

Введено в действие приказом № 141  
от 1.09.2020

Утверждено на педсовете  
от 18.08.2020  
протокол № 1

**Программа здоровьесбережения  
«Школа – территория здоровья»  
на 2020-2025 учебные годы**

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №2 Высокогорского муниципального района РТ



Директор школы

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Ф.Ф. Абдрахманов".

Ф.Ф.Абдрахманов

## Содержание

|   |  |
|---|--|
| Паспорт программы .....   | 3                                      |
| Нормативно-правовая база программы .....  | 6                                      |
| Пояснительная записка.....  | 6                                      |
| Материально-техническое обеспечение .....   | 7                                      |
| Функции различных категорий работников школы .....  | 8                                      |
| Сроки и этапы реализации программы .....  | 8                                      |
| Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении ГБОУ СОШ с.Сырейка .....                       | 9                                      |
| Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в ГБОУ СОШ с.Сырейка .....              | 9                                      |
| Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения ГБОУ СОШ с.Сырейка .....                 | <b>Ошибка! Закладка не определена.</b> |
| Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения .....                         | 10                                     |
| Модель личности ученика.....  | 11                                     |
| Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя: ..... | 12                                     |
| Методы контроля над реализацией программы.....  | 12                                     |
| План деятельности по реализации программы .....   | 13                                     |
| Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения .....  | 14                                     |
| Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ.....  | 16                                     |
| План действий по реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения» .....                         | 17                                     |
| Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в школе .....   | 20                                     |

## Паспорт программы

|  |   |
|--|---|
| <i>Наименование программы</i>          | «Школа – территория здоровья»   |
| <i>Разработчик программы</i>           | Зам. директора по ВР Таланова Ольга Юрьевна   |
| <i>Цель программы</i>                  | 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.   |
| <i>Задачи программы</i>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;</li> <li>- формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;</li> <li>- пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;</li> <li>- изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение;</li> <li>- обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения;</li> <li>- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;</li> <li>- формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;</li> <li>- развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды;</li> <li>- развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов;</li> <li>- воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни</li> </ul> |
| <i>Срок реализации программы</i>       | 2020-2025   |
| <i>Территория реализации программы</i> | с.Высокая Гора, Высокогорский район, Республика Татарстан   |
| <i>Юридический адрес</i>               | 422701, Республика Татарстан, Высокогорский район, село Высокая Гора, улица Полковая, дом 16  |
| <i>Телефон</i>                         | +7(843)-653-00-28   |
| <i>Ожидаемые</i>                       | 1. Разработка системы физкультурно-оздоровительной  |

|  |  |
|--|--|
| <p><i>конечные результаты реализации программы, социальная эффективность</i></p> | <p>их 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.</p> <p>2. Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.</p> <p>3. Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса.</p> <p>4. Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.</p> <p>5. Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков;</p> <p>6. Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам;</p> <p>7. Разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения;</p> <p>8. Включение в план работы школы регулярное проведение недель здоровья;</p> <p>9. Создание комнаты психологической разгрузки для обучающихся;</p> <p>10. Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.</p> |
| <p><i>Участники реализации программы</i></p>                                     | <p>Учащиеся 1-11 классов, классные руководители, педагоги-психологи школы, мед.работники амбулатории с. Высокая Гора, ЦРБ, родители.</p>   |
| <p><i>Финансово-экономическое обеспечение программы</i></p>                      | <p>Не требуется</p>  |
| <p><i>Нормы и методы реализации программы</i></p>                                | <p>Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, фоновые мероприятия, внеклассная работа, внеурочная деятельность.</p>  |
| <p><i>Условия реализации программы</i></p>                                       | <p>- Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ</p> <p>- учет в любом решении ОУ аспектов, связанных с влиянием данного решения на здоровье школьников</p>  |

|                             |   |
|-----------------------------|---|
|                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья</li> <li>- учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития школы</li> </ul> |
| <i>Управление, контроль</i> | 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. Конституции Российской Федерации от 12.12.1993г.;
5. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (Сан Пин 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;
6. Сан Пин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
7. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
8. Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»

### Пояснительная записка

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Забота о сохранении здоровья учащихся важнейшая обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива и самого ребенка. Здоровье-основа формирования личности. Таким образом, проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, будут актуальны всегда. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

В Конвенции о правах ребенка подчеркивается, что современное образование должно стать здоровьесберегающим. В законе «Об образовании» сохранение и укрепление здоровья детей выделено в приоритетную задачу.

