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов; - воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни |
| <i>Срок реализации программы</i> | 2024-2026 гг |
| <i>Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность</i> | 1. Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, |

| | |
|---|--|
| | <p>сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого школьника.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров. 3. Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса. 4. Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения. 5. Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков; 6. Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам; 7. Разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения; 8. Включение в план работы школы регулярное проведение недель здоровья; 9. Создание комнаты психологической разгрузки для обучающихся; 10. Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ. |
| <p><i>Нормы и методы реализации программы</i></p> | <p>Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, фоновые мероприятия, внеклассная работа, внеурочная деятельность.</p> |
| <p><i>Условия реализации программы</i></p> | <ul style="list-style-type: none"> • разработка программы обеспечения приоритета здоровья в ОО • учет в любом решении ОО аспектов, связанных с влиянием данного решения на здоровье школьников • проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья • учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития школы |

| | |
|-----------------------------|---|
| <i>Управление, контроль</i> | Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация школы. |
|-----------------------------|---|

Нормативно-правовая база программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. «Конвенция ООН о правах ребенка» 1989 г.;
2. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
3. «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»;
4. Конституции Российской Федерации от 12.12.1993 г.;
5. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПин 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011 г., регистрационный номер 19993;
6. СанПин 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»

Пояснительная записка

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.

Педагогический коллектив ГБОУ ООШ №2 г.о.Октябрьск, уделяя большое внимание в своей образовательной деятельности здоровью обучающихся, пришел к необходимости применения здоровьесберегающих технологий в организации образовательного процесса, и разработать программу «Школа – территория здоровья», 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.

Вместе с тем выявлен ряд проблем, среди которых:

- не созданы соответствующие условия для занятий физической культурой и спортом для детей с ослабленным здоровьем, с ограниченными возможностями здоровья;
- отсутствует глубокая медицинская диагностика врачей-специалистов.

Предметом исследования, а также целью данной программы является поиск наиболее оптимальных средств для формирования самой важной базовой характеристики, обеспечивающей реализацию всех остальных, - здоровья.

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

Материально-техническое обеспечение

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Здание школы расположено на благоустроенном участке. Территория школы ограждена забором. На территории школы расположена многофункциональная спортивная площадка. Здание подключено к районным инженерным сетям – холодному водоснабжению, отоплению.

Материально – техническая база - необходимое условие функционирования и развития образовательного учреждения. Совершенствование материально-технического обеспечения современным учебным и спортивным оборудованием, информационно-техническими средствами являются современными требованиями к образовательному учреждению. В школе созданы оптимальные материально-технические условия для осуществления учебно-воспитательного процесса. Школа имеет необходимый набор помещений для изучения обязательных учебных дисциплин. Учащиеся начального общего образования обучаются в учебных помещениях, закрепленных за каждым классом, основного образования – по классно-кабинетной системе.

В школе просторные, оборудованные кабинеты, компьютерный класс, спортивный зал с инвентарем и необходимым оборудованием, раздевалки, душевые, отдельные для девочек и мальчиков, спортивная площадка для активных игр и прогулок, настольный теннис, столовая (организовано горячее питание, разнообразное меню), медицинский кабинет. В школе имеются кабинеты физики, химии, истории, психолога, учительская и другие, которые оборудованы мебелью. Кабинеты обеспечены необходимым учебным и компьютерным оборудованием,

отвечающими гигиеническим требованиям. Школа подключена к сети Internet. Используется лицензионное программное обеспечение.

Информационно-коммуникативные технологии широко используются во внеурочной деятельности школы. Организован доступ обучающихся и педагогов к средствам ИКТ и Интернет-ресурсам для поиска информации, оформление работ, создания фильмов и презентаций с разнообразной тематикой для проведения классных часов, общешкольных научно-практических конференций, вечеров отдыха, родительских собраний и других мероприятий с использованием ПК и ИКТ. Созданы Точки роста химико-биологической, физической и технологической направленностей; Центр детских инициатив; музейная комната.

Функции различных категорий работников школы

1. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация преподавания вопросов валеологии на уроках биологии и ОБЖ в классах среднего звена;
- организация и контроль 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;

2. 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 по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- 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 учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Сроки и этапы реализации программы

I этап – 2023-2024 гг

II этап – 2024 – 2025 гг

1 этап - определение концептуальной линии развития ОО (1 год):

- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

формирование научно-методической базы ОО здоровьесберегающего типа (1 год):

- совершенствование материально-технической базы ОУ;
- разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования;
- подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;
- программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся

2 этап – разработка программ деятельности здоровьесберегающего образовательного учреждения (1 год):

- внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в ОО;
- подбор программы обучения педагогов технологиям здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на уроках.

практическая реализация программы развития ОО здоровьесберегающего типа:

- работа педагогов школы по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- проверка результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения
- публикация полного пакета материалов функционирования собственного здоровьесберегающего ОО на официальном сайте.

Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении ГБОУ ООШ №2 г.о.Октябрьск

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

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 ППк 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 образовательного учреждения необходимой научно-методической литературой.

Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

Раздел 1. Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся (организация здоровьесберегающей деятельности ОО и готовность учителей к реализации здоровьесберегающей деятельности).

- **Позиционирование школы в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения**
 - Вовлечение школы в сетевое взаимодействие системы здоровьесберегающих школ, научно-педагогических и общественных организаций
 - Готовность учителей к участию в здоровьесберегающей работе
 - Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования
 - Организация мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы

Раздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.

- Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОО, земельному участку, зданию школы
- Организация питания обучающихся
- Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму образовательного учреждения
- Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению
- Выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

Раздел 3. Рациональная организация образовательного процесса и использование здоровьесберегающих технологий при реализации образовательного процесса в школе.

- Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса
- Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе
- Психологические основы здоровьесберегающей организации учебного процесса

Раздел 4. Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

- **Состояние физкультурно-спортивного комплекса образовательного учреждения**
 - Организация уроков физвоспитания в образовательном учреждении
 - Физвоспитание в режиме дня школы
 - Внеклассная физкультурно-спортивная работа

- Контроль за выполнением обучающимися образовательного учреждения нормативов двигательной активности

- Комплексная оценка физической подготовленности обучающихся образовательного учреждения

Раздел 5. Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов здорового образа жизни обучающихся.

- Организация образовательной работы в рамках учебных дисциплин здоровьесберегающего блока

- Организация воспитательной работы в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся

- Участие обучающихся и их родителей в здоровьесберегающей работе образовательного учреждения.

Раздел 6. Организация профилактики употребления психоактивных веществ в среде обучающихся

- Программа профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися

- Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде обучающихся

- Организация безопасной поддерживающей образовательной среды

Раздел 7. Организация комплексного сопровождения системы формирования здорового образа жизни обучающихся (система медицинского обслуживания обучающихся)

- Оценка комплексных показателей состояния здоровья обучающихся

Раздел 8. Организация системы мониторинга сформированности культуры здорового образа жизни обучающихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов.

- Программа диагностики психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья

- Программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся

- Оценка сформированности у обучающихся, их родителей и учителей школы мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации в форме отчетов образовательного учреждения.

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 ОО* (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 педагога-психолога
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 уровней 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)

Модель личности ученика

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности данной программы. В качестве основополагающей линии развития нашей школы в этом направлении выбрана концепция здоровьесберегающего образования. Школа должна стать «антропоцентричной», т.е. центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, соответственно, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям его всестороннего личностного развития. Модель технологий обучения в здоровьесберегающей школе существенно отличается от других существующих моделей и педагогических систем. Она предоставляет ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках не ученик подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя, а учитель, обладая разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем ребенка. Это требует разработки новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации обучения и здоровьесбережения. Учет индивидуальных особенностей учащихся в педагогической деятельности – это комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими путями:

- вариативностью образовательной среды на основе принципов профилизации обучения;
- дифференциацией обучения;
- индивидуализацией учебного процесса с учетом личностных особенностей учащихся;
- разработкой индивидуальных образовательных программ для детей с особенностями развития и педагогически запущенных детей;
- индивидуальными портфолио в системе дистанционного образования

Работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения учащихся

| Модель выпускника начальной школы | Модель выпускника основной школы |
|---|--|
| -знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены; -владение основами личной гигиены и здорового образа жизни. | - знание основ строения и функционирования организма человека; - знание изменений в организме человека в пубертатный период; -умение оценивать свое физическое и психическое состояние; - знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; -поддержание физической формы; - телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;- |

Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями); культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их);

Базовыми компонентами на всех уровнях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

Методы контроля над реализацией программы

- проведение заседаний педагогического совета школы;
- посещение и взаимопосещение уроков, внеклассных мероприятий;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

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. | Классные руководители (согласно предоставленным данным) | ежегодно | Медицинские карты |

| | | | | |
|-----------|---|--|--------------------------|------------------------------------|
| 1.3. | Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья. | медработник | ежегодно | План медосмотров |
| 1.4. | Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся. | медработник | 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, завхоз, представители родительского комитета | ежедневно в течение года | акты |
| 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 |
| 1.10. | Постоянный контроль за школьной столовой. | Директор, завхоз, представители родительского комитета | в течение года | |
| 2. | Просветительское направление | | | |
| 2.1. | Организация просветительской работы с родителями (лекторий). | заместитель директора по ВР, классные руководители | ежегодно | План работы классного руководителя |
| 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 | заместитель | ежегодно | план работы |

| | | | | |
|-----------|---|---|----------------|------------------------------|
| | работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ). | директора по ВР | | |
| 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, педагог-психолог | ежегодно | диагностические исследования |
| 3.2. | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности. | учителя-предметники | ежегодно | планы 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, | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы |

| | | | | |
|-----------|--|--|----------|------------------------|
| | различным формам оздоровительной работы. | | | |
| 5. | Диагностическое направление | | | |
| 5.1. | Мониторинг состояния здоровья детей. | заместитель директора по ВР | ежегодно | результаты мониторинга |
| 5.2. | Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития». | заместитель директора по ВР, 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 здоровьесбережению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровьесбережению.
- Организация питания учащихся.
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- 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.
- Дни здоровья.
- Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.
- Организация работы спецмедгруппы.

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».
- Экскурсии.
- Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на местности.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
- Справки и/или аналитические отчёты о проделанной работе по здоровьесбережению.

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 классные 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.
- Работа пришкольного оздоровительного лагеря и пришкольных площадок.

Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ по уровням образования

| Уровень образования | Уровень | Задачи педагогов | Прогнозируемые результаты |
|--------------------------------|--------------------------|---|---|
| Начальное звено: 1-2 классы | Примитивно-поведенческий | Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры | Отсутствие вредных привычек |
| 3 класс | | Приобщение к гигиенической культуре | |
| 4 класс | | Организация здорового образа жизни | |
| Среднее звено: 5-6 классы | Эмоциональный | Приобщение к здоровому образу жизни | Стремление к ведению здорового образа жизни |
| 7 класс | | Формирование полового самосознания и здорового образа жизни | |
| 8-9 классы | | Воспитание грамотного отношения к медико-профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека | |

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. Будет создан компьютерный банк данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех уровнях обучения.