**Утверждаю**

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В.Юдина

30 августа 2020 года

**Принято на заседании педагогического совета**

Протокол №1

от 30 августа 2020 года

Комплексная программа

«Здоровая школа»

на 2020-2025 гг.

## Пояснительная записка

Образование - основной, один из важнейших элементов социально культурного и экономического развития страны. В этой связи на образование как целостную государственную систему, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо прочих,

задача сохранения физического, нравственного и психического здоровья подрастающего поколения.

Для решения данной задачи Министерство образования Российской Федерации инициировало разработку в образовательных учреждениях специальных программ, направленных на укрепление здоровья обучающихся, составленных с учётом их возрастных, психофизиологических особенностей.

Анализ программ и концепций развития образования федерального и регионального уровней позволяет выделить задачи по управлению качеством образования. Неотъемлемой частью этого процесса является и сохранение здоровья участников образовательного процесса, которые возможно решить на уровне образовательного учреждения. К таким задачам относятся модернизация образовательного процесса (содержания, структуры, методов и отношений, уклада школьной жизни), подготовка педагогов к решению новых задач.

На сегодняшний день весьма актуальными является создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного. 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. Школа должна выпускать не только культурного, высоконравственного, творческого человека, но прежде всего - *здорового*.

Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья учащихся и педагогов нашей школы, о неблагоприятных

для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

Для разработки новой программы по здоровьесбережению на 2020-2025 годы был проведён мониторинг заболеваний учащихся за последние три года, исследованы проблемы социального и нравственного характера. Данные исследований свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние здоровья ухудшается.

Наиболее важная задача и для ребёнка, и для школы — это формирование здорового образа жизни. Педагогический коллектив нашей школы поставил цель активное формирование мотивации на здоровый образ жизни.

Работа в школе идёт по двум направлениям:

1. Создание оптимальных условий, рациональная организация труда и отдыха школьников (школьная гигиена).
2. Воспитание у школьников сознательного отношения к охране своего здоровья. На заседании педагогического совета было решено разработать комплексно-целевую программу «Здоровая школа».

Элементы программы применялись в школе с 2000 года. Сейчас осуществляется её полное использование путём внедрения в учебные предметы ОБЖ, физическая культура, биология, ознакомление с окружающим миром, изобразительное искусство

Программа начинается с первого класса и продолжается на всех ступенях обучения. Каждая ступень формирует более глубокое понимание мер по охране здоровья.

Программа находится в числе приоритетных направлений деятельности органов власти, служит основой сотрудничества образования и здравоохранения, общественности, школы и родителей.

Для ее реализации не требуется дополнительных часов в учебном плане школы, она войдёт в образовательные области, базирующиеся на предметах естественнонаучного, гуманитарного, эстетического циклов, а также через систему дополнительного образования и воспитательные мероприятия.

Программа «Здоровая школа» призвана послужить моделью, которую школа и учителя смогут использовать при разработке учебных планов, отвечающих потребностям школьников в этой области знаний, а также при оценке достижений учащихся.

Основной задачей нашей школы мы видим не только формирование у учащихся системы знаний учебных дисциплин, но и содействие социализации выпускников средней общеобразовательной школы в сложных и динамично меняющихся условиях современной

действительности. Личностно-ориентированная педагогика направлена на развитие у каждого ученика качеств, необходимых для его успешной самореализации. Проблемная экология, социальная напряженность, размывание нравственных ценностей части социума усложняют традиционные задачи школы. Несмотря на то, что здоровье подрастающего поколения всегда было в центре внимания школы и общественности, сегодня как никогда здоровьесбережение становится актуальным.

В фокусе данной программы обучения детей и подростков находится формирование умения вести здоровый образ жизни. Обучение здоровью касается знаний, отношений, навыков и поддержки, в которой дети и подростки нуждаются для того, чтобы действовать в соответствии со здоровыми канонами, строить здоровые отношения, пользоваться необходимыми услугами и создавать здоровую среду обитания.

Предлагаемая программа включает в себя все наиболее распространенные в настоящее время виды здоровьесберегающей деятельности школы, применяемые в системе образования.

Система мониторинга здоровьесберегающей деятельности МБОУ «Подвязьевская СШ» отвечает основным положениям, оформленным в Федеральных требованиях к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 2106 от 28 декабря 2010 года).

*Нормативно-правовая база*

Программа «Здоровая школа» составлена на основании следующих нормативных документов:

* Конвенцию ООН о правах ребенка;
* Конституцию Российской Федерации;
* Закон Российской Федерации «Об образовании»;
* Закон Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребенка»;
* Закон Российской Федерации «Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан»
* Национальную доктрину образования Российской Федерации;
* ФГОС общего образования второго поколения;
* «Основы законодательства РФ по охране здоровья граждан».
* Федеральный закон «О санитарно-эпидеологическом благополучии населения»
* Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ»
* Федеральный закон «Об ограничении курения табака»
* Постановление Правительства РФ «Об утверждении Положения о социально- гигиеническом мониторинге»
* Закон Российской Федерации «Об иммунопрофилактике инфекционных заболеваний»;
* Постановление Правительства Российской Федерации «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, развития детей, подростков и молодежи»;
* Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации и Министерства образования Российской Федерации « О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской Федерации»
* Приказ Министерства образования российской федерации, Министерства

здравоохранения Российской Федерации, Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, Российской Академии образования « О

совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»;

* Сан ПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ.

Основной стратегической целью программы школы на 2020-2025 годы является содействие всем участникам образовательного процесса в создании условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и приобретении знаний, умений, навыков, необходимых для формирования устойчивой мотивации к сохранению, укреплению здоровья и к здоровому образу жизни.

Для достижения стратегической цели должны быть решены следующие стратегические задачи:

* Коллектив школы ставит перед собой задачи для создания здоровьесберегающей среды: совершенствование системы физкультурно-оздоровительной работы;
* организация методической поддержки педагогам в реализации цели программы;
* разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствования здоровье сберегающих инновационных технологий обучения и воспитания, адекватных возможностям детей;
* обеспечение формирования у учащихся мотивации к стремлению заботиться о своем здоровье и умению вести ЗОЖ;
* у педагогов - мотивации к валеологизации учебно-воспитательного процесса, освоению валеологических технологий в учебном процессе, к деятельности по сохранению собственного здоровья;
* у родителей - мотивации совместной деятельности по вопросам формирования ЗОЖ детей через систему просветительской работы;
* установление эффективных путей взаимодействия с родителями, различными специалистами в области здоровье обеспечения;
* мониторинг отслеживания состояния здоровья детей.

Данная программа рассчитана на 5 лет и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

*ЦЕЛЬ*: формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

*Задачи:*

* привитие навыков ЗОЖ
* отработать систему выявления уровня здоровья учащихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
* создать информационный банк показателей здоровья и образа жизни обучающихся;
* организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и учителями-предметниками;
* формировать у учащихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
* осуществлять медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья учащихся;

*Сроки реализации программы*. 2020-2025 гг.

*Перечень основных блоков:*

* Педагогический (работа классного руководителя, учителя физической культуры, учителей-предметников);
* Социально – психологический ( работа педагога-психолога);
* Социальный (взаимодействие с родителями, учреждениями дополнительного образования);
* Блок (двигательной активности физическое развитие)

*Исполнители*. Педагоги и администрация школы, учащиеся, родители,

*Ожидаемые результаты***:**

* + Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы школы 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.

* + Организация систематического контроля состояния здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.
  + Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса.
  + Создание компьютерного банка данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования, который будет пользоваться для совершенствования модели медико – психолого - педагогического сопровождения учащихся.
  + Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
  + Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков.
  + Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам.
  + Разработка рекомендаций для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме

здоровьесбережения;

* + Включение в план работы школы регулярное проведение недель здоровья (1 раз в полугодие);
  + Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.

*Система управления и контроля реализации программы.*

Контроль реализации мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках

должностной компетентности. Общее руководство осуществляет педагогический совет школы, инновационная группа учителей-предметников, социально-психологическая служба.

*Формы контроля*:

результативность работы рассматривается 2 раза в год на МО классных руководителей.

## Цели и задачи программы

*Целями программы являются:*

* + создание в школе организационно - педагогических, материально - технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
  + усиление контроля медицинского обслуживания участников образовательного процесса;
  + создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
  + развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения дополнительного образования учащихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
  + обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
  + разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

*Задачами программы являются*:

* + четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
  + гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
  + освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
  + планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся;
  + развитие психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физического состояния учащихся;
  + привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
  + посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

## Функции различных категорий работников школы.

*Функции медицинской службы:*

* + проведение диспансеризации учащихся школы;
  + медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
  + выявление учащихся специальной медицинской группы.

*Функции администрации*:

* + общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
  + общее руководство и контроль организации горячего питания учащихся в школе;
  + организация и контроль уроков физкультуры;
  + обеспечение работы спортзала и спортивной площадки 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;

*Функции классного руководителя:*

* + санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
  + организация и проведение в классах мероприятий по профилактике частых заболеваний;
  + организация и проведение в классах мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
  + организация и проведение в классах мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
  + организация и проведение профилактических работ с родителями;
  + организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН и ЗП, медработниками;
  + организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровье сбережения;
  + 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

**Ресурсное обеспечение программы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Кадровые ресурсы** | **Материально - технические ресурсы** | **Научно- методические ресурсы** |
| * директор;   заместитель директора по ВР;  заместитель директора по УВР;  педагог – психолог;   * логопед; * социальный педагог;   -инженер службы охраны труда;  уполномоченный по правам участников образовательного процесса;   * классные руководители; | -спортзал;  -спортивный инвентарь и спортивное оборудование;  -столовая;   * медицинский кабинет; * актовый зал; * спортивная площадка; * стадион | - методическая литература, необходимая для подготовки уроков с использованием  здоровьесберегающих технологий;  -методические разработки уроков, классных часов,  родительских собраний. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * учителя-предметники (биология, ОБЖ, физическая культура);   - куратор детской организации   * медицинские работники; * члены школьного родительского комитета |  |  |

# Сроки и этапы реализации программы

І этап - 2020 – 2021 гг. ІІ этап - 2021 – 2024 гг. ІІІ этап - 2024– 2025 гг.

## Сроки и этапы реализации программы:

1. *этап (2020 – 2021 гг.)* **информационно- подготовительный (1 год): Цель:**
   * выявление проблемы и обоснование актуальности программы;
   * подготовка диагностик, материалов;
   * разработка программ (или проектов) по здоровьесберегающей педагогике.

## Задачи:

* + создание рабочей группы;
  + оценка имеющихся ресурсов (материальных, кадровых, организационных, информационных);
  + распределение сфер ответственности, обязанностей и задач каждого участника проекта;
  + выявление структуры факторов, оказывающих негативное воздействие на здоровье обучающихся;
  + анализ актуальности рассматриваемой проблемы (изучение медкарт, тестирование, диагностика);
  + анализ уровня заболеваемости динамики формирования отношения к вредным привычкам;
  + динамика формирования отношения к вредным привычкам;
  + изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
  + разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий;
  + разработка программ (проектов).
  + составление Карты индивидуальных показателей обучающихся.
  + работа службы школьной медиации.

**Ответственные:** Администрация школы, рабочая группа (учителя физической культуры, классные руководители, педагог-психолог, зам по ВР).

1. *этап (2021 – 2024 гг.)* **Основной (практический) (3 года): Цель:**
   * реализация разработанного здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса.

## Задачи:

* + совершенствование материально-технической базы ОУ: разработка программ кружков, планов воспитательных работ с классом по направлению «здорового образа жизни», внедрение в практику работы педагогов здоровьесберегающих технологий;
  + разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования, подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося
  + профилактическая работа по предупреждению заболеваний: программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся
  + обеспечение качественного и рационального питания школьников и учителей;
  + организация сотрудничества семьи и школы: систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
  + повышение психолого-педагогической компетентности педагогического

коллектива: внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;

* + разработка программ «обучение здоровью» для учителей, родителей, учащихся: выполнение оздоровительных мероприятий;
  + организация и проведение спортивных праздников и соревнований с участием педагогов и родителей;
  + организация и проведение различных внеурочных видов деятельности: дни здоровья, месячники, декады, акции по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек.
  + функционирование службы школьной медиации

**Ответственные:** Администрация школы, рабочая группа (учителя физической культуры, классные руководители, педагог-психолог), учителя- предметники, родители.

1. *этап (2024 –2025 гг.)* **Аналитический** (**1 год):**

**Цель:** анализ результатов выполнения программы.

## Задачи:

* + обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов эксперимента с поставленной целью;
  + корректировка исследования описание хода и результатов эксперимента;
  + оформление новых (авторских) программ, технологий и курсов.
  + оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности.

**Ответственные:** Администрация, творческая группа, учителя предметники, родители.

## Общее представление о здоровьесберегающей среде в МБОУ «Подвязьевская СШ»

Приоритетной задачей нашей школы, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на

формировании ЗОЖ 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*

(все, с чем учащийся соприкасается в течение дня):

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

*Условия формирования здоровьесберегающей среды в МБОУ «Подвязьевская СШ»*

1. Позиционирование ОУ в качестве здоровье сберегающего учреждения:
   * разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ;
   * учет в любом решении ОУ вопросов, 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.
2. Изменение меры ответственности всех участников образовательного процесса за состояние их здоровья:
   * внесение изменения в перечень должностных обязанностей учителей с учетом пунктов, касающихся их деятельности в сфере здоровья;
   * введение в ОУ нормы индивидуальных соглашений с учащимися, в которых прописаны обязанности учеников в деле заботы о собственном здоровье и участие в мероприятиях по помощи школе в обеспечении решения данной приоритетной задачи;
   * заключение индивидуальных соглашений с родителями учащихся для усиления уровня их ответственности и подключения к работе школы в этом направлении.

## Основные блоки здоровье сберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в школе:

*Блок профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья учащихся предполагает*:

* + ведение листка здоровья классов, что позволяет видеть статистику состояния здоровья по школе в целом:
  + 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:
  + обязательное медицинское обследование.

*Блок просветительско-воспитательной работы* предполагает:

* организацию «Дней здоровья», внеурочной деятельности и воспитательной работы здоровье сберегающей направленности;
* включение в учебный план школы образовательных программ, 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, 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 здоровье сберегающих 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 здоровье сберегающих 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 внеурочной деятельности к формированию здорового образа жизни учащихся;
  + организация динамических перемен, физкультпауз на уроках;
  + эффективная работа с учащимися всех групп здоровья, родителей к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

*Блок здоровье сберегающей инфраструктуры* **ОУ** предполагает:

* + соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;
  + наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровье сберегающую работу;
  + оснащенность физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, школьной столовой.

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

* + проведение в ОУ постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;
  + повышение уровня знаний в области вопросов здоровье сбережения;
  + обеспеченность ОУ необходимой научно-методической литературой.

## Структура мониторинга здоровье сберегающей деятельности МБОУ «Подвязьевская СШ»

**Раздел 1.** Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся (организация здоровье сберегающей деятельности ОУ и готовность учителей к реализации здоровье сберегающей деятельности)

* + Позиционирование школы в качестве здоровьесберегающего ОУ;
  + 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 самоанализа школы - внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы;

**Раздел 2.** Реализация здоровье сберегающих требований к инфраструктуре ОУ.

* Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку, зданию школы;
* Организация питания учащихся;
* Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму школы;
* Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению;
* Выполнение здоровье сберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

**Раздел 3**. Рациональная организация образовательного процесса и использование здоровье сберегающих технологий при реализации образовательного процесса в школе.

* + Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса;
  + Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
  + Психологические основы здоровье сберегающей организации учебного процесса.

**Раздел 4.** Реализация здоровье сберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьеохранной деятельности ОУ

* + Состояние физкультурно-спортивного комплекса школы;
  + Организация уроков физвоспитания в школе;
  + Физвоспитание в режиме дня школы;
  + Внеклассная физкультурно-спортивная работа;
  + Контроль выполнения учащимися школы нормативов двигательной активности;
  + Комплексная оценка физической подготовленности учащихся школы.

**Раздел 5.** Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов ЗОЖ учащихся.

* + Организация образовательной работы в ОУ в рамках учебных дисциплин здоровьеохранного блока;
  + Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни учащихся;
  + Участие обучающихся и их родителей в здоровьеохранной работе ОУ.

**Раздел 6.** Организация профилактики употребления ПАВ в среде обучающихся

* + Программа профилактики употребления ПАВ учащимися;
  + Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде обучающихся;
  + Организация безопасной поддерживающей образовательной среды.

**Раздел 7.** Организация комплексного сопровождения системы формирования ЗОЖ учащихся (система медицинского обслуживания обучающихся)

* + Организация медицинского обслуживания учащихся;
  + Оценка комплексных показателей состояния здоровья учащихся.

**Раздел 8.** Организация системы мониторинга формирования культуры ЗОЖ обучающихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов)

* + Организация психологического сопровождения здоровьесберегающего образовательного процесса в ОУ;
  + Программа диагностики психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья;
  + Программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни учащихся;
  + Оценка формирования у учащихся, их родителей и учителей школы мотивации ведения ЗОЖ, обобщение аналитической информации в форме отчетов ОУ.

## Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения:

**Цель данной работы**: привитие норм ЗОЖ на основе отказа от вредных привычек, соблюдение режима дня, спортивного режима, использование оздоровительных сил природы.

1. **Гигиенические средства** (санитарно-гигиенические средства здоровье сберегающие 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 учащихся;
   * Соблюдение общего режима дня учащихся – режима двигательной активности, режима питания и сна;
   * Формирование ЗОЖ;
   * 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** (здоровье сберегающие 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.

## Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ

(психологические здоровье сберегающие 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.

1. **Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса** (здоровье сберегающие образовательные технологии)
   * Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс;
   * Системный подход к организации образовательной деятельности;
   * Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровье сберегающей направленности для всех ступеней обучения.
2. **Профилактические и закаливающие средства** (воспитательная работа по формированию ЗОЖ)
   * Организация просветительского лектория;
   * Культурно-массовые мероприятия;
   * Работа с семьей учащегося (пропаганда ЗОЖ через систему занятий в родительском лектории)
   * Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно- оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, экскурсии)

# Модель личности ученика.

Подготовка к ЗОЖ ребенка на основе здоровье сберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности школы. В качестве основополагающей линии развития школы в этом направлении выбрана концепция здоровье сберегающего образования. Центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям развития его всесторонней личности. Модель технологий обучения в здоровьесберегающей школе существенно отличается от других существующих моделей и педагогических систем. Они предоставляют ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках ученик не подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя. Учитель, обладающий 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 здоровье сбережения. 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 здоровье сбережения учащихся.

Для этого была создана прогнозируемая модель личности ученика:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Модель выпускника первой ступени*  *обучения* | *Модель выпускника второй ступени обучения* | *Модель выпускника третьей ступени обучения* |
| * знание основ и выполнение правил личной гигиены; * владение основами   личной гигиены и ЗОЖ. | * знание основ и выполнение правил личной гигиены; * владение основами личной гигиены и ЗОЖ; * знание основ строения и функционирования организма человека; * знание изменений в организме человека в пубертатный период; * умение оценивать свое   физическое и психическое | * стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профпригодности 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 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | состояние;   * знание влияния алкоголя, курения, наркомании на   здоровье человека;   * поддержание физической формы; * телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости; * гигиена умственного труда. | 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 ЗОЖ;
  + 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 Методического совета школы и МО классных руководителей;
  + создание методической копилки опыта по здоровьесберегающему направлению воспитательной работы;
  + посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОТ;
  + мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
  + сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
  + контроль организации учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся по

формированию здорового образа жизни.

*Основные направления деятельности программы и предполагаемые формы работы:*

1. **Организационное направление**: в нём представлены главные общешкольные мероприятия с участием всех членов координационного совета;
2. **Диагностическое направление:** в нём отражена система действий для создания «паспорта здоровья класса»;
3. **Спортивно- оздоровительное направление:** раскрывает основные направления

деятельности, содействующей укреплению здоровья, всестороннему развитию личности на основе овладения личной физической культурой

1. **Медицинское сопровождение:** представлены мероприятия, направленные на профилактику, диагностику и сохранения физического здоровья учащихся;
2. **Просветительское направление** (система просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса): освещает просветительскую деятельность с родителями учащихся и классными руководителями.
3. **Психолого-педагогическое сопровождение**: в нём освещены мероприятия направленные на организацию психологического сопровождения учащихся.

Ниже представлены задачи и мероприятия направленные на реализацию программы «здоровье» по направлениям.

## Организационное направление.

Задача: обеспечить в комплексе реализацию программы «Здоровая школа». Данное направление работы предполагает:

* заседание и работа координационного совета по разработке критериев здоровьесбережения и этапов реализации программы по здоровьесберегательной деятельностью ОУ;
* проведение общешкольных родительских собраний;
* работа секции по здоровьесбережению в ШМО;
* работа координационного совета контроля реализации этапов программы «Здоровая школа».

## Диагностическое направление.

Задача: Создание паспорта «Здоровья».

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

Диагностическое направление предполагает:

Проведение мониторинга состояния здоровья, в ходе которого выявляются:

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

## Спортивно- оздоровительное направление.

Задача: содействовать укреплению здоровья, всестороннему развитию личности на основе овладения личной физической культурой.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

-организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;

* привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;

широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

## Медицинское сопровождение.

Задача: профилактика и снижение уровня заболеваемости учащихся. Медицинское направление предполагает:

* 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 горячего питания учащихся;

-реабилитационную работу;

-обязательное медицинское обследование.

## Просветительское направление

Задача: создать систему непрерывного образования классных руководителей и родителей учащихся по программе «Здоровье»

Просветительское направление предполагает:

* организацию деятельности с учащимися и их родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
* пропаганду здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, конкурсы рисунков, плакатов, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры).

## Психолого-педагогическое сопровождение.

Организация и сопровождение психолого - педагогического сопровождения учащихся: Задачи:

* создать условия для психологической поддержки учащихся и педагогов;
* помочь ребенку в решении личностных проблем возрастного развития;
* помочь педагогу в решении профессиональных и личностных проблем;
* выявить учащихся с трудностями в развитии;
* организовать обучение педагогов освоению приёмов саморегуляции и способов укрепления здоровья;
* обеспечить психолого-педагогическое сопровождение учащихся с трудностями в развитии. Психолого-педагогическое направление предполагает:
* 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.

## Реализация основных направлений программы:

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

## Перечень основных мероприятий по реализации программы «Здоровая школа» на 2020-2025 годы

1. Анализ заболеваний и мониторинг результатов.
2. Составление социологических карт по классам:
   * Группа «риска»;
   * Проблемные семьи;
   * Многодетные семьи;
   * Малообеспеченные семьи;
   * Неполные семьи;
   * Дети - инвалиды.
3. Микроисследования: «Здоровье школьника»; «Характеристика уровня здоровья школьников»; «Режим дня»
4. Тестирование психофизического состояния учащихся.
5. Опрос родителей:
   * Какую помощь могут оказать родители в организации здоровьесберегающей деятельности школы;
   * Что могут сделать родители по недопущению появления вредных привычек у детей.
6. Родительские лектории «Как сберечь здоровье?»
7. Оформление тематических стендов (выставок, уголков здоровья)
8. Выпуск буклетов, публикаций, методических рекомендаций.
9. Ознакомление с опытом работы других школ по теме. 10.Проведение тематических конкурсов

11. Спортивные праздники.

12. Беседы и классные часы о здоровом образе жизни.

13. Проведение динамических пауз.

14. Обеспечение правильного и качественного питания в школе и дома.

1. Работа с обучающимися, мотивированными на успешное обучение, с целью избежания перегрузок.

## Применение разнообразных форм работы:

1. *Учет состояния детей:*
   * определение группы здоровья;
   * учет посещаемости занятий;
   * контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.
2. *Физическая и психологическая разгрузка учащихся:*
   * организация работы спортивных секций, кружков, , проведение дополнительных уроков физической культуры;
   * динамические паузы;
   * индивидуальные занятия;
   * организация спортивных перемен;
   * дни здоровья;
3. *Урочная и внеурочная работа:*

* открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ;
* открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
* спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол, шашки и шахматы.

## Прогнозируемый результат:

* Улучшение состояния физического и психического здоровья учащихся, его коррекция, уменьшение заболеваемости;
* Создание представления об индивидуальной карте учащегося, с разработкой индивидуального маршрута здоровья;
* Повышение мотивации учащихся к здоровому образу жизни;
* Повышение уровня физической подготовленности учащихся;
* Развитие навыков общения в коллективе на базе спортивных мероприятий, формирование командного духа;
* Положительная динамика состояния здоровья учащихся, снижение заболеваемости;

## Календарный план реализации программы «Здоровая школа»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Мероприятия | Сроки | Ответственный |
| Разработка локальной нормативно-правовой базы для организации работы по сохранению и укреплению  здоровья учащихся | Сентябрь – май 2020-2021 г. | Директор школы |
| Создание информационного и материально- технического обеспечения здоровьесберегающей  деятельности школы | 2020 – 2025 гг. | Заместитель  директора по ВР |
| Проведение системы тренингов, направленных на профилактику эмоционального выгорания и  профессиональной деформации педагогов | По плану работы | Педагог- психолог |
| Проведение воспитательных и спортивных мероприятий, обеспечивающих формирование  здорового образа жизни | Ежегодно | Заместитель  директора по ВР |
| Применение на уроках здоровьесозидающих  технологий | 2020-2025 гг. | Заместитель  директора по ВР |
| Систематическая диагностика состояния здоровья  учащихся | Ежегодно |
| Контроль выполнения норм Сан ПиНа и охраны труда | 1 раз в четверть (ежегодно) | Заместитель  директора по ВР Классные руководители |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Анализ состояния здоровья учащихся | 1 раз в полугодие  (ежегодно) | Заместитель  директора по ВР |
| Корректировка учебной программы по физической культуре в соответствии с результатами анализа  здоровья учащихся | 1 раз в четверть (ежегодно) | Учителя  физкультуры Классные руководители |
| Проведение музыкальных и спортивных перемен | Постоянно |
| Организация внеклассной работы по физической  культуре после уроков | Ежегодно  сентябрь | Учитель  физкульуры Заместитель  директора по ВР |
| Проведение традиционных общешкольных  спортивных соревнований и спортивно- оздоровительных мероприятий в школе | Ежегодно по плану школы |
| Организация и проведение туристических слетов и походов Дней здоровья с привлечением родителей  учащихся | Заместитель  директора по ВР Классные руководители |
| Содействие в проведении медико-профилактических мероприятий медицинскими работниками Офиса врача  общей практики | Постоянно |
| Создание системы информированности родителей о результатах анализа состояния здоровья и профилактической работы в школе по оздоровлению  детей | Ежегодно |
| Организация и проведение лекций и родительских собраний по проблемам возрастных особенностей  учащихся |
| Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (физкультурные паузы,  подвижные перемены, часы здоровья) | Постоянно |
| Профилактика травматизма | Постоянно | Заместитель  директора по ВР Классные руководители |
| Психологическая помощь учащимся из семей мигрантов и вынужденных переселенцев по адаптации  к новой жизненной ситуации | Заместитель  директора по ВР, педагог - психолог |
| Проведение итоговой и промежуточной аттестации в  щадящем режиме с учетом здоровья учащихся | Заместитель  директора по УВР |
| Создание зон отдыха и психологической разгрузки для  учащихся и учителей | 2019 – 2024 гг. | Администрация  школы |
| Обеспечение внутренней и антитеррористической  безопасности и охрана труда | Постоянно | Директор школы |
| Осуществление выборочного косметического ремонта  учебных и служебных помещений | 2020-2025гг. |
| Обновление ученической мебели в кабинетах и  классах школы |
| Поддержание здания школы в хорошем состоянии  (ежегодные косметические ремонты, замена элементов систем водоснабжения, теплоснабжения, канализации, электрооснащения и др.) | Ежегодно |
| Преодоление адаптационного периода детей при  поступлении в первый класс в щадящем режиме | 2020-2025 гг. | Администрация школы |
| Организация специальных занятий с дошкольниками |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| по подготовке к школе |  |  |
| Лекции для родителей будущих первоклассников «Как  подготовить ребенка к школе» |
| Обеспечение качественным горячим питанием учащихся 1 – 11 классов | Ежедневно | Ответственные за организацию  питания |

**Механизмы реализации программы «Здоровая школа»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Органы управления | Мероприятия | Сроки |
| Администрация школы | Создание творческой группы по разработке  Программы «Здоровая школа» | Сентябрь 2020 г. |
| Анализ дозировки учебной нагрузки:   * учебные планы; * график контрольных работ | Сентябрь (ежегодно) |
| Анализ влияния состояния здоровья учащихся на  качество знаний и уровень обученности | Январь  (ежегодно) |
| Анализ эффективности уроков физкультуры | Апрель (ежегодно) |
| Итоговый анализ состояния здоровья учащихся | Май (ежегодно) |
| Педагогический Совет | Обсуждение и принятие программы «Здоровая  школа» | Август 2021г. |
| Использование здоровьесберегающих технологий  на уроках и во внеурочное время | Март 2021г. |
| «Аукцион» здоровьесберегающих технологий | Январь 2022г. |
| Здоровьесбережение в рамках реализации ФГОС | Март 2023г. |
| Здоровьесбережение при применении ИКТ | Январь 2024г. |
| Методический Совет школы | Обсуждение Программы «Здоровая школа» | Август (ежегодно) |
| Составление плана работы с учетом внедрения  здоровьесберегающих технологий |
| Разработка критериев и индикаторов уровня  здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования | Октябрь 2020 г. |
| Методическая панорама «Здоровьесберегающие  технологии» | Март 2021 г. |
| Организация методической недели «Обучение  и воспитание с успехом» | Апрель 2022 г. |
| Мониторинг влияния состояния здоровья  воспитанников на качество знаний по предметам | Июнь (ежегодно) |
| Кураторство над лекторскими группами старшеклассников «Жизнь без вредных  привычек» | Ежегодно |
| Родительский комитет | Ознакомление родителей с деятельностью школы  по оздоровлению и пропаганде ЗОЖ | Ежегодно |
| Круглый стол «Здоровье наших детей» | Декабрь 2020 |
| Ознакомление родителей с различными  оздоровительными системами | Ежегодно |
| Анализ результатов работы школы по  оздоровлению и пропаганде ЗОЖ | Ежегодно |
| Социально- психолого  -педагогическая служба школы | Разработка анкет и проведение анкетирования по  определению самочувствия учащихся в школе | Сентябрь  (ежегодно) |
| Подготовка памяток для учащихся по | Март (ежегодно) |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | формированию ЗОЖ |  |
| Комплектование полного пакета документов  по реализации Программы здоровьесбережения | Ноябрь 2023 г. |
| Составление рационального режима дня для  учащихся | Сентябрь  (ежегодно) |

## Ожидаемые результаты формирования по ступеням образования

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Ступень | уровень | Задачи педагогов | Прогнозируемые  результаты |
| Начальное звено: | Примитивно - поведенческий | Формирование навыков санитарно- гигиенической культуры | Отсутствие вредных привычек |
| 1- 2 классы |
| 3 классы | Приобщение к гигиенической  культуре |
| 4 классы | Организация ЗОЖ |
| Среднее звено:  5-7 классы | эмоциональный | Приобщение к ЗОЖ | Стремление к ЗОЖ |
| 8-9 классы | Формирование полового  самосознания и ЗОЖ |
| 10- 11 классы | Воспитание грамотного отношения к медико-профилактическим мерам как средству сохранения здоровья  человека |

**План действий по реализации программы «Здоровая школа»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этапы реализации** | **Программные мероприятия** | | |
| **Для педагогов** | **Для учащихся** | **Для родителей** |
| **I этап**  **(2020-2021 гг.)** | 1. Проведение семинара   «Основы воспитания и культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя»   1. Совещание при   директоре по подготовке проведения совещания  «Использование  здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и воспитания»   1. Составление классными руководителями социального паспорта класса, паспорта   здоровья. | 1. Заседание Совета обучающихся. 2.Проведение  медицинского осмотра учащихся.   1. Профилактические беседы с учащимися перед каникулами 2. Тематические классные часы по программе профилактики, ДДТТ, ПБ, ЛБ. Анкетирование всех ступеней обучения. | 1. Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы   физического воспитания учащихся   1. Родительские собрания на тему:   «Роль семьи в воспитании потребности в ЗОЖ»   1. Работа комиссии Совета школы по надзору за созданием здоровых и   безопасных условий учёбы и труда. |
| **II этап**  **(2021-2024 гг.)** | 1.Выпуск электронной  копилки интересных дел | 1.Беседы, лекции «Как  уберечь себя от беды». | 1.Совместные  занятия детей и |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Цель:** реализаци я программы  деятельности, внесение корректив (по мере необходимости) в ее основные положения | по теме «Здоровье — это здорово!».   1. Реализация проекта   «Здоровье в наших руках».   1. Организация цикла занятий «Здоровье — это здорово! (для педагогов) | 2 Школьная спартакиада. 3.Цикл классных часов:  «Как уберечь себя от беды» (1-4 кл.).  «Здоровые привычки - ЗОЖ» (5-7 кл.).  «Вредные привычки и их преодоление» (8-11 кл.) | родителей, участие в, походах,  спортивных соревнов аниях.   1. Общешкольные семейные спортивные праздники. 2. Тематические родительские собрания |
| **III этап**  **(2024-2025гг.)**  **Цель:**  обобщение позитивного опыт реализации концепции системы  физкультурно- оздоровительной работы школы. | Педагогический совет  «Здоровье сберегающая деятельность школы: мониторинг  эффективности». | 1. Анализ состояния психического, нравственного,   физического здоровья учащихся;   1. Исследование духовно- нравственного здоровья. 2. Общешкольное спортивное мероприятие с участием родителей и детей | 1. Родительское собрание «Здоровье сберегающая   деятельность школы: мониторинг  эффективности».   1. Общешкольное спортивное мероприятие с   участием родителей и детей |

## Традиционные мероприятия на всех этапах реализации программы «Здоровая школа»

Сентябрь

* 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)

* Мониторинг показателей здоровья школьников (группа здоровья, физкультурная группа здоровья).
* Организация дежурства по школе и по классам.
* Проведение внутришкольных и участие в районных, окружных спортивно-массовых соревнованиях.
* Организация внеурочной занятости: работы кружков и секций.
* 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 здоровье сбережению.
* Организация питания учащихся.
* Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
* 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).

Октябрь

Организация работы по поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.

* Проведение лекций, бесед, классных часов по формированию ЗОЖ
* Физкультминутки (ежедневно).
* Обеспечение надлежащих психолого- педагогических условий (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.).
* Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях
* Подвижные игры на переменах (ежедневно).
* Организация контроля питания
* Планирование занятости учащихся в каникулярный период.

Ноябрь

* Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».
* Проведение классных часов и мероприятий по теме «Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
* Организация контроля питания
* Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
* Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов
* Отчёты о проделанной работе по здоровьесбережению.

Декабрь

* Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
* Организация контроля питания
* Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно). Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Январь

* Открытые классные часы «Тренинг здорового образа жизни».
* Физкультминутки и динамические паузы.
* Организация контроля питания
* Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов
* Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях
* Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди учащихся.
* Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.

Февраль

* День защитника Отечества.
* Физкультминутки и динамические паузы.
* Организация контроля питания

Март

* Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
* Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
* Антинаркотический месячник «Будем жить!».
* Организация контроля питания
* Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Апрель

* Всемирный день здоровья.
* Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов
* Организация контроля питания
* Благоустройство школьной территории.
* Динамические паузы, физкультминутки.

Май

* Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
* Мероприятия, посвященные Дню Победы.
* Организация контроля питания.
* Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни. Июнь
* Международный день защиты детей.
* Всемирный день защиты окружающей среды.
* Работа по плану летнего пришкольного оздоровительного лагеря «Мечта»

## Результаты реализации программы «Здоровая школа»

* формирование системы физкультурно- оздоровительной работы школы 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;
* осуществление систематического контроля состояния здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики;
* снижение я заболеваемости всех участников образовательного процесса;
* создание компьютерного банка данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования;
* повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.

## Модель формирования здоровьесберегающей среды с учетом индивидуального подхода к учащимся

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **СУБЪЕКТЫ** | | | |
| **Учащийся** | **Члены семьи учащегося** | **Педагоги** | **Привлеченные**  **специалисты и организации** |
| **Ценности** | | | |
| Осознание причин своих личностных, и других переживаний, особенностей  формирования межличностных отношений | Осмысление мотивов, потребностей, устремлений, установок, отношений, особенностей поведения и эмоционального  реагирования ребенка | Открытие системы ценностей подростка внутреннего происхождения | Достижение соответствия между декларируемыми и реально-  действующими ценностями |
| **Цель** | | | |
| Сохранение и укрепление здоровья обучающихся | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | | | |
| Осознание ценности здоровья и активно- познавательное стремление к его совершенствованию, индивидуальная  информированность и способность принимать ответственные  эффективные решения, определяющие структуру и качество  жизни | Удовлетворение потребностей учащегося в ЗОЖ, формирование потребности в  соблюдении элементарных гигиенических норм и правил, выведение подростка в режим саморазвития, самовоспитания | Сохранение и развитие здоровья учащегося при его оптимальной  трудоспособности и социальной активности,  формирование системы умений и  здоровьеформирующи х технологий и стратегий | Формирование доминантной установки на восприятие  позитивных сторон реальности и защиту от негативных  влияний среды. |
| **Функции** | | | |
| Самореализации | Психофизиологическая | Эстетически-  познавательная | Психотерапевтическа  я |
| **Аспекты** | | | |
| Личностный | Командный | Образовательный | Деятельностный |
| **Формы** | | | |
| Консультации, беседы, инструктажи, тренинги, семинары-практикумы, дни открытых дверей,  конференции | | | |
| **Результаты**  (с позиций трех уровней отношения учащегося к своему здоровью) | | | |
| Когнитивный | Эмоциональный | | Поведенческий |
| Позитивное отношение учащегося  к себе, самоуважение | Формирование дифференцированных обобщенных знаний о себе в процессе  деятельности и общения с окружающими | | Включенность в культурно-  оздоровительную деятельность |

**Заключение**

Данная программа «Здоровье» рассчитана на 5 лет и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включенности педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.