Педагогический коллектив МБОУ «Высокогорская СОШ №2», уделяя большое внимание в своей образовательной деятельности здоровью обучающихся, пришел к необходимости применения здоровьесберегающих технологий в организации образовательного процесса, и разработать программу «Школа – территория здоровья», способствующую созданию оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

В качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья учащихся и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел «Календарный план реализации программы» обновляется каждый учебный год.

Вместе с тем выявлен ряд проблем, среди которых:

- не созданы соответствующие условия для занятий физической культурой и спортом для детей с ослабленным здоровьем, с ограниченными возможностями здоровья;
- отсутствует глубокая медицинская диагностика врачей-специалистов.

Предметом исследования, а также целью данной программы является поиск наиболее оптимальных средств для формирования самой важной базовой характеристики, обеспечивающей реализацию всех остальных,- здоровья.

Программа призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка, направленные на защиту здоровья и получение полноценного образования.

### **Материально-техническое обеспечение**

В школьном здании МБОУ «Высокогорская СОШ №2» созданы необходимые условия для сохранения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Здание школы расположено на благоустроенном участке. Территория школы ограждена забором. На территории школы расположена многофункциональная спортивная площадка. Здание подключено к районным инженерным сетям – холодному и горячему водоснабжению, отоплению.

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

В школе просторные, оборудованные кабинеты, 2 компьютерных классов, 2 спортивных зала с инвентарем и необходимым оборудованием, раздевалки, отдельные для девочек и мальчиков, спортивная площадка - стадион для активных игр и прогулок, настольный теннис, столовая (организовано горячее питание, разнообразное меню), медицинский кабинет, актовый зал. В школе имеются кабинеты физики, химии, истории, психолога, учительская и другие, которые оборудованы мебелью. Кабинеты обеспечены необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающими гигиеническим требованиям. Школа подключена к сети Internet. Используется лицензионное программное обеспечение.

Информационно-коммуникативные технологии широко используются во внеурочной деятельности школы. Организован доступ педагогам 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;
- организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения;
- 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 работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся.



## **Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении МБОУ «Высокогорская СОШ №2»**

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)

## 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.
  - Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций
2. *Средства двигательной направленности*(здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта)
  - Уроки физкультуры с комплексами физических упражнений
  - Физкультминутки на уроках и подвижные перемены
  - Различные виды оздоровительной гимнастики(пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура
  - Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.
3. *Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ*(психологические здоровьесберегающие технологии)
  - Обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик
  - Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер обучающихся в процессе их развития
  - Функционирование кабинета психологической разгрузки
4. *Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса* (здоровьесберегающие образовательные технологии)
  - Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс
  - Системный подход к организации образовательной деятельности
  - Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровьесберегающей направленности для всех ступеней обучения
5. *Профилактические и закалывающие средства* (воспитательная работа по формированию ЗОЖ)

- Культурно-массовые мероприятия
- Работа с семьей обучающегося
- Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии)

### Модель личности ученика.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности данной программы. В качестве основополагающей линии развития нашей школы в этом направлении выбрана концепция здоровьесберегающего образования. Школа должна стать «антропоцентричной», т.е. центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, соответственно, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям его всестороннего личностного развития. Модель технологий обучения в здоровьесберегающей школе существенно отличается от других существующих моделей и педагогических систем. Она предоставляет ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках не ученик подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя, а учитель, обладая разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем ребенка. Это требует разработки новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации обучения и здоровьесбережения. Учет индивидуальных особенностей учащихся в педагогической деятельности – это комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими путями:

- вариативностью образовательной среды на основе принципов профилизации обучения;
- дифференциацией обучения;
- индивидуализацией учебного процесса с учетом личностных особенностей учащихся;
- разработкой индивидуальных образовательных программ для детей с особенностями развития и педагогически запущенных детей;
- индивидуальными портфолио в системе дистанционного образования

Работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения учащихся.

