Автономная некоммерческая организация общеобразовательная организация «Средняя общеобразовательная школа «Рекорд» г. Орска Оренбургской области»

Принято на педагогическом совете Протокол № 1 от 29.08 г.

«COHI «Рекорл» г Орска
КОНІ «Векорл» г Орска
Измайлова В.И.
Приказ № 7 от

ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

АНО ОО «СОШ «Рекорд» г. Орска» на 2025 – 2027 учебный год

В СООТВЕТСТВИИ С МЕТОДИЧЕСКИМИ РЕКОМЕНДАЦИЯМИ ПО СИСТЕМЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

### 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 образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;
	- формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических
	- 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

Срок реализации программы	ограммы	2025-2027
Ожидаемые	конечные	1. Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы
результаты	реализации	еждения через
программы, их	социальная	работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков,
эффективность		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;
		9. Создание комнаты психологической разгрузки для обучающихся;
		10. Организация системы кружковых и факультативных занятий по
		формированию ЗОЖ.
Нормы и методы реализации	п реализации	Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы,
программы		a)

Условия	реализации	• Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ
программы		• 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	9110011	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:

- «Конвенция ООН о правах ребенка» 1989 г.;
- Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
- «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»; .. 5. E. 4. e.
  - Конституции Российской Федерации от 12.12.1993 г.;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПин 2.4.2 2821-10), зарегистрированные 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»;
- 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 образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»

### Пояснительная записка

определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Забота о сохранении здоровья учащихся важнейшая обязанность школы, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать 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, полученные знания в повседневной жизни.

деятельности здоровью обучающихся, пришел к необходимости применения здоровьесберегающих технологий в организации образовательного процесса, и разработать программу «Школа – территория здоровья», способствующую учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан В Конвенции о правах ребенка подчеркивается, что современное образование должно стать здоровьесберегающим. В Педагогический коллектив МКОУ Обжерихинская ОШ, уделяя большое внимание в своей образовательной В качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья учащихся и Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел «Календарный план реализации созданию оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса. ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни. законе «Об образовании» сохранение и укрепление здоровья детей выделено в приоритетную задачу 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 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 Программа призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка, направленные на защиту здоровья и формирования самой важной базовой характеристики, обеспечивающей реализацию всех остальных,- здоровья. получение полноценного образования

## Материально-техническое обеспечение

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

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

В школе просторные, оборудованные кабинеты, компьютерный класс, 2 спортивных зала с инвентарем и необходимым оборудованием, раздевалки, отдельные для девочек и мальчиков, многофункциональная спортивная площадка, 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.

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 Информационно-коммуникативные технологии широко используются во внеурочной деятельности школы. использованием ПК и ИКТ

## 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 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;
- классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, В организация и проведение 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

этап — 2025-2026 гг

II этап — 2026 — 2027 гг

I этап - определение концептуальной линии развития  $OY\ (I\ \emph{20d})$ :

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

 $\phi$ ормирование научно-методической базы OV здоровьесберегающего типа $(1\ cod)$  :

- 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 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 OV здоровьесберегающего типа.

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

# Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении МКОУ Обжерихинская ОШ

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 формирование их здоровья:

И

- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- учетом школьного ပ гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий 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;
- 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 воспитательный план образовательного учреждения мероприятий, направленных на культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры) Блок рациональной организации учебного процесса предполагает: В включение
  - 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

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

- 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
- в области Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров здоровьесберегающего образования
- Организация самоаудита школы внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы Paздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.
- Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку, зданию школы

- Организация питания обучающихся
- образовательного режиму воздушно-тепловому **×** требований Выполнение здоровьесберегающих
- Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению
- Выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов 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
- Раздел 5. Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов здорового Комплексная оценка физической подготовленности обучающихся образовательного учреждения 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
- Участие обучающихся и их родителей в здоровьеохранной работе образовательного учреждения.

Pasden 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
- 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

- 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
- 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.),
- Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др
- Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ(психологические здоровьесберегающие технологии) ω.
- 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
- Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровьесберегающие образовательные гехнологии 4.
- 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
- Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии)

### Модель личности ученика

направлением деятельности данной программы. В качестве основополагающей линии развития нашей школы в этом инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем ребенка. Это требует разработки обучения и здоровьесбережения. Учет индивидуальных особенностей учащихся в педагогической деятельности – это 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 новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлении выбрана концепция здоровьесберегающего образования. Школа должна стать «антропоцентричной», т.е.

