

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа с. Александровка муниципального района Ставропольский Самарской области

«Принято»  
Педагогическим советом ГБОУ  
СОШ с.Александровка  
Протокол № 3 от 27. 12. 2023 г

«Утверждаю»  
Директор ГБОУ СОШ с.Александровка  
\_\_\_\_\_/Ю.В.Воронкова/  
Приказ № 1/8 /од от 15.01. 2024г.

## **ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**ГБОУ СОШ с. Александровка**

**« Здоровье»**

Срок реализации 2024 – 2026 гг.

**1- 9 классы.**

### Паспорт программы.

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| Наименование программы            | Программа здоровьесберегающей деятельности с.Александровка « <b>Здоровье</b> »   |
| Цель программы                    | Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни.  |
| Задачи программы                  | <p>-Освоение и внедрение здоровьесберегающих технологий в практику работы всех служб школы.</p> <p>-Пропаганда среди родителей, педагогов и детей основ здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности, воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.</p> <p>-Формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью.</p> <p>-Формирование готовности обучающихся в условиях ФГОС НОО и ООО к социальному взаимодействию по вопросам улучшения экологического качества окружающей среды, устойчивого развития территории, экологического здоровьесберегающего просвещения населения, профилактики употребления наркотиков и других психоактивных веществ, в выборе здорового образа жизни и вреде употребления алкоголя и табакокурения.</p> <p>-Расширение взаимодействия субъектов здоровьесбережения со всеми компонентами микросоциума (администрации, педагогов, семьи, ученика, медицинских работников, службы социальной помощи населению и т.п.) в контексте укрепления здоровья.</p> <p>-Повышение социальной роли семьи в воспитании у подрастающего поколения норм здорового образа жизни.</p> |
| Участники программы.              | <p>Администрация ГБОУ СОШ с. Александровка, советник директора по воспитанию.</p> <p>Обучающиеся 1-9 классов, их родители, классные руководители, педагоги, педагог-психолог школы, социальные партнёры, медицинский работник ФАП с. Александровка, медицинские работники Ставропольской ЦРБ, СП ДОД ДЮСШ.</p>   |
| Срок и этапы реализации программы | <p><b>1 этап. Информационно-подготовительный.</b> 2024 год ( январь- август).</p> <p>- анализ мониторинга заболеваемости учащихся;</p> <p>-анализ фактов нарушения ПДД учащимися;</p> <p>-динамики формирования отношения к вредным привычкам;</p> <p>-изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;</p> <p>-разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.</p> <p><b>2 этап. Основной. Практический.</b></p> <p>Сентябрь 2024 г – август 2026 г.</p> <p>-внедрение новых форм, методов пропаганды ЗОЖ и выявление наиболее эффективных;</p> <p>-систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;</p> <p>-выполнение оздоровительных мероприятий;</p> <p>- функционирование службы школьной медиации</p> <p><b>3 этап. Аналитический.</b> 2026 год ( сентябрь-декабрь)</p> <p>-сбор и анализ результатов выполнения программы;</p> <p>-коррекции деятельности.</p>   |
| Ожидаемые конечные результаты     | <p>1.Сохранение и укрепление здоровья обучающихся.Повышение мотивации к ведению здорового образа жизни.</p> <p>2.Повышение профессиональной компетенции педагогов по</p>   |

|  |  |
|--|--|
| реализации программы, их социальная эффективность. | <p>вопросам здоровья, ЗОЖ и здоровьесберегающим технологиям.</p> <p>3.Повышение уровня знаний родителей по вопросам здоровья и ЗОЖ.</p> <p>4.Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого школьника.</p> <p>5.Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.</p> <p>6.Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса.</p> <p>7.Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.</p> <p>8.Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков.</p> <p>9.Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам.</p> <p>10.Разработка рекомендации для родителей, учителей, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения.</p> <p>11. Повышение доли обучающихся, успешно выполнивших нормы ВФСК «ГТО» не менее 40%</p> <p>12. Доля обучающихся-участников движения ВФСК «ГТО» 100%.</p> <p>13. Доля обучающихся охваченных горячим питанием 100%</p> <p>14. Удельный вес обучающихся, занимающихся (в школе и вне школы) в объединениях спортивной, туристическо-краеведческой, иной направленности, обеспечивающей двигательную активность и формирование навыков ЗОЖ, в общей численности обучающихся-100%.</p> <p>15. Повышение доли обучающихся, занимающихся в ШСК до 50 %</p> <p>Планомерное сотрудничество всех участников образовательного процесса в направлении сохранения и укрепления здоровья ученика приведёт к желаемому результату: <b>здоровый ученик – здоровое будущее страны!</b></p> |
| Нормы и методы реализации программы                | Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, мероприятия здоровьесберегающей направленности, внеклассная работа, внеурочная деятельность.  |
| Условия реализации программы                       | Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ. проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития школы, материально-техническое оснащение спортивной инфраструктуры.  |
| Управление, контроль                               | Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация образовательного учреждения.  |

### Пояснительная записка. Актуальность.

Актуальность данной программы обусловлена приоритетным направлением государственной политики в области образования – на сохранение здоровья школьников. Проблема сохранения и

укрепления здоровья школьников является одной из важнейших задач современной школы. Требование сохранения здоровья учащихся находится на первом месте в иерархии запросов к результатам общего образования и реализуется в соответствии со стратегическими документами, определяющими развитие системы образования Российской Федерации.