| Модель выпускника начальной школы   | Модель выпускника основной школы  | Модель выпускника средней школы  |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;</li> <li>- владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание основ строения и функционирования организма человека;</li> <li>- знание изменений в организме человека в пубертатный период;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;</li> <li>- убеждение в пагубности для здоровья</li> </ul> |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение оценивать свое физическое и психическое состояние;</li> <li>- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;</li> <li>- поддержание физической формы;</li> <li>- телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;</li> <li>- гигиена умственного труда.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>и дальнейшей жизни вредных привычек;</li> <li>- знание различных оздоровительных систем;</li> <li>- умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;</li> <li>- способность вырабатывать индивидуальный образ жизни;</li> <li>- гигиена умственного труда.</li> </ul> |
|--|--|--|

Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями); культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их);

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

### **Методы контроля над реализацией программы**

- проведение заседаний педагогического совета школы;
- посещение и взаимопосещение уроков, внеклассных мероприятий;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе.
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

## План деятельности по реализации программы

| №         | Мероприятия   | Ответственные исполнители  | Сроки                    | Планируемый результат и выполнение                    |
|-----------|---|--|--------------------------|---|
| <b>1.</b> | <b>Медицинское направление.</b>   |  |                          |   |
| 1.1.      | Медико-педагогическая экспертиза:<br>- анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе;<br><br>-выявление учащихся специальной медицинской группы;<br><br>-ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям. | Классный руководитель (согласно предоставленным данным)                              | ежегодно                 | Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах |
| 1.2.      | Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.  | Амбулатория с. Высокая Гора  | ежегодно                 | План медосмотров                                      |
| 1.3.      | Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.   | Амбулатория с. Высокая Гора  | ежегодно                 | план прививок   |
| 1.4.      | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.   | Классные руководители, заместитель директора по ВР                                   | ежегодно                 | материалы отчетов                                     |
| 1.5.      | Контроль за качеством питания   | Директор, зам.директора по хозяйственной части, представители родительского комитета | ежедневно в течение года |   |
| 1.6.      | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям.   | завхоз, учителя, зам директора по ВР   | ежедневно в течение года |   |
| 1.7.      | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)   | заместитель директора по УР  | ежегодно                 | справка по оценке расписания                          |
| 1.8.      | Постоянный контроль за школьной столовой.   | зам.директора по хозяйственной части, директор школы, зам дир по ВР                  | ежедневно в течение года |   |
| <b>2.</b> | <b>Просветительское направление</b>   |  |                          |   |
| 2.1.      | Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.   | администрация школы  | ежегодно                 | план работы   |
| 2.2.      | Организация просветительской работы с учащимися (тематические классные часы и др.виды работ).   | заместитель директора по ВР  | ежегодно                 | план работы   |
| 2.3.      | Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами   | заместитель директора  | ежегодно                 | план работы   |

|           |  |                             |                |                              |
|-----------|--|-----------------------------|----------------|------------------------------|
|           | внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.  |                             |                |                              |
| 2.4.      | Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры.            | учителя-предметники         | в течение года | планы уроков                 |
| <b>3.</b> | <b>Психолого-педагогическое направление.</b>   |                             |                |                              |
| 3.1.      | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся.   | Школьный психолог           | ежегодно       | диагностические исследования |
| 3.2.      | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.                                     | учителя-предметники         | ежегодно       | планы уроков                 |
| <b>4.</b> | <b>Спортивно-оздоровительное направление.</b>  |                             |                |                              |
| 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                  |
| <b>5.</b> | <b>Диагностическое направление</b>   |                             |                |                              |
| 5.1.      | Мониторинг состояния здоровья детей.   | руководитель МС             | ежегодно       | результаты мониторинга       |

## **Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения**

*Сентябрь*

- Организация дежурства по школе и по классам.
- Налаживание работы кружков и секций, организация клубной деятельности.
- 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*

- Организация работы по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка классов к зиме.
- Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в районной спартакиаде.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Физкультминутки (ежедневно).
- Подвижные игры на переменах (ежедневно).

### *Ноябрь*

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».
- Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме «Курение - вред».
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)

### *Декабрь*

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

### *Январь*

- Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».
- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

### *Февраль*

- Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
- День защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы.

### *Март*

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

## *Апрель*

- Всемирный день здоровья.
- Благоустройство школьной территории.
- Динамические паузы, физкультминутки.

