

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа сельского поселения «Село Софийск» Ульчского
муниципального района Хабаровского края

УТВЕРЖДЕНО
МБОУ СОШ с. Софийск
Директор школы И.С. Нарвешкина
Приказ от 30.08.2022 № 67



Программа здоровьесбережения
«Будь здоров!»
на 2022-2027 учебные годы

Содержание

Паспорт программы.....	3
1.Нормативно-правовая база программы.....	6
2.Пояснительная записка.....	6
3.Материально-техническое обеспечение.....	7
4.Функции различных категорий работников школы.....	8
5.Сроки и этапы реализации программы.....	9
6.Общее представление о здоровьесберегающей среде в МБОУ СОШ с. Софийск.....	10
7.Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в МБОУ СОШ с. Софийск.....	10
8.Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения МБОУ СОШ с. Софийск.....	12
9.Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения.....	14
10.Модель личности ученика.....	15
11.Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:.....	16
12.Методы контроля над реализацией программы.....	16
13.План деятельности по реализации программы.....	17
14.Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения... 19	
15.Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ.....	22
16.План действий по реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения».....	22
17.Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в школе.....	25

Наименование программы	«Будь здоров!»
Разработчик программы	Зам. директора по ВР Байкалова Татьяна Леонидовна
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 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; - воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни
Срок реализации программы	2022-2027
Территория реализации программы	МБОУ СОШ с. Софийск Ульчского муниципального района Хабаровского края
Юридический адрес	682418, Хабаровский край, Ульчский район с. Софийск ул. Центральная, 12
Телефон	8(42151) 59 744
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.
Участники реализации программы	Учащиеся 1-11 классов, классные руководители, педагог-психолог школы, социальный педагог, мед.работники ФАПа с. Софийск, родители.
Финансово-экономическое обеспечение программы	Не требуется

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» 1989г.;
2. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
3. «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 “Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи “
5. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

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 МБОУ СОШ с. Софийск уделяя большое внимание в своей образовательной деятельности здоровью обучающихся, пришел к необходимости применения здоровьесберегающих технологий в организации образовательного процесса, и разработать программу «Будь здоров!», 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 выявлена проблема, среди которых:

- 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, направленных на защиту здоровья и получению полноценного образования. Материально-техническое обеспечение

В школьном здании МБОУ СОШ с. Софийск 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 спортивная площадка.

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 зал с инвентарем и необходимым оборудованием, раздевалки отдельные для девочек и мальчиков, спортивная площадка - для активных игр и прогулок, настольный теннис, столовая (организовано горячее питание, разнообразное меню), актовый зал. В школе имеются кабинеты физики, химии, истории, технологии, комната детских инициатив, комната отдыха 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:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- 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 работ с родителями;

- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками КДН, медработниками;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Сроки и этапы реализации программы

I этап - 2021– 2022гг.

II этап - 2022 – 2023 гг.

III этап - 2023 – 2024 гг.

IV этап – 2024-2025гг

V этап – 2025 – 2026гг

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.

2 этап – 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

3 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.

4 этап – разработка моделей индивидуализации обучения

- работа инновационной группы учителей ОУ по разработке и внедрению технологий здоровьесбережения на основе индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных технологий индивидуализации обучения с последующим внедрением их на уроках

5 этап – 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;
- публикация полного пакета материалов функционирования собственного здоровьесберегающего ОУ.

Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении

МБОУ СОШ с. Софийск

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

- соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм;
- учет возрастных особенностей обучающихся;
- режим учебно-познавательной деятельности;
- организация питания;
- социально-педагогические условия обучения.

-

Слагаемые здоровьесберегающей среды: -
родители, их взаимоотношения с
ребенком;

- школьная среда;
- организация и содержание внеучебного времени;
- педагогическая среда (конкретный процесс на уроках); - психологическая среда (общение с учителями и учащимися); - санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы).

Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению
здоровья в МБОУ СОШ с. Софийск

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.

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 ФАП с. Киселёвка по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, 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 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, физкультминуток на уроках.