Медицинская статистика свидетельствует о том, что за последние годы здоровье школьников резко ухудшилось. Увеличилась частота хронических заболеваний органов пищеварения, нервной и иммунной системы.

Проблема здоровья детей школьного возраста, как и других групп населения - одна из актуальных на сегодняшний день.

лидером среди детских патологий являются заболевания глаз, болезни органов пищеварения, органов дыхания и заболевания костно-мышечной системы. Проблемы сохранения здоровья учащихся и привития навыков здорового образа жизни очень актуальны сегодня. Необходимо создание условий, направленных на укрепление здоровья и привитие навыков здорового образа жизни, сохранение здоровья физического, психического и духовного. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Существует более 300 определений понятия «здоровье». Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, ЗДОРОВЬЕ — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. Результаты медицинского осмотра учащихся ГБОУ СОШ с.Александровка свидетельствуют о том, что наиболее распространены у детей такие заболевания, как:

- Болезни органов зрения.
- Патология костно-мышечной системы.
- Болезни органов дыхания.
- Патология пищеварительного тракта.
- Сердечно сосудистые.

#### **Физическое здоровье:**

- совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде (педагогическое определение).
- состояние роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции (медицинское определение).

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.

#### **Психическое здоровье:**

- высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение).
- это состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (медицинское определение). Социальное здоровье -это здоровье общества, а также окружающей среды для каждого человека. Нравственное здоровье — это комплекс характеристик мотивационной и потребностно - информативной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.

**Духовное здоровье** - система ценностей и убеждений. В характеристике понятия "здоровье" используется как индивидуальная, так и общественная характеристика. В отношении индивида

оно отражает качество приспособления организма к условиям внешней среды и представляет итог процесса взаимодействия человека и среды обитания. Здоровье формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних (наследственность, пол, возраст) факторов. Психическое здоровье: высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение).

- это состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (медицинское определение). Социальное здоровье — это здоровье общества, а также окружающей среды для каждого человека.

**Нравственное здоровье**- это комплекс характеристик мотивационной и потребностно - информативной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе. Духовное здоровье - система ценностей и убеждений. В характеристике понятия "здоровье" используется как индивидуальная, так и общественная характеристика. В отношении индивида оно отражает качество приспособления организма к условиям внешней среды и представляет итог процесса взаимодействия человека и среды обитания. Здоровье формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних (наследственность, пол, возраст) факторов. Признаки индивидуального здоровья.

#### **Признаки индивидуального здоровья**

1. Специфическая и неспецифическая устойчивость к действию повреждающих факторов
2. Показатели роста и развития
3. Текущее функциональное состояние и потенциал (возможности) организма и личности
4. Наличие и уровень какого-либо заболевания или дефекта развития
5. Уровень морально-волевых и ценностно-мотивационных установок.

В связи с этим целостный взгляд на индивидуальное здоровье можно представить в виде четырехкомпонентной модели, в которой выделены взаимосвязи различных его компонентов и представлена их иерархия:

*Соматический компонент* - текущее состояние органов и систем организма человека, - основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития, опосредованная базовыми потребностями, доминирующими на различных этапах онтогенетического развития. Эти потребности, во-первых, являются пусковым механизмом развития человека, а во-вторых, обеспечивают индивидуализацию этого процесса. Физический компонент - уровень роста и развития органов и систем организма, - основу которого составляют морфофизиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции.

*Психический компонент* - состояние психической сферы, - основу которого составляет состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую реакцию. Такое состояние обусловлено как биологическими, так и социальными потребностями, а также возможностями их удовлетворения. Нравственный компонент - комплекс характеристик мотивационной и потребностно - информативной сферы жизнедеятельности, - основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе. Нравственным здоровьем опосредована духовность человека, так как оно связано с общечеловеческими истинами добра, любви и красоты. Здоровье человека, в первую очередь, зависит от стиля жизни. Этот стиль персонифицирован. Он определяется социально-экономическими факторами, историческими, национальными и религиозными традициями, убеждениями, личностными наклонностями. Здоровый образ жизни объединяет все, что способствует выполнению человеком профессиональных, общественных, семейных и бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях и определяет направленность усилий личности в сохранении и укреплении индивидуального и общественного здоровья. Система работы по

данной проблеме осуществляется на основе лично-ориентированного подхода. Гуманистическая направленность и индивидуализация действий по формированию культуры здоровья невозможны без личного участия школьников, без их умений совершать логические операции, без самостоятельного получения ими новых знаний. Важно, чтобы учащиеся умели творчески перерабатывать полученную информацию и создавать новые продукты. Укрепление психического и физического здоровья детей и забота о нем – одна из главных задач школьного образования. Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения. Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе, состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и учителей. Программа способствует созданию в образовательной организации условий, обеспечивающих реализацию комплекса мероприятий, направленных на реализацию задач

### **Правовая основа программы.**

Правовую основу настоящей Программы составляют:

ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года N 273 .