## *Май*

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.
- «Весёлые старты».
- Проведение экскурсий на природу.

## *Июнь*

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летних каникул.

**Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ**

**по ступеням образования**



| Ступень                                  | Уровень                  | Задачи педагогов  | Прогнозируемые результаты                   |
|--|--------------------------|---|---|
| Начальное звено:<br>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:<br>5-6-е классы | Эмоциональный            | Приобщение к здоровому образу жизни   | Стремление к ведению здорового образа жизни |
| 7-е классы                               |                          | Формирование полового самосознания и здорового образа жизни   |   |
| 8-11е классы                             |                          | Воспитание грамотного отношения к медико-профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека |   |

**План действий по реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»**

| Этапы реализации | Программные мероприятия |              |               |
|------------------|-------------------------|--------------|---------------|
|                  | Для педагогов           | Для учащихся | Для родителей |
|                  |                         |              |               |

| программы  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <p>Первый этап<br/>(2020-2021 гг)</p>  | <p>1.Круглый стол в рамках педагогического совещания «Основы воспитания культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя».</p>   | <p>1.Круглый стол старшеклассников «Здоровый образ жизни - основа нашего будущего?»<br/><br/>2.Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся.</p>   | <p>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.<br/><br/>2.Изучение уровня удовлетворённости учащихся и родителей организацией физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.</p> |
| <p><b>Второй этап</b><br/>(2021-2022 годы)</p> <p><b>Цель:</b> реализация программы деятельности, внесение корректив (по мере необходимости) в ее основные положения</p> | <p>1.Обмен методическими материалами «Здоровье- это здорово!».<br/><br/>2.Организация цикла занятий «Здоровье- это здорово!».<br/><br/>*профилактическая тренировка для педагогов;<br/><br/>*занятия в спортивном зале;<br/><br/>*танцевальная терапия.<br/><br/>4.Медико-педагогический всеобуч «Будьте здоровы!»</p> | <p>1.Беседы, лекции, просмотры научно-популярных телепрограмм, видеофильмов «Как уберечь себя от беды».<br/><br/>2.Школьная спартакиада.<br/><br/>3.Цикл классных часов «Как уберечь себя от беды» (1-4-е классы).<br/><br/>4.Цикл классных часов «Здоровые привычки-здоровый образ жизни» (5-7-е классы).<br/><br/>5.Цикл классных часов «Вредные привычки и их преодоление» (8-9-е классы).</p> | <p>1.Совместные занятия детей и родителей, участие в играх на воздухе, походах, спортивных соревнованиях.<br/><br/>2.Общешкольные семейные спортивные праздники.<br/><br/>3.Тематические родительские собрания «Быть здоровым- это модно!».</p>   |

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
| <p><b>Третий этап</b><br/>(2022-2023 год)</p> <p><b>Цель:</b> обобщение позитивного опыта реализации концепции системы физкультурно-оздоровительной работы школы.</p> | <p>Педагогический совет «Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».</p>  | <p>1. Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся».</p> <p>2. Исследование духовно-нравственного здоровья посредством изучения уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников.</p> <p>3. Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности культуры здоровья школьников.</p> |  |
| <p><b>Традиционные мероприятия на всех этапах</b></p>   | <p>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).</p> <p>2. Соблюдение динамических пауз на всех уроках в 1-6-х классах.</p> <p>3. Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди обучающихся.</p> <p>4. Обеспечение надлежащих психолого- педагогических условий (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.).</p> <p>5. Организация контроля за питанием.</p> <p>6. Профилактика гиподинамии- организация подвижных переменок.</p> <p>7. Часы неаудиторной занятости:<br/>- подвижные игры (1-4-е классы);<br/>- сотвори себя сам (5-7-е классы);</p> |  |  |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>-спортивные игры (8-9-е классы);</p> <p>8. Тематическая спортивная неделя.</p> <p>9. Общешкольный день спорта.</p> <p>10. Дни здоровья.</p> <p>11. Тематические классные часы по ЗОЖ.</p> <p>12. Мониторинг показателей здоровья школьников (группа здоровья, физкультурная группа здоровья).</p> <p>13. Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов.</p> <p>14. Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях.</p> <p>15. Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.</p> |
|--|--|

### **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.