- вариативностью образовательной среды на основе принципов профилизации обучения;
- ифференциацией 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 выпу	выпускника	Молель выпускника основной школы	Молель выпускника средней школы
юй шк			
-знание основ	личной	- знание основ строения и функционирования	- стремление к самосовершенствованию,
гигиены, выпо	выполнение	организма человека;	саморазвитию и профессиональной пригодности
правил гигиены;		- знание изменений в организме человека в	через физическое совершенствование и заботу о
-владение основами личной	личной	пубертатный период;	своем здоровье;
гигиены и здорового образа	о образа	-умение оценивать свое физическое и	- убеждение в пагубности для здоровья и
жизни.		психическое состояние;	дальнейшей жизни вредных привычек;
		- знание влияния алкоголя, курения,	- знание различных оздоровительных систем;
		наркомании на здоровье человека;	- умение поддерживать здоровый образ жизни,
		-поддержание физической формы;	индивидуальный для каждого человека;
		- телесно-мануальные навыки, связанные с	-способность вырабатывать индивидуальный образ
		укреплением силы, выносливости, ловкости;-	жизни;
		гигиена умственного труда.	- 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 эмоциями); интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их); И чувствами своими управлять (способность культуру психологическую

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

	•			
No	Мероприятия	Ответственные	Сроки	Планируемый
		исполнители		результат и
				выполнение
1.	Медицинское направление.			
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза:	Классный	ежегодно	Медицинские
	- анализ основных характеристик состояния здоровья	руководители		карты, листы
	детей в школе;	(согласно		здоровья в
	-выявление учащихся специальной медицинской группы;	предоставленным		классных журналах
	-ведение строгого учета детей по группам здоровья.	данным)		
	Формирование групп здоровья по показателям.			
1.3.	Медосмотр учащихся школы, определение уровня		ежегодно	План медосмотров
	физического здоровья.			
1.4.	Обеспечение и организация профилактических прививок		ежегодно	план прививок
	учащихся.			
1.5.	Анализ случаев травматизма в школе.	заместитель	ежегодно	Материалы отчетов
		директора по ВР		
1.6.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные	ежегодно	материалы
		руководители,		OTYCTOB
		заместитель		

		day		
		директора по УВР		
1.7.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Директор, заведующий	ежедневно в течение года	
		хозяйством,		
		представители родительского		
,		KUMNICIA		
1.8.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим	завхоз, учителя, зам	ежедневно в	
	требованиям:	директора по ВР	течение года	
	• проветривание;			
	• освещение;			
	• отопление			
	• вентиляция			
	• уборка			
1.9.	Рациональное расписание уроков, не допускающее	заместитель	ежегодно	справка по оценке
	перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	директора по УВР		расписания
1.10.	Постоянный контроль за школьной столовой.	завхоз, директор	ежедневно в	
		школы, замдир по ВР	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	администрация	ежегодно	план работы
	проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья	ШКОЛЫ		
	детеи.			
2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и уклеплению эпоновка летей	администрация пколы	ежегодно	план работы
2.5.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме	заместители	ежегодно	протокол педсовета

	«Формирование здорового образа жизни»	директора		
2.6.	Организация просветительской работы с учащимися з (лекторий, тематические классные часы и др.виды работ).	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и з органами внутренних дел по профилактике токсикомании, дел наркомании, курения и алкоголизма.	заместитель директора	ежегодно	план работы
2.8.	Пропаганда физической культуры и здорового образа у жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, г физической культуры.	учителя- предметники	в течение года	планы уроков
3.	Психолого-педагогическое направление.			
3.1.	евожности и других	классные	ежегодно	диагностические
	показателей учащихся по экспериментальным	руководители		исследования
	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.			
3.2.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и   у	учителя-	ежегодно	планы
	методов в организации учебной деятельности.	предметники		уроков
4.	Спортивно-оздоровительное направление.			
4.1.	Организацию спортивных мероприятий.	учитель физической	ежегодно	план работы
	X X	культуры		
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и з	заместитель	ежегодно	план работы

	внешкольной работы по формированию здорового образа директора	директора		кружков и секций
	жизни учащихся.			
4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров заместитель	заместитель	ежегодно	план работы
	школы к физической культуре и спорту, различным   директора по ВР	директора по ВР		
	формам оздоровительной 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	учителей школы по руководитель МС, ежегодно	ежегодно	материалы
	теме «Проблемы диагностики развития».	психолог.		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.

### ann

- 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.

### Maŭ

- 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:	Эмоциональный	Приобщение к здоровому образу жизни	Стремление к ведению
5-6-е классы			здорового образа жизни
7-е классы		Формирование полового самосознания	
8-9е классы		и здорового образа жизни	
		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.
  - Будет осуществляться систематический контроль за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики. 7

- 3. Снизится заболеваемость всех участников сортобитель.
  4. Будет создан компьютерный банк данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех