**ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**МОУ «Средняя общеобразовательная школа**

**№5 п. Карымское с пришкольным интернатом»**

**на 2024 – 2026 учебный год**

# Паспорт программы

|  |  |
| --- | --- |
| *Наименование программы* | «Школа – территория здоровья» |
| *Цель программы* | 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. |
| *Задачи программы* | * внедрение в образовательную деятельность 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; * 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 |
| *Срок реализации программы* | 2024-2026 |
| *Ожидаемые конечные*  *результаты реализации программы, их социальная эффективность* | 1. Разработка системы 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 школьника. 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; |

|  |  |
| --- | --- |
| *Нормы и методы реализации*  *программы* | Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы,  фоновые мероприятия, внеклассная работа, внеурочная деятельность. |
| *Условия реализации программы* | * Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ * учет в любом решении ОУ 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 |
| *Управление, контроль* | 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. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
6. 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 МОУ «Средняя общеобразовательная школа №5 п. Карымское с пришкольным интернатом», 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 и среднего образования – по классно-кабинетной системе.

В школе просторные, оборудованные кабинеты, компьютерный класс, 1 спортивный и 1 приспособленный спортивные зал с инвентарем и необходимым оборудованием, раздевалки, отдельные для девочек и мальчиков, спортивная площадка - стадион для активных игр и прогулок, настольный теннис, столовая (организовано горячее питание, разнообразное меню), медицинский кабинет, актовый зал. 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.

# Функции различных категорий работников школы

1. Функции администрации**:**

звена;

* 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 ОБЗР в классах среднего и старшего
* 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;

1. 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

І этап – 2024-2025 гг ІІ этап – 2025– 2026 гг

1. *этап - определение концептуальной линии развития ОУ (1 год):*
   * изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
   * разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

*формирование научно-методической базы ОУ 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

1. *этап – разработка программ деятельности здоровьесберегающего образовательного учреждения (1 год):*
   * внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в ОУ;
   * разработка 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 ОУ здоровьесберегающего типа.*

* + Работа педагогов всех МО школы по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
  + Проверка результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения
  + Разработка программ самоаудита здоровьесберегающей деятельности ОУ;
  + Публикация полного пакета материалов функционирования собственного здоровьесберегающего ОУ

# Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении МОУ «Средняя общеобразовательная школа №5 п. Карымское с пришкольным интернатом»

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, ОБЗР, 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 психолого - 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

* оснащенность 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

# Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

*Раздел 1*. Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся (организация здоровьесберегающей деятельности ОУ 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 здоровьеохранной работе
* Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования
* Организация самоаудита школы - внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы

*Раздел 2****.*** Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.

* Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, 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 здоровьеохранной 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 ОУ в рамках учебных дисциплин здоровьеохранного блока
* Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся
* Участие обучающихся и их родителей в здоровьеохранной 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 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)

# 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** | **Модель выпускника средней 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;- гигиена умственного труда. | * стремление к самосовершенствованию,   саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;   * убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; * знание различных оздоровительных систем; * умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;   -способность вырабатывать индивидуальный образ жизни;   * гигиена умственного труда. |

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 ступенях 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. | Классный руководители (согласно  предоставленным данным) | ежегодно | Медицинские карты, листы здоровья в  классных журналах |
| 1.3. | Медосмотр учащихся школы, определение уровня  физического здоровья. |  | ежегодно | План медосмотров |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1.4. | Обеспечение и организация профилактических прививок  учащихся. |  | 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:   * 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, замдир по  ВР | ежедневно в течение года |  |
| **2.** | **Просветительское направление** |  |  |  |
| 2.1. | Организация просветительской работы с родителями | заместитель | ежегодно | график проведения |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | (лекторий). | директора по ВР |  | 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; | классные руководители | ежегодно | диагностические исследования |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | - разработка и внедрение системы медико- физиологического контроля за адаптацией учащихся к  различным формам обучения. |  |  |  |
| 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, различным  формам оздоровительной работы. | заместитель  директора по ВР | ежегодно | план работы |
| **5.** | **Диагностическое направление** |  |  |  |
| 5.1. | Мониторинг состояния здоровья детей. | руководитель МС | ежегодно | результаты  мониторинга |
| 5.2. | Подготовка и проведение семинара для учителей школы по  теме «Проблемы диагностики развития». | руководитель МС,  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 здоровье 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.
  + Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на местности.
  + Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
  + Отчёты о проделанной работе по здоровье 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 |

**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