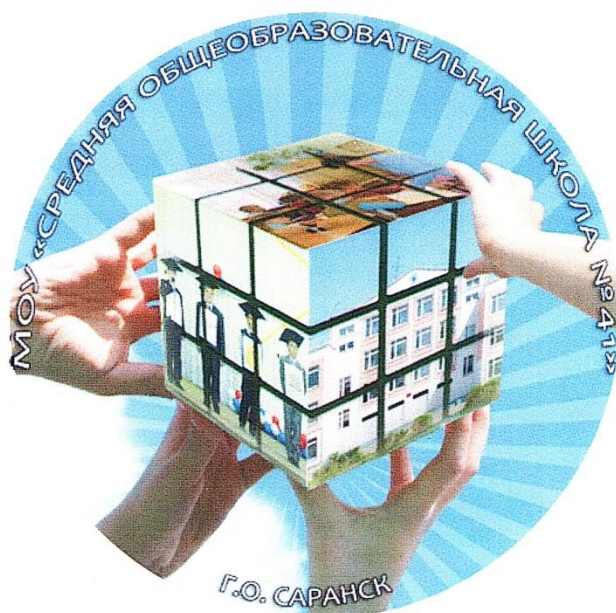


Программа рассмотрена и утверждена
на заседании педагогического совета
МОУ «Средняя школа №41»
Директор МОУ «Средняя школа №41»



И.В. Гавторкина
«30» августа 2024г. протокол № 1

**Программа «Здоровье. Профилактика вредных привычек»
МОУ «Средняя школа № 41»
на 2024-2028 учебные годы.**



Программа рассмотрена и утверждена
на заседании педагогического совета
МОУ «Средняя школа №41»
Директор МОУ «Средняя школа №41»

И.В. Тавторкина

«30» августа 2024г. протокол № 1

**Программа «Здоровье. Профилактика вредных привычек»
МОУ «Средняя школа № 41»
на 2024-2028 учебные годы.**



Содержание

1. Пояснительная записка.
2. Нормативно-правовая база.
3. Участники программы.
4. Сроки реализации.
5. Цель, задачи программы.
6. Основные направления деятельности.
7. Аналитическая справка.
8. Используемые образовательные технологии.
9. Ожидаемые результаты.
10. Календарный план мероприятий.
11. Приложение.

1. Пояснительная записка

Можно ли обучать детей так, чтобы сохранилось или даже укрепилось состояние их здоровья? Теоретически – да, практически – не получается. Врачи-педиатры, наблюдающие состояние здоровья школьников, а также данные государственной медицинской статистики свидетельствуют о негативных изменениях в организме обучающихся в процессе их обучения в школах разного типа. Еще в начале XX века основоположник отечественной школьной гигиены Ф.Ф.Эрисман внес понятие «школьные болезни», возникновение которых обусловлено обучением детей. К этим болезням им было отнесена близорукость (нарушение зрения), а также сколиоз (боковое нарушение позвоночника) и анемия (низкий уровень гемоглобина в крови). В современных условиях «школьные болезни» сохраняются, хотя их структура изменилась. У наших школьников чаще выявляются нервно-психические расстройства как предпатологические и патологические состояния, которые специалисты увязывают с организацией воспитательно - образовательного процесса в школе. К другим заболеваниям, часто возникающим у школьников, относятся нарушение зрения (миопия, рефракционная или осевая, и т.д.), болезни костно-мышечной системы (сколиоз, патологический кифоз или лордоз, плоскостопие). Опыт некоторых школ показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует не только прочным знаниям, но и одновременно способствует укреплению здоровья школьников. Биологическая реакция организма школьника зависит от его адаптационных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды. Многие параметры образовательной среды регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья школьников. Именно поэтому разработанная нами программа «Здоровье» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование учащихся. В реализации программы «Здоровье» задействованы все службы школы: администрация, педагоги, психолог, медицинский работник и технический персонал.

Необходимость создания программы: ухудшение здоровья обучающихся в связи с изменениями экологической обстановки города и района, отношения к своему здоровью, социального благополучия. В соответствии с законом РФ «Об образовании» здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. Развитие школы идет по пути интенсификации, увеличения физических и психических нагрузок на ребенка. И сегодня уже необходимо говорить о начале глобальной катастрофы всей современной цивилизации. Беспокоят специалистов и другие недуги современной молодежи,

такие как зависимость от табака, алкоголя и наркотиков. Таким образом, появилась острая необходимость решения данной проблемы в масштабе страны, региона, города, школы и отдельно взятого класса.

Здоровье человека – это самое ценное, что у него есть, что обеспечит ему долгую жизнь и благополучие. Поэтому очень важным является сохранение и укрепление здоровья, привитие навыков здорового образа жизни с детства. Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 6 до 17 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. В то же время в этот период происходит наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь, организм ребенка наиболее чувствителен к факторам окружающей среды. Поэтому первостепенной задачей образовательного учреждения является создание здоровьесберегающей среды для полноценного и всестороннего развития, учащегося.

Обязательное условие для этого – каждый учитель должен быть знаком с основными правилами, критериями, принципами создания здоровой образовательной среды. Задача каждого учителя - изучить основы здоровьесберегающих технологий и оценивать свою деятельность с точки зрения здоровьесбережения своих воспитанников. С введением нового Федерального государственного стандарта (ФГОС) направление здоровьесберегающей работы школы с

использованием *педагогических средств* становится одним из приоритетов. Новый ФГОС формулирует цели, ключевые задачи, средства, формы формирования у учащихся культуры здоровья, предусматривающей самостоятельную сознательную регуляцию своих действий, деятельности, поведения в интересах здоровья своего, окружающих людей и социоприродного окружения. Впервые стандарт общего образования предусматривает включение в содержание здорового образа жизни ребенка умений регуляции своей ведущей деятельности – учения, общения, познания, социальной практики – и формулирует требования к формированию у учащихся средств ее осознанной саморегуляции. Ключевая задача ФГОС, зафиксированная в его Концепции и Фундаментальном ядре содержания образования – формирование у учащихся умений самообучения, самовоспитания, саморазвития – как инструмента проектирования учащимися индивидуальных траекторий обучений. Предусматривается развитие у учащихся универсальных учебных действий как средств самостоятельного приобретения в течение жизни знаний о здоровом образе жизни, их обновления и применения в нестандартных жизненных ситуациях. Задача перед педагогом поставлена конкретная: **«Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни».**

2. Нормативно - правовая база

Программа по здоровьесбережению составлена на основании следующих нормативных документов:

- Конституции РФ;
- Конвенции о правах ребенка;
- закона РФ “Об основных гарантиях прав ребенка”;
- закона РФ “Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан”;
- закона РФ “Об образовании”;
- письма Минобразования РФ от 26.06.2003 г. № 23-51-513/16 “Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования”;

- письма Минобразования РФ от 28.04.2003 № 13-51-86/13 «Об увеличении двигательной активности обучающихся ОУ»
- СанПиНа 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях";
- приказа Минобразования, Минздравоохранения РФ от 31.05.2002 № 176/2017 “О мерах по улучшению охраны здоровья детей в РФ”;
- «Основы законодательства РФ по охране здоровья граждан». (утв. ВС РФ 22.07.1993 N 5487-1) (ред. от 07.12.2011).
- Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.12.2001 N 196-ФЗ;
- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ;
- Федеральный закон «Об ограничении курения табака» от 10 июля 2001 г. N 87-ФЗ;
- Постановление Правительства РФ «Об утверждении Положения о социально-гигиеническом мониторинге» от 6 октября 1994 г. N 1146 ;
- Закон РФ «Об образовании от 29.12.12г №273;
- Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка РФ», №124-ФЗ от 24.07.98г.
- «Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан» №5487-1 от 22.06.93г
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.13г №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам, образовательным программам дошкольного образования.
- Закон Российской Федерации «Об иммунопрофилактике инфекционных заболеваний» (ред. от 31.12.2014, с изм. от 19.12.2016);
- Постановление Правительства Российской Федерации «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, развития детей, подростков и молодежи» № 916 29.12. 2001 г.;
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации и Министерства образования Российской Федерации «О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской Федерации» № 176/2017 от 31. 05. 2002 г.
- 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» № 2712/227/166/19 от 16.07.2002 г.;
- Приказ № 378н от 19 июля 2024 года "О внесении изменений в порядок проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения, утверждённый приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 27 апреля 2021г. №404н"
- Постановление Правительства РФ №927 от 18.06.2021 "О внесении изменений в Программу государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи на 2021 год и на плановый период 2022 и 2023 годов"

- Приказ МЗ РФ №1177н от 29.10.2020 "Об утверждении Порядка организации и осуществления профилактики неинфекционных заболеваний и проведения мероприятий по формированию здорового образа жизни в медицинских организациях"

3. Участники программы

- обучающиеся;
- классные руководители;
- учителя-предметники;
- школьная медсестра;
- врач-педиатр ГБУЗ РМ «Детская поликлиника №3»;
- школьный психолог;
- родители,
- социальные партнёры: женская консультация №3, ГИБДД, ЦЭВ, библиотека им. Маршака ДЮСШ №1, РСДЮСШОР, и др.

4. Сроки реализации

Период реализации с 2024 по 2028гг.:

I этап - 2024-2025гг. – организационно-мотивационный.

II этап - 2025-2027 гг. – основной.

III этап - 2027-2028 гг. – итогово-аналитический.

5. Цели и задачи программы:

- Создание модели воспитательно-образовательного процесса через поиск наиболее оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья. Создание благоприятных условий для формирования у обучающихся отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
- формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

Задачи

- -Использовать здоровьесберегающие приемы и методы в воспитательно-образовательном процессе.
- -Формировать систему физкультурно-оздоровительной работы. Формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
- -Совершенствовать систему профилактической деятельности, направленной на стабилизацию и улучшение здоровья детей, предупреждение детского травматизма.
- -Популяризировать преимущества здорового образа жизни, расширение кругозора детей в области физической культуры и спорта.
- -Продолжить просвещение родителей в вопросах сохранения и улучшения здоровья детей. Формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;

- - Освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
- - Создание в школе организационно - педагогических, материально -технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- - Обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе;
- - Разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников.

6. Основные направления деятельности

- **Учебно-воспитательная работа** – научно обоснованная и строго регламентированная.

1. Организация режима ступенчатого повышения нагрузки для обучающихся первого класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям.	Сентябрь-ноябрь
2. Здоровьесберегающий анализ расписания уроков.	Сентябрь, январь
3. Организация перемен и создание на переменных таких условий, которые способствовали бы двигательному режиму обучающихся разных возрастов 1-4 классов.	В течение года
4. Включение вопросов с определенной здоровьесберегающей направленностью в план учебных программ по биологии, ОБЖ, физической культуры и окружающему миру.	В течение года
5. Контроль за выполнением норм самообслуживания.	В течение года
6. Контроль за правильным использованием ТСО.	В течение года
7. Повышение здоровьесберегающей грамотности учителей.	В течение года

- **Мониторинговая работа** – комплекс мероприятий, направленных на отслеживание здоровья обучающихся, адаптационных перестроек.

1. Создание мониторинга состояния здоровья обучающихся	Сентябрь-октябрь
2. Осуществление контроля за соблюдением норм учебной нагрузки (дневной, недельной, годовой).	Октябрь-март
3. Организация адаптационных мероприятий с вновь прибывшими обучающимися, в том числе и из приюта «Надежда».	В течение года
4. Запуск медико-педагогического мониторинга детей и подростков при зачислении их в школу (с учетом сложности программы обучения).	Апрель-май

- **Профилактическая работа** – предупреждение и своевременное выявление отклонений в состоянии здоровья и профилактика заболеваний.

1.Плановый медосмотр.	По плану поликлиники
2.Мониторинг санитарного состояния учебного помещения – отопление, освещенность.	В течение года
3.Контроль пищевого рациона (достаточность, сбалансированность, правильность, сочетание продуктов).	Постоянно
4.Контроль за состоянием рабочей мебели.	В течение года
5.Витаминизированные напитки.	Постоянно
7. Профилактические прививки согласно национальному календарю профилактических прививок.	В течение года
8.Контроль за недопустимым использованием вредных для здоровья красок и других материалов в процессе ремонта классных комнат и помещения школы.	Во время каникул

- **Информационно-просветительная работа**- пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультация по всем здоровьесберегающим вопросам.

1.Использование различных форм массовой пропаганды здорового образа жизни: организация лекций, проведение дней здоровья, спортивных суббот, соревнований «Веселые старты».	В течение года
2.Использование наглядной агитации: выпуск стенгазет, оформление уголков здоровья.	В течение года

Сотрудничество школы с другими учреждениями

Учреждение	Задачи и направления	Формы взаимодействия
ГБУЗ «Детская поликлиника №3»	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение.	Профосмотры, диспансеризации, медицинская помощь.
ДЮСШ №1, РСДЮСШОР,	Формирование здорового образа жизни.	Работа секций
ГИБДД	Предупреждение детского дорожно-транспортного травматизма.	Лекции, беседы, ролевые игры для обучающихся.
Администрация Пролетарского	Формирование здорового образа	Лекции, встречи-беседы,

района, ДК «Луч»	жизни.	круглые столы, кинолекторий, традиционные соревнования.
------------------	--------	---

7. Аналитическая справка о состоянии здоровья учащихся

МОУ «Средняя школа №41»

Перед коллективом школы стоит задача сохранения и укрепления здоровья учащихся через проведение профилактических мероприятий, предотвращающих нарушение остроты зрения и заболеваний опорно-двигательного аппарата.

Задачи по сохранению и укреплению здоровья учащихся реализовываются:

1. в организации образовательного процесса школы:

- ежедневная общешкольная утренняя зарядка;
- выполнение санитарно-гигиенических норм в образовательном процессе;
- подвижные игры во время больших перемен для учащихся 1-4 классов в рекреациях, на спортивной площадке (по погоде);
- ежемесячное проведение дней здоровья по плану физкультурно-оздоровительной работы школы;
- соревнования в рамках «Спортивной субботы»;
- проведение 3 часов физической культуры;
- динамические паузы;
- проведение физкультминуток;

2. В организации учебного процесса:

- на уроках биологии и окружающего мира учителя знакомят учащихся с особенностями строения и жизнедеятельностью организма человека, с причинами заболеваний и мерами профилактики, закрепляя гигиенические навыки;
- на уроках физической культуры учитель занимается профилактикой (выполнение комплекса упражнений во время разминки) нарушений опорно-двигательной системы;
- классные руководители (по планам классных часов) проводят беседы по профилактике вредных и опасных для здоровья привычек; включают в планы классных родительских собраний вопросы, направленные на организацию здорового образа жизни;
- проведение общешкольных мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни.

3. Оздоровление учащихся через лагерь дневного пребывания.

4. Организация горячего питания.

На начало учебного года медицинской сестрой школы и врачом детской поликлиники №3 было изучено состояние здоровья и установлен диагноз каждого учащегося с I, II и III группой здоровья.

Собраны рекомендации по заболеваниям учащихся для работы учителей – предметников, учителей физической культуры и родителей.

Группы здоровья

	2024-2025	2025-2026	2026-2027	2027-2028
Всего учащихся	793			
I группа	203			
II группа	557			
III группа	29			
IV,V группа	4			

Сведения об учащихся, отнесенных к различным типам здоровья.

Учебный год	Количество учащихся	Основная группа	Подготовительная группа	Специальная группа
2024-2025	793	606	154	33
2025-2026				
2026-2027				
2027-2028				

На основании этих данных, которые записаны в листок здоровья классных журналов, учителя физической культуры проводят занятия в соответствии с группами здоровья. Данные вносятся в начале учебного года и могут корректироваться в связи с изменением групп здоровья учащихся (на основании справок) в течение года.

Общие рекомендации по физическому воспитанию школьников

Основная группа. 1. Занятия по программе физического воспитания в полном объеме.

2. Сдача каких-либо нормативов.

3. Занятие в одной из спортивных секций, участие в соревнованиях.

Подготовительная группа.

1. Занятия по программе физического воспитания при условии более постепенного ее прохождения с отсрочкой сдачи контрольных испытаний (нормативов) и норм на срок до одного года. 2. Занятия в секции общей физической подготовки.

Специальная медицинская группа.

1. Занятия по особой программе.

2. Занятия лечебной физкультурой.

Такая группа учащихся имеет справки на начало учебного года, где внесены данные о заболевании, группы здоровья, физкультурные группы. Занятия проводятся с учащимися специальной медицинской группы в теоретической форме.

Классификация учащихся, состоящих на диспансерном учете по разным категориям.

Учебный год	2024-2025	2025-2026	2026-2027	2027-2028
Всего учащихся	793			
Больных детей	315			

Из них имеют:

Заболевание	2024-2025	2025-2026	2026-2027	2027-2028
Сердечно-сосудистое	21			
Почек	22			
Лор	3			
Пищеварение	64			
Эндокринная система	27			
ЦНС	21			

Органов зрения	31			
Ортопедические	84			
Органов дыхания	14			
Тубинфицированные	131			

Исходя из данных по здоровью учащихся, даются рекомендации учителям физической культуры. Учителями начальных классов, учителям - предметникам использовать рекомендации врачей в работе с детьми, имеющими хронические заболевания и уделить особое внимание физическим паузам, оздоровительным минуткам во время проведения урока.

Главной задачей ОУ является оздоровление детей, направленное на сохранение и укрепление здоровья учащихся. Это отдых детей в лагерях с дневным пребыванием, поездки в санатории, базы отдыха.

Классными руководителями проводятся беседы, тренинги, обучение по ЗОЖ с учащимися 1-11 классов.

8. . Используемые образовательные технологии

Многие параметры образовательной среды регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья школьников.

Именно поэтому разработанная нами программа «Здоровье» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и на валеологическое образование учащихся.

В реализации программы «Здоровье» задействованы все службы школы: администрация, педагоги, психолог, медицинский работник и технический персонал.

№	Название технологии/метода	Обоснование применения с точки зрения здоровьесбережения.
1	Игровые технологии	<p>Способствуют активизации познавательной и творческой деятельности учащихся, развивают и совершенствуют речемыслительную деятельность детей, воспитывают инициативность, развивают организаторские способности, положительно влияют на качество обучения, повышают его эффективность.</p> <p>А также:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ поддерживают интерес к рассматриваемой теме; ✓ усиливают значения полученной ранее

		<p>информации в другой форме;</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ развивают навыки критического мышления и анализа, принятия решений, взаимодействия, коммуникации, конкретных умений; ✓ стимулируют саморазвитие благодаря другим участникам. <p>Наиболее часто встречаемыми в педагогической практике являются игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> • деловые; • организационно-деятельностные; • ролевые; • инновационные игры; • дидактические.
2	Метод проектов	<p>Способствует становлению ребенка как личности, формирует в нем необходимые интеллектуальные качества, естественным образом приобщает его к культуре познавательной деятельности. Позволяет приобрести навыки планирования и организации своей деятельности, открыть и реализовать творческие способности, развить индивидуальность личности.</p>
3	Дифференцированное обучение	<p>Способствует организации учебного процесса, при котором учитываются индивидуально-типологические особенности личности (способности, интересы, склонности, особенности интеллектуальной деятельности и т.д.).</p> <p>Дифференциация характеризуется созданием групп учащихся, в которых элементы дидактической системы (цели, содержание, методы, формы, результаты) различаются.</p>
4	Проблемное обучение	<p>Проблемное обучение способствует развитию умственных способностей, самостоятельности и творческого мышления учащихся, оно обеспечивает прочность и действенность знаний, поскольку эмоционально по своей природе, вызывает чувство удовлетворения от познания.</p> <p>Методы проблемного обучения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Метод монологического изложения Учитель сообщает факты в определенной последовательности, дает им необходимые пояснения, демонстрирует опыты с целью их подтверждения. При этом учитель вскрывает только те связи между явлениями и понятиями, которые требуются для понимания

		<p>данного материала, вводя их в порядке информации. Чередование фактов строится в логической последовательности, однако, в ходе изложения внимания учащихся на анализе причинно-следственных связей не конкретизируется. Факты «за» и «против» не приводятся, сразу сообщаются правильные окончательные выводы. Проблемные ситуации здесь могут быть созданы только с целью привлечения внимания учащихся.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Рассуждающий метод обучения</i> Если учитель ставит цель показать образец исследования постановки и решения целостной проблемы, то он использует рассуждающий метод. При этом материал разделяется на части, учитель к каждому этапу предусматривает системы риторических вопросов проблемного характера с целью привлечь учащихся к мысленному анализу проблемных ситуаций, обнажает объективные противоречия содержания, но сам же и разрешает их поскольку повествование ведется в форме лекции. Способ перестройки материала для работы этим методом отличается прежде всего тем, что в содержание в качестве дополнительного структурного элемента вводится система риторических вопросов. • <i>Диалогический метод изложения</i> Если учитель ставит перед собой задачу привлечь учащихся к непосредственному участию в реализации способа решения проблемы с целью активизировать их, повысить познавательный интерес, привлечь внимание к уже известному в новом материале, он, используя то же построение содержания, дополняет его структуру информационными вопросами, ответы на которые дают учащиеся. • <i>Эвристический метод изложения</i> Эвристический метод применяется там, где учитель ставит цель обучить учащихся отдельным элементам решения проблемы, организовать частичный поиск новых знаний и способов действия. Используя эвристический метод, учитель применяет то же построение учебного материала, что и при диалогическом методе, но несколько дополняет его структуру постановкой познавательных задач и заданий учащимся на каждом отдельном этапе решения учебной
--	--	---

		<p>проблемы. Таким образом, формой реализации этого метода является сочетание эвристической беседы с решением проблемных задач и заданий.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Исследовательский метод При проведении урока исследовательским методом опять используется такое же построение материала, элементы структуры и порядок следования вопросов, указаний и заданий, как и в эвристическом методе. Если в процессе реализации эвристического метода эти вопросы, указания и задания носят упреждающий характер, то есть ставятся до решения подпроблемы, составляющей содержание данного этапа, или в процессе ее решения и выполняют направляющую функцию в процессе решения, то в случае использования исследовательского метода вопросы ставятся в конце этапа, после того как большинство учащихся с решением подпроблемы справились. • Метод программированных заданий Метод программированных заданий представляет собой постановку учителем системы программированных заданий. Уровень эффективности учения определяется наличием проблемных ситуаций и возможностью самостоятельной постановки и решения проблем. Применение программированных заданий заключается в следующем: каждое задание состоит из отдельных элементов-кадров; один кадр содержит часть изучаемого материала, сформулированного в виде вопросов и ответов, либо в виде изложения новых заданий, либо в виде упражнений.
--	--	---

9. Ожидаемые конечные результаты программы:

- ✓ повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;
 - ✓ рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников.
 - ✓ повышение приоритета здорового образа жизни;
 - ✓ повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
 - ✓ повышение уровня самостоятельности и активности школьников;
1. повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении, как здоровья школьников, так и своего здоровья

Методы контроля над реализацией программы.

- посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОЖ;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

10. Календарный план мероприятий.

Мониторинг здоровья обучающихся

1.	Психологический мониторинг здоровья обучающихся: <ul style="list-style-type: none"> • тест на адаптацию в начальной школе, средней школе; • тест на тревожность 	Сентябрь-январь	1, 5,10	Психолог
----	--	-----------------	---------	----------

Контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в школьном учреждении

1.	Эстетическое оформление класса и школы.	В теч. года	1-11	Зав по АХЧ зав. кабинетом
2.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	В теч. года	1-11	Зам.дир. по УВР.
3.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> ✓ проветривание ✓ отопление ✓ освещение ✓ уборка 	Ежедневно	Все помещения	Зам.директора по АХЧ, мед.сестра
4.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом	Ежедневно	1-11	Ответственный за питание, Мед. сестра
5.	Диагностика загруженности обучающихся домашними занятиями.	В теч. года		Зам. дир. по УВР
6.	Организация активного отдыха на переменах.	Постоянно	1-4	Кл. руководители
7.	Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений . Рекреаций -1 раз в четверть.	В теч. года	3-11	Кл. руководители Педагог-организатор

Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний

1.	Прививки детей согласно приказам Минздрава	В теч. года	1-11	Медсестра
2.	Профилактическая работа во время эпидемий.	В теч. года	1-11	Классные руководители медсестра
3.	Профилактическая работа	В теч. года	1-11	Медсестра, приглашенные специалисты
4.	Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.	В теч. года		Медсестра,

Физическое воспитание, организация активно-двигательного досуга

1.	Увеличение двигательной активности школьников в учебное и во внеурочное время через утреннюю гимнастику, динамические паузы, подвижные перемены, спортивные секции.	В теч. года	1-11	Учителя физкультуры, учителя начальных классов, кл. руководители 5-11 классов, руководители секций.
2.	Организация школьных соревнований и участие школьников в районных и муниципальных, региональных соревнованиях	В теч. года	1-11	Кл. руководители, учителя физкультуры.
3.	Организация дней здоровья, прогулок, экскурсий	В теч. года	1-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители
4.	Работа спортивных секций	В теч. года	1-11	Руководители секций
5.	Проведение школьных конкурсов «А ну-ка, мальчики» и «А ну-ка, девочки».	Февраль, март	8-11	МО учителей Физической культуры
6.	Смотр строя и песни.	Февраль,	3-11	Кл. руководители Преподаватель – организатор ОБЖ, МО учителей Физической культуры

Профилактика травматизма

1.	Занятия по правилам дорожного движения (выступление сотрудников ГИБДД, тематические классные	В теч. года	1-11	Зам. директора по ВР Преподаватель – организатор ОБЖ Кл. руководители
----	---	-------------	------	---

	часы, викторины, конкурс рисунков, плакатов и др.)			
2.	Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках курса ОБЖ, окружающего мира.	По программе	8-11	Преподаватель –организатор ОБЖ Кл. руководители, учителя начальных классов
3.	Инструктаж сотрудников школы и обучающихся по правилам техники безопасности.	сентябрь, январь	1-11	Преподаватель –организатор ОБЖ Кл. руководители
4.	Статистика и анализ случаев травматизма в школе.	В теч. года	1-11	Медсестра, Преподаватель –организатор ОБЖ

Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек

1.	Тематические уроки в рамках курсов ОБЖ и биологии, окружающего мира, физической культуры	В теч. года	1-11	Преподаватель-организатор ОБЖ, биологии, физической культуры, учителя начальных классов
2.	Тематические классные часы (Приложение 1)	В теч. года	1-11	Кл. руководители
3.	Тематические родительские собрания (Приложение 2)	В теч. года	1-11	Кл. руководители, Зам. директора по ВР
4.	Встречи с врачами нарко-диспансера, сотрудниками нарко-контроля .	В теч. года	8-11	Зам. директора по ВР
5.	Конкурсы, викторины (Приложение 3)	По плану	1-11	Зам. директора по ВР Кл. руководители
6.	Работа волонтерского класса	По плану	9А	Зам. директора по ВР, Руководитель волонтерского отряда

Социальное здоровье

- ✓ оказание помощи детям из малообеспеченных и неблагополучных семей:
- ✓ патронаж учащихся, которые находятся под опекой.

№п/п	Наименование мероприятий	Сроки	Исполнитель
1	Оказание адресной помощи детям из малообеспеченных семей	Постоянно	Администрация
2	Обеспечение бесплатным питанием в школьной столовой детей из малоимущих семей	Постоянно	Администрация
3	Медико-социальный патронаж детей с ОВЗ, в	Ежемесячно	Зам.директора по

	том числе обучающихся на дому.		УВР, мед. работник
4	Патронаж учащихся, которые находятся под опекой с целью обследования жилищных условий.	Ежеквартально	Зам. директора по ВР
5	Обследование детей из неблагополучных семей с целью выявления негативного влияния и его устранения.	1 раз в месяц	РК классов
6	Выявление группы риска по социальной дезадаптации	Постоянно	Зам.директора по ВР, кл. руководители.
7	Помощь в разрешении конфликтных ситуаций, переживаемых детьми	По требованию.	Медиация
8	Меры по выявлению новых возможностей по жизнеобеспечению детей из малоимущих семей	Постоянно	Зам. по ВР, кл. руководители

Физическое воспитание, организация активно-двигательного досуга.

Традиционные мероприятия.

№	Мероприятие	Срок	Класс	Ответственный
1	«Кросс Нации» Урок трезвости Турнир по футболу Неделя безопасности	Сентябрь	8-11 2-11	Учителя физической культуры. Преподаватель-организатор по ОБЖ, Кл. руководители.
2	Турнир по шашкам Соревнования по настольному теннису Социально-психологическое тестирование.	Октябрь	5-6 4-7 7-11	Учителя физической культуры. Кл. руководители. Зам. директора по ВР
3	Единый классный час. Беседы, посвященные Всемирному дню борьбы со СПИДом Соревнования по шахматам Спортивные мероприятия в рамках акции: «Я выбираю спорт как альтернативу пагубным привычкам!»	Ноябрь	1-11 4-8 9	Кл. руководители Учителя физической культуры..
4	Веселые старты. Кубок Деда мороза по волейболу (среди уличных команд)		2 10-11	Кл. руководители Учителя

	Кубок школы по баскетболу среди девушек.	Декабрь	9-11	физической культуры..
5	Кубок школы по баскетболу среди юношей..	Январь	9-11	Учителя физической культуры.
6	«Лыжня России» Весёлые старты «А ну-ка, мальчики!» Спортивные соревнования «Богатырские забавы» Военно-спортивный праздник, посвященный Дню защитника. Отечества «Готов служить России!» Смотр строя и песни. Кубок школы по волейболу среди девушек.	Февраль	9-11 4-5 6-7 8-11 3-11 9-11	Учителя физической культуры. Кл. руководители. Преподаватель-организатор по ОБЖ
7	Кубок школы по волейболу среди юношей. Весёлые старты «А ну-ка, девочки!» Спортивное соревнование «А ну-ка, девочки!» Соревнования по пулевой стрельбе из пневматической винтовки среди девушек.	Март	9-11 4-7 8-11 8-11	Учителя физической культуры. Кл. руководители. Преподаватель-организатор по ОБЖ
8	Президентские спортивные игры. День здоровья. Мероприятия в рамках открытого урока ОБЖ.	Апрель	6-7 1-11	Учителя физической культуры. Преподаватель-организатор по ОБЖ, кл. руководители.
9	Легкоатлетический кросс, посвященный Дню Победы. Турнир по мини-футболу	Май	8-11 5-6	Учителя физической культуры. Кл. руководители.
10	Организация спортивно-оздоровительной площадки Спортивные субботы	Июнь-август	1-11	Учителя физической культуры.

		Сентябрь-май		Кл. руководители.
--	--	--------------	--	-------------------

Родительские собрания, беседы, консультации.

№	Мероприятия	Срок	Класс	Ответственный
1	Психологические особенности обучающегося.	Сентябрь	1-11	Психолог, кл. руководитель
2	Режим дня и гигиенические нормы.	Октябрь	1-5	Мед. сестра
3	Режим питания.	Ноябрь	1-11	Мед. сестра
4	Лекции нарколога.	Декабрь	9-11	Врач нарколог
5	Семейные конфликты.	Январь	1-11	Приглашенный специалист.
6	Как уберечь ребенка от пагубных привычек.	Февраль	5-8	Приглашенный специалист.
7	Интернет угрозы.	Март	7-9	Специалист отдела «К»
8	Профилактика табакокурения, алкоголизма.	Апрель	6-7	Приглашенный специалист, кл. руководители.
9	Профилактика травматизма	Май	1-11	Преподаватель-организатор ОБЖ, кл. руководители. Мед. сестра

Здоровьесберегающее просвещение педагогического коллектива

- ✓ повышение квалификации педагогов в вопросах охраны здоровья;
- ✓ рациональная организация учебного процесса;
- ✓ применение здоровьесберегающих технологий в учебном процессе.
- ✓ знакомство с научно-методической литературой по вопросам здоровья;
- ✓ изучение, освоение и использование в работе учителя здоровьесберегающих технологий позволяющих приспособить учебный процесс к индивидуальным особенностям школьников;
- ✓ организацию режима труда и отдыха школьников, обеспечивающих высокую работоспособность учащихся во время учебных занятий;
- ✓ организацию самообразования;
- ✓ проведение семинаров, методических консультаций, методических дней на тему «Валеологическая направленность учебных предметов».

№ п/п	Наименование мероприятий	Ответственный
-------	--------------------------	---------------

1	Цикл лекций по саморегуляции: 1.Здоровый учитель - залог психологического комфорта на уроке. 2.Взаимосвязь здоровья учителя и здоровья школьников. 3.Психологические аспекты профессионально-педагогического общения. 4.Гуманистический стиль общения учителя как фактор здоровья школьников. 5.Регуляция психического состояния и саморегуляция. 6.Управление своей работоспособностью	Психолог
2	Тренинговые занятия	Психолог
3	Организация самообразования учителей по вопросам психофизического оздоровления учащихся	Учителя
4	Знакомство с новинками методической литературы по вопросам здоровья	Библиотекарь
5	Проведение «круглых столов» по секциям на тему «Здоровьесберегающая направленность учебных предметов»	Заместитель директора по УВР
9	Проведение педсовета: «Использование в работе учителя здоровьесберегающих технологий»	.Заместители директора
10	Проведение методических консультаций: <ul style="list-style-type: none"> ▪ методика проведения физкультминуток в 1-8-х классах; ▪ методика и организация домашних заданий в соответствии с гигиеническими требованиями; ▪ требования к режиму работы группы продлённого дня; ▪ физические упражнения и игры в группах продлённого дня; ▪ физкультминутки во время выполнения домашних заданий; ▪ физические упражнения и игры в часы отдыха; ▪ занятия в группах корригирующей гимнастики; ▪ занятия в спортивных секциях 	Учителя физической культуры Медработник

11. Приложение

Примерная тематика бесед, классных часов по вопросам гигиены, охраны здоровья и формирования здорового образа жизни

1-4 классы

1. Цикл бесед "Гигиена школьника".
2. "Чтобы зубы не болели".
3. "Беречь глаз как алмаз".
4. "Да здравствует мыло душистое".
5. "О хороших привычках".
6. "Учимся отдыхать".
7. "Загадки доктора Неболита".
8. "Ты и компьютер".
9. "Твой режим дня".

10. Цикл классных часов "Как уберечь себя от беды".
11. Цикл классных часов "Наше здоровье в наших руках".

5-8 классы

1. Цикл бесед "Гигиена школьника".
2. "Здоровые привычки - здоровый образ жизни".
3. "Я здоровье берегу, сам себе я помогу".
4. "Кто наши враги".
5. "О спорт, ты - мир!".
6. "Режим питания".
7. "Вредные привычки и их преодоление".
8. "Здоровый образ жизни - главное условие профилактики возникновения вредных привычек".
9. "Память: как ее тренировать".
10. "Особенности влияния никотина и других токсических веществ на развитие организма человека".
11. "Сотвори себя сам".
12. "Нет наркотикам".
13. "О ВИЧ-инфекции".

9-11 е классы

1. Цикл бесед "Гигиена умственного труда".
2. "Зависимость здоровья человека от окружающей среды".
3. "Вредные привычки и здоровье человека".
4. "Здоровье человека XXI века".
5. Гармония тела и духа".
6. "Кушайте на здоровье".
7. "Прелести "свободной любви""
8. "Умение управлять собой".
9. "Крик о помощи".
10. "Занятия по профилактике наркомании".
11. "Экзамены без стресса".
12. "Сделай правильный выбор".
13. "Разговор на чистоту".
14. Акция "Внимание, СПИД!".
15. "Не оборви свою песню!".

Примерная тематика классных родительских собраний и других мероприятий для родителей по проблеме формирования здорового образа жизни.

1. "Здоровье ребенка в руках взрослых",
2. "Здоровая семья: нравственные аспекты",
3. "На контроле здоровье детей",
4. "Режим труда и учебы",
5. "Физическое воспитание детей в семье",
6. "Алкоголизм, семья, дети",
7. "Пагубное влияние курения табака на здоровье человека",
8. "Вредные привычки у детей",
9. "Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу",
10. "Эти трудные подростки",

11. "Взрослые проблемы наших детей",
12. "Физическое развитие ребенка и пути его совершенствования",
13. "Курение и статистика",
14. "Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) - реальность или миф",
15. "Социальный вред алкоголизма",
16. "Психология курения",
17. "Нецензурная брань - это тоже болезнь".