Указ Президента РФ о национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года от 07.05.2024г.

Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. N 400,

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р,

Стратегия комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 17 мая 2023 г. N 358, Приказом Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

### **Ресурсное обеспечение программы.**

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Здание школы расположено на благоустроенном участке. Территория школы ограждена забором. На территории школы расположена многофункциональная спортивная площадка. Здание подключено к 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.

| Кадровые ресурсы   | Материально - технические   | Методические ресурсы  |
|--|---|---|
| Директор ОУ;<br>зам. директора по УВР<br>советник директора по | В школе просторные,<br>оборудованные кабинеты,<br>компьютерный класс, | Методическая литература,<br>необходимая для подготовки<br>уроков с использованием |

|   |  |  |
|---|--|--|
| <p>воспитанию;<br/>педагог-психолог;<br/>классные<br/>руководители;<br/>учителя-предметники;<br/>медицинский<br/>работник ФАП с.<br/>Александровка<br/>члены школьного<br/>родительского<br/>комитета.<br/>СП ДОД ДЮСШ<br/>г. Тольятти.<br/>Ставропольская ЦРБ.</p> | <p>2 спортивных зала с инвентарем и необходимым оборудованием, тренажерный зал, спортивная площадка - стадион для активных игр и прогулок, настольный теннис, столовая (организовано горячее питание, медицинский кабинет, актовый зал. В школе имеются кабинеты, которые оборудованы мебелью, обеспечены необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающими гигиеническим требованиям. Ресурсы центра технологической и естественно-научной направленностей «Точка роста».</p> | <p>здоровьесберегающих технологий;<br/>-методические разработки уроков, классных часов, родительских собраний.</p> |
|---|--|--|

### **Функции различных категорий работников школы.**

#### *1. Функции администрации:*

общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;  
общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;  
организация и контроль уроков физкультуры;  
обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;  
разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;  
организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;  
организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;

#### *2. Функции классного руководителя:*

санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;  
организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;  
организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;  
организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;  
организация и проведение профилактических работ с родителями;  
организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;  
организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы, акции, квесты, марафоны и др.) в рамках программы здоровьесбережения;  
организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;  
организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

*Советника директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями.*

Помощь директору в настройке воспитательной работы в рамках рабочих программ и календарных планов по вопросам здоровьесбережения.

Интеграция федеральной повестки в воспитательные программы школы.

Взаимодействие с командой штаба воспитательной работы и со всеми её участниками по реализации программы «Здоровье».

Анализ контента проводимых в школе событий в рамках действующей программы воспитания. При необходимости советник выносит предложения о модернизации или оптимизации того или иного мероприятия.

Анализ и эффективное использование ресурсной базы школы и муниципального района — различных клубов, секций, общественных организаций.

Вовлечение обучающихся в событийную жизнь школы по пропаганде ЗОЖ, профилактике вредных привычек.

Работа с активом родителей. Советник планирует вместе с ними мероприятия, вовлекает родителей в жизнь школы.

*Учитель физической культуры.*

1. Уровень физического развития – на основании данных о длине и массе тела, окружности грудной клетки, жизненной емкости легких. Детям с низким уровнем физического развития и с дисгармоничным развитием необходим щадящий режим физической нагрузки.

2. Уровень двигательной подготовленности – на основании стандартного набора тестов, характеризующих выносливость, силу, быстроту, ловкость, гибкость.

3. Уровень технической подготовки ученика – на основании педагогических наблюдений и контрольных испытаний.

4. Уровень знаний ученика в области физической культуры и здорового образа жизни – на основании бесед с учащимися, проведения контрольных теоретических зачетов и использования других средств оперативного или этапного контроля знаний.

5. Состояние здоровья и адаптационные возможности ученика – на основании данных школьных медицинских карт, наблюдения на уроках и других занятиях, измерения физиологических показателей (частоты пульса) при выполнении стандартных нагрузок.

6. Степень утомления в процессе выполнения физических нагрузок – на основании внешних признаков и данных объективного контроля.

7. Адекватность нагрузки возрастным, половым и индивидуальным особенностям учащегося с учетом типа телосложения и уровня биологической зрелости.

8. Уровень мотивации учащихся