Блок здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения предполагает:

- соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;
- наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровьесберегающую работу
- оснащенность физкультурного зала, спортплощадки, 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 МБОУ СОШ с. Софийск

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 здоровьесберегающей 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 здоровьесохранной деятельности образовательного учреждения:

- состояние физкультурно-спортивного комплекса образовательного учреждения;
- организация уроков физической культуры в образовательном учреждении
- 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 здоровьесохранного блока;
- организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся;
- участие обучающихся и их родителей в здоровьесохранной работе образовательного учреждения.

Раздел 6. Организация профилактики употребления психоактивных веществ в среде обучающихся:

- 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 избежании 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.

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 комнаты детских инициатив.

4. Профилактические и закаливающие средства (воспитательная работа по формированию ЗОЖ):

- организация просветительского лектория;
- культурно-массовые мероприятия;
- массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу)

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.
1.3.	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.	ФАП с. Софийск	ежегодно	План медосмотров

-

1.4.	Анализ случаев травматизма в школе.	заместитель директора по ВР	ежегодно	Материалы отчетов
1.5.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководители, заместитель директора по ВР	ежегодно	материалы отчетов
1.6.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Директор, зам.директора по хозяйственной части, представители родительского	ежедневно в течение года	

		комитета		
1.7.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: · проветривание; · освещение; · отопление · вентиляция · уборка	завхоз, учителя, зам директора по ВР	ежедневно в течение года	
1.8.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	заместитель директора по УВР	ежегодно	справка по оценке расписания
1.9.	Постоянный контроль за школьной столовой.	зам.директора по хозяйственной части, директор школы, зам дир по ВР	ежедневно в течение года	
2.	Просветительское направление			
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	заместитель директора по ВР	ежегодно	график проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	заместитель директора по ВР	ежегодно	тематика лектория
2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.5.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»	заместители директора	ежегодно	протокол педсовета
2.6.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ).	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы

2.7.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры.	учителя-предметники	в течение года	планы уроков
3.	Психолого-педагогическое направление.			

3.1.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся по экспериментальным программам: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах; - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе; - выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения; - разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения.	классные руководители	ежегодно	диагностические исследования
3.2.	Использование 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.	заместитель директора по ВР	ежегодно	результаты мониторинга
5.2.	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития».	психолог.	ежегодно	материалы семинара

**Ежегодный примерный календарный план реализации программы
здоровьесбережения**

Месяц	Название
Сентябрь	Общешкольное мероприятие на свежем воздухе День Здоровья
	✓ Организация дежурства по школе и по классам. ✓ Работа 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. ✓ 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. ✓ Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически). ✓ Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.
Октябрь	Турнир по мини –футболу «Кожаный мяч» 5-10 классы

	✓ 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. ✓ Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни. ✓ Физкультминутки (ежедневно). ✓ Подвижные игры на переменах (ежедневно).
Ноябрь	Личное первенство школы по настольному теннису «Ракетка – 202...», 5-11 классы.
	✓ Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме « Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
Декабрь	Шахматно-шашечный турнир «Белая Ладья» Веселые старты «Красный, зеленый, желтый» 1-4 классы
	✓ Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
	Первенство школы по баскетболу среди 5-11 классов
Январь	Соревнования по волейболу и пионерболу среди 3-4классов, 5 -7 классов, волейбол 7-11 классы.
	✓ Игры: «Тренинг здорового образа жизни». ✓ «Весёлые старты». ✓ Физкультминутки и динамические паузы.
Февраль	Спортивная эстафета «Ловкие, сильные, быстрые», для мальчиков 1-4 классов, 5-11 классов
	✓ Месячник оборонно-массовой и патриотической работы. ✓ День защитника Отечества. ✓ Физкультминутки и динамические паузы.
Март	Вывоз юношей на товарищеские встречи по баскетболу п. Де-Кастри
	Спортивные состязания: «Самый сильный, быстрый, ловкий». Прошли на празднике «Здравствуй весна».
Апрель	Пятиборье (пресс, отжимание, стрельба с пневматической винтовки, подтягивание, бег на лыжах 2 км.)
	✓ 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. ✓ 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

		Воспитание грамотного отношения к медико-профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека	
--	--	---	--

План действий по реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»

Этапы реализации программы	Программные мероприятия		
	Для педагогов	Для учащихся	Для родителей

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			

Первый этап (2022 - 2023гг)	1.Круглый стол в рамках педагогического совещания «Основы воспитания культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя. 2.Взаимопосещаемые открытые уроки «Использование интерактивных методов в работе классного руководителя при формировании ЗОЖ учащихся».	1.Круглый стол старшеклассников «Здоровый образ жизни - основа нашего будущего?» 2.Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся. 3.Исследование духовно-нравственного здоровья представляет собой оценку уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников. 4.Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности культуры здоровья школьников.	1.Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания учащихся посредством консультаций, информационных писем и буклетов, выступлений на родительских конференциях, родительских собраниях и днях открытых дверей. 2.Изучение уровня удовлетворённости учащихся и родителей организацией физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении. 3.Работа комиссии Управляющего совета по надзору за созданием здоровых и безопасных условий учёбы и труда.
Второй этап (2023-2024 годы)	1.Обмен методическими	1.Беседы, лекции, просмотры научно-	1.Совместные занятия детей и родителей, участие

Цель: реализация программы деятельности, внесение корректив (по мере необходимости) в ее основные положения	материалами «Здоровье- это здорово!». 2.Организация цикла занятий «Здоровье- это здорово!». *профилактическая тренировка для педагогов; *занятия в спортивном зале; *танцевальная терапия. 4.Медико- педагогический всеобуч «Будьте здоровы!»	популярных телепрограмм, видеофильмов «Как уберечь себя от беды». 2.Организация медицинского всеобуча «Загадки доктора Неболита». 3.Школьная спартакиада. 4.Конкурс «Самый здоровый класс года». 5.Цикл классных часов «Как уберечь себя от беды» (1-4-е классы). 6.Цикл классных часов «Здоровые привычки- здоровый образ жизни» (5-7-е классы). 7.Цикл классных часов «Вредные привычки и их преодоление» (8-9-е классы).	в играх на воздухе, походах, спортивных соревнованиях. 2.Общешкольные семейные спортивные праздники. 3.Тематические родительские собрания «Быть здоровым- это модно!». 4.Медико- педагогический всеобуч «Будьте здоровы!».
--	---	--	--

Третий этап (2024-2025 год) Цель: обобщение позитивного опыта реализации концепции системы физкультурно- оздоровительной работы школы.	Педагогический совет «Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».	1.Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся». 2.Исследвание духовно- нравственного здоровья посредством изучения уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников.	
		3.Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности культуры здоровья школьников.	

Традиционные мероприятия на всех этапах	1.Выполнение и соблюдение норм и правил СанПинов (шум, освещённость, воздушная среда, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи, расследование обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями, рациональное расписание занятий, дозирование домашних заданий). 2.Соблюдение динамических пауз на всех уроках в 1-6-х классах. 3.Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди обучающихся. 4.Обеспечение надлежащих психолого- педагогических условий (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.). 5.Организация контроля за питанием. 6.Профилактика гиподинамии- организация подвижных переменок. 7.Часы неаудиторной занятости: - подвижные игры (1-4-е классы); -сотвори себя сам (5-7-е классы); - - спортивные игры (8-9-е классы). 8.Тематическая спортивная неделя. 9.Общешкольный день спорта. 10.Дни здоровья. 11.Антинаркотический месячник «Будем жить!». 12.Тематические классные часы по ЗОЖ. 13.Мониторинг показателей здоровья школьников (группа здоровья, физкультурная группа здоровья). 14.Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов. 15.Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях. 16.Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.
--	---

Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в школе

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

1. Будет сформирована система физкультурно- оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность

медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка.

2. Будет осуществляться систематический контроль за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики.
3. Снизится заболеваемость всех участников образовательного процесса.
4. Повысится уровень знаний по вопросам здоровья и его сохранения.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 203213900564843355954824568531281433305066908384

Владелец Нарышкина Наталья Сергеевна

Действителен с 09.10.2024 по 09.10.2025