

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Шалтинская основная общеобразовательная школа»
Бавлинского муниципального района Республики Татарстан**

ПРИНЯТО
Протокол заседания
педагогического совета
от 11.01.2022г. № 3



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Шалтинская ООШ»
И.С. Набиуллин
Введено в действие приказом
от 11.01.2022г. №5

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»
На 2022-2027 годы

Содержание:

1. Введение
2. Цели, задачи
3. Обоснование Программы
4. Концепция Программы
5. Нормативно – правовая база Программы
6. Базовая модель системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья
7. Сроки, этапы реализации программы
8. Ожидаемые результаты
9. План реализации программы «Здоровье»

1. Введение

Здоровье детей и подростков в любом обществе и при любых социально – экономических и политических ситуациях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества, и, наряду с другими демографическими показателями, является чутким барометром социально – экономического развития страны.

Здоровье ребенка, его физическое и психическое развитие, социально-психологическая адаптация в значительной степени определяются условиями его жизни и, прежде всего, условиями жизни в школе. Именно на годы обучения ребенка в школе приходится период интенсивного развития организма. Поэтому одним из приоритетных направлений работы школы является сохранение здоровья обучающихся и привития навыков здорового образа жизни. При определении целей деятельности по здоровью и сохранению здоровья мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья детей, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровья и сохранения.

2. ЦЕЛИ:

- формирование осознанного отношения к своему здоровью и физической культуре.
- достижение допустимого уровня здоровья и здорового образа жизни.

ЗАДАЧИ:

- создание условий, направленных на укрепление здоровья и привитие навыков здорового образа жизни.
- пропаганда здорового образа жизни.
- улучшение медицинского обслуживания детей и работников школы.
- формирование стойкого убеждения в личной ответственности за состояние здоровья. - обучение приемам поведения в разных жизненных ситуациях на основе принципов личной безопасности, экологической и общей культуры.

Для достижения стратегической цели необходимо решение **задач**, которые будут определять направления в образовательно-воспитательном процессе школы по данной проблеме:

- создать в школе организационно-педагогические, материально-технические, санитарно-гигиенические, медико-социальные и другие условия для сохранения здоровья обучающихся, учитывающие индивидуальные показатели состояния здоровья обучающихся;

- создать содержательное и информационное обеспечение агитационной и пропагандистской работы по приобщению обучающихся, их родителей к ЗОЖ;
- обеспечить систему полноценного сбалансированного питания детей с учетом особенностей состояния их здоровья;
- разработать новые технологические методы коррекции и реабилитации в школе для детей с различными видами нарушений в физическом и психическом развитии;
- разработать мероприятия, которые уменьшают риск возникновения заболеваний и повреждений, связанных с социальными аспектами жизни детей;
- повышать квалификацию педагогов в вопросах развития и охраны здоровья ребенка; □ просвещать родителей в вопросах сохранения здоровья ребенка; □ организовать межведомственный подход к решению данной проблемы.

3. Обоснование Программы

ПРОБЛЕМЫ:

- ухудшение социального положения семей в городе.
- достаточно высокий процент неблагополучных семей, мало занимающихся проблемами воспитания и развития своих детей.
- невысокий уровень общей культуры.
- необеспеченность детей полноценным питанием.
- высокий уровень безработицы.

Успешное обучение в школе определяется уровнем состояния здоровья, с которым ребёнок приходит в школу, что является исходным фоном на старте обучения. На этом фоне в дальнейшем не менее важна правильная организация учебной деятельности. Поэтому наш педагогический коллектив глубоко осознает необходимость внедрения здоровьесберегающих технологий в деятельность школы, которые интегрируют все направления работы школы по сохранению, формированию и укреплению здоровья воспитанников.

Основными принципами работы в достижении цели по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей, коллектив видит системную работу в этом направлении; мобилизацию всех сил, возможностей; значительного вложения материальных средств; привлечение социальных партнеров, родителей, а также самих обучающихся.

Одним из ключевых моментов в решении данной проблемы является выработка мотивации у детей на сознательное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. Без осознания воспитанниками ответственности за свое здоровье, без принятия внутренних позиций «Это мне нужно», результата быть не может. Поэтому инструментарием в повышении мотивации детей, является сотворчество, совместное постижение знаний и опыта в области формирования установок здорового образа жизни.

4. Концепция сохранения здоровья обучающихся предполагает: □ Недопущение учебных нагрузок (умственное утомление, эмоциональный стресс, заболеваемость)

- Реализацию активных оздоровительных мероприятий;
- Соблюдение правильного режима труда и отдыха;

- Рекомендации по рациональному питанию и личной гигиене.

5. Нормативно – правовая база ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»

Документы, регламентирующие деятельность ОУ по вопросам сохранения, укрепления и формирования здоровья учащихся и педагогов

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

- «Конвенция ООН о правах ребенка» и «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»;
- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Закон Российской Федерации «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.1999 N 52-ФЗ;
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» от 29.05.2015 № 996-р;
- СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" от 28.09.2020 г. N 28
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения";
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. 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".

6. Базовая модель системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья в образовательном учреждении

I блок– здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения

Блок включает:

- состояние и содержание здания и помещений школы в соответствии с гигиеническими нормативами;
- оснащенность кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым оборудованием и инвентарем;
- наличие и необходимое оснащение медицинского кабинета;
- наличие и необходимое оснащение школьной столовой;
- организация качественного питания;

II блок – рациональная организация учебного процесса.

Блок включает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной нагрузки (домашние задания) учащихся на всех этапах обучения;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям учащихся (использование методик, прошедших апробацию);

- строгое соблюдение всех требований к применению информационно-компьютерных технологий, использование технических средств обучения;
- рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера в начальной школе;
- индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития);
- реализация этого блока создаст условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, повышает эффективность учебного процесса, снимая при этом чрезмерное функциональное напряжение и утомление

III блок – организация двигательной активности обучающихся

Блок включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т.п.);
- организацию занятий ЛФК;
- ежедневная утренняя зарядка, прогулки в ГПД
- соблюдение режима двигательной активности за счет различных кружков и секций во второй половине дня (спортивные секции, кружок «Хореография»)
- организацию динамических перемен, физкультпауз, энергизаторов на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т.п.).
- правильно организованная физкультурно-оздоровительная работа может стать основой рациональной организации двигательного режима школьников, способствует нормальному физическому развитию и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, позволит повысить адаптивные возможности организма, а значит станет средством сохранения и укрепления здоровья школьников.

IV блок – просветительско-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование понятий ценности здоровья и здорового образа жизни:

Блок включает:

- включение в систему работы образовательного учреждения образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни («Разговор о правильном питании», «Все цвета, кроме черного», «Школа без наркотиков» и т.п.). Подобные образовательные программы должны носить модульный характер;
- лекции (лекторий), беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек;
- проведение «Дней здоровья», конкурсов, праздников и т.п.;
- уроки ЗОЖ
- лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек.

V блок – просветительская работа родителями обучающихся

Блок включает:

- повышение уровня знаний родителей по проблемам охраны и укрепления здоровья;
- просветительская работа с родителями на общешкольных и классных родительских собраниях и посредством родительского всеобуча.
- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье, и т.п.;
- привлечение родителей к совместной работе по проведению спортивных соревнований, дней здоровья и т.п.
- совместное (учителя, специалисты, родители) обсуждение и решение проблем сохранения и укрепления здоровья в своем образовательном учреждении с учетом реальных возможностей и потребностей.

VI блок – методическая работа с педагогами школы

Блок включает:

- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье, и т.п.;
- приобретение необходимой научно-методической литературы;
- привлечение педагогов к совместной работе по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т.п.
- совместное (учителя, специалисты, родители, учащиеся) обсуждение и решение проблем сохранения и укрепления здоровья в своем образовательном учреждении с учетом реальных возможностей и потребностей;
- выбор приоритетных направлений деятельности.

VII блок – медицинская профилактика и динамика наблюдений за состоянием здоровья обучающихся

- обследование детей, поступающих в школу;
- мониторинг состояния здоровья обучающихся от 1-го по 4 класс;
- организация и проведение контроля выполнения санитарных правил;
- организация профилактических медицинских осмотров обучающихся;
- проведение профилактических прививок;
- регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья и их обсуждение с педагогами, родителями, введение карты здоровья класса (школы), что позволит наглядно увидеть динамику заболеваемости, проанализировать причины и своевременно принять необходимые меры;
- привлечение медицинских работников к реализации всех компонентов работы по сохранению и укреплению здоровья школьников, просвещению педагогов и родителей.

VIII блок – мониторинг и оценка эффективности принимаемых мер, их коррекция

- мониторинг и оценка эффективности принимаемых мер, их коррекция; анализ и обобщение получаемых данных;
- обеспечение индивидуальной оптимизации педагогических технологий и нагрузок; создание компьютерной базы данных по отслеживанию здоровья учеников школы в течение учебного года;
- анкетирование обучающихся и их родителей; размещение информации о ходе реализации программы в Интернете

7. Сроки и этапы реализации Программа рассчитана на 2022-2027 г.г.

Реализация:

- 1 этап (информационно-подготовительный) 2022-2023 уч.год;
- 2 этап (внедренческий) 2023-2026 уч.г.,
- 3 этап (оценочный): 2027 год.

8. Ожидаемые результаты

1. Повышение уровня мотивации всех субъектов образовательного процесса на здоровый образ жизни.
2. Улучшение показателей физического, психического и социального здоровья учащихся и педагогов ежегодно на 1,5%-2%
3. Повышение компетентности всех субъектов образовательного процесса в здоровьесберегающей и психологической сферах.
4. Обеспечение системной психологической поддержкой всех учащихся и педагогов, нуждающихся в ней.
5. Сокращение количества детских и детско– взрослых конфликтов.
6. Отсутствие детского травматизма.
7. Высокий уровень адаптации учащихся и молодых педагогов к новым условиям работы.
8. Улучшение материальной базы школы.
9. Стабилизация и улучшение показателей в когнитивной, эмоционально – волевой, личностной сферах развития учащихся и педагогов
10. Обеспечение педагогического коллектива научно-методическими рекомендациями по внедрению здоровьесориентированных педагогических технологий в учебно-воспитательный процесс;
11. Распространение полученного положительного опыта по созданию школы, содействующей укреплению здоровья.

9. План реализации программы «Здоровье»

Содержание основной деятельности	Сроки	Ответственные	Система целесообразных форм организации работы
<i>Организационно-распорядительная деятельность</i>			
1. Планирование мероприятий по пропаганде здорового образа жизни на текущий год	Август, сентябрь	Зам. директора по ВР	Собеседование
2. Организация мероприятий по выполнению требований санитарно-гигиенических норм к организации учебновоспитательного процесса: -утверждение календарно-учебного плана на текущий учебный год; - составление школьного расписания с учетом предотвращения перегрузки учебными занятиями; -утверждение расписания звонков с учетом достаточной для отдыха продолжительности перемен; - обеспечение светового, теплового режима в школе; -обеспечение санитарногигиенического состояния школьных помещений - обеспечение соблюдения требований пожарной и электробезопасности	Август, сентябрь	Директор, комиссия по приемке школы, зам. директора по УВР	Приказы, распоряжения по школе
3. Планирование работы групп продленного дня с учетом	Сентябрь	Зам. директора по УВР, воспитатели	Собеседование

оздоровительной направленности		в гпд	
4. Организация горячего питания, обеспечение горячим питанием обучающихся из малообеспеченных семей	Сентябрь	Администрация, классные руководители	Совещание при директоре
5. Оснащение медицинского кабинета	Сентябрь	Администрация школы	Профосмотр
6. Организация дежурства по школе.	Сентябрь	Зам.директора по ВР	График дежурства

7. Создание и организация работы школьных спортивных секций	Сентябрь	Зам.директора по ВР	Приказы по школе
8. Проведение мероприятий по контролю за соблюдением санитарно-гигиенических норм и требований к условиям работы с компьютерной техникой	В течение года	Зам. директора по УВР	Посещение уроков, собеседование с учителем информатики
9. Планирование работы по организации летней, зимней оздоровительной работы	Ноябрь, май	Зам. директора по ВР, классные руководители	Школьный оздоровительный лагерь
<i>Организация урочной деятельности по формированию здорового образа жизни</i>			
1. Планирование и проведение уроков физической культуры с 1 по 4 класс	В течение года	Учителя физической культуры	Проверка тематического планирования
2. Проведение бесед по гигиене тела, закаливанию	В течение года	Учитель физической культуры	В режиме урока
3. Планирование и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме урока	В течение года	Учителяпредметники, классные руководители	Посещение уроков, собеседование
<i>Организация внеурочной деятельности по формированию здорового образа жизни (физкультурно-массовая оздоровительная работа)</i>			
1. Организация работы спортивных секций, творческих объединений социально-педагогической направленности	Сентябрь	Зам. директора по ВР, руководители спортивных секций, творческих объединений	Собеседование, утверждение программ по ДО
2. Проведение работы по вовлечению контингента обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом	В течение года	Классные руководители, руководители спортивных секций	

<p>3. Внеклассные мероприятия по формированию ЗОЖ.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра – путешествие «Страна Здоровья» (1- 4 кл.) • Неделя безопасности (1- 4 кл.) • Познавательная-конкурсная программа «С огнем шутить нельзя» (1-4 кл.) • Праздник Здоровья (4 кл.) • Спортивный праздник «Путешествие в Спортландию» (1 кл.) • Соревнования «Богатырские потешки» (2 кл.) • Соревнования по баскетболу (4 кл.) • Соревнования, посвященные Дню космонавтики • Соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья» (3 кл.) • Реализация программы «Пешеходная Азбука» (1-4 кл.) 	<p>Сентябрь Сентябрь Октябрь Ноябрь Январь Февраль Декабрь Апрель Апрель В течение года</p>	<p>Зам.директора по ВР, педагогорганизатор кл.руководители, учителя физкультуры, пед.коллектив школы</p>	<p>Праздник здоровья классные часы, родит.собрания, выставки рисунков, коллажи, соревнования</p>
<p>4. Участие в районных соревнованиях</p>	<p>В течение года</p>	<p>Учителя физкультуры</p>	<p>Оформление сопроводительной документации, физическая подготовка команд</p>
<p>Мероприятия общей специализированной направленности по профилактике вредных привычек</p>			
<p>1. Организация и проведение классных часов по пропаганде ЗОЖ, профилактике наркомании, табакокурения, употребления ПАВ</p>	<p>В течение года</p>	<p>Зам. Директора по ВР, классные руководители</p>	<p>Проведение интеллектуальных игр, викторин, дискуссий и т.д.</p>
<p>2. Использование видео- и мультимедийных средств в проведении агитационнопропагандистской работы по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек</p>	<p>В течение года</p>	<p>Зам. директора по ВР, классные руководители</p>	
<p>3. Реализация программы «Здоровье»</p>	<p>В течение года</p>	<p>Зам. директора по ВР, классные руководители</p>	<p>Справки, приказы</p>

4.	Проведение общественномассовых мероприятий по теме	В течение года	Зам. директора по ВР, классные	
----	--	----------------	--------------------------------	--

«Здоровый образ жизни»		руководители	
5. Проведение акций в рамках реализации проекта «SMS дети»	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители	
<i>Проведение работы по агитации и пропаганде физической культуры и спорта, здорового образа жизни</i>			
1. Пропаганда специальной литературы по формированию здорового образа жизни, профилактике вредных привычек	В течение года	Библиотекарь	Оформление и знакомство учащихся с выставкой книг
2. Оформление рабочего стенда «Спортивная жизнь школы»	Периодически	Учителя физкультуры	Оформление стенда
3. Размещение информации на тему «ЗОЖ» на школьном сайте	Периодически	Педагог - организатор	Рубрика «Здоровье»
<i>Медицинская и гигиеническая профилактика</i>			
1. Проведение медицинских осмотров, лечебно-профилактических мероприятий	По плану поликлиники	Врачи	
2. Оформление листка здоровья на обучающихся	Сентябрь	Фельдшер школы, классные руководители	
3. Контроль над обеспечением выполнения программы производственного контроля за соблюдением санитарных правил и проведением санитарноэпидемиологических (профилактических) мероприятий	В течение года	Администрация, фельдшер школы	
4. Выпуск стенгазет по профилактике заболеваний	В течение года	Классные редколлегии	
<i>Организация работы социально-психологической службы</i>			
1. Проведение мероприятий по выявлению подростков, склонных к табакокурению, употреблению спиртных напитков, употреблению ПАВ	В течение года	Зам. директора по ВР, социальный педагог, классные руководители	Тестирование, анкетирование и другие диагностические средства
2. Проведение индивидуальных бесед, консультаций с обучающимися, склонными к табакокурению, употреблению ПАВ			

3. Посещение на дому, обследование жилищных условий обучающихся, вызывающих беспокойство по вопросам употребления ПАВ			
4. Проведение занятий по психологии общения	В течение года	Психолог	
Работа с родителями			
1. Беседы на родительских собраниях о двигательном режиме и спортивной форме обучающихся	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители	Беседы на классных родительских собраниях, индивидуальные консультации
2. Проведение информированности родительской общественности по вопросам укрепления здоровья и физического развития обучающихся	Ноябрь	кл.руководители	Спортивный семейный праздник
3. Привлечение родительской общественности к участию в школьных соревнованиях, спортивно-массовых праздниках «Мама, папа, я – спортивная семья»			
Информационно - аналитическая деятельность			
1. Проведение мониторинга состояния физического развития, здоровья обучающихся	Сентябрь, май	Администрация школы, фельдшер школы, классные руководители	Индивидуальные консультации родителей, учителя физ-ры, о состоянии здоровья детей; рекомендации по его восстановлению, поддержанию
2. Обработка информации о занятости детей в спортивных секциях	1 раз в полугодие	Зам. директора по ВР	
3. Определение лидеров спортивной работы среди учащихся - «Десятка лучших спортсменов года»	В течение года каждую четверть	Учитель физической культуры	Мониторинг участия в спортивной жизни школы
4. Подведение итогов спортивных соревнований и доведение результатов до воспитанников через школьные линейки, школьную печать	Периодически	Министерство спорта и здоровья	
5. Диагностика «Здоровый образ жизни»	Март	Зам. директора по ВР	Анкета

6. Диагностика «Мое отношение к вредным привычкам»	Май	Классный руководитель	Анкета
7. Анализ работы по программе «Здоровье»	Май	Зам. директора по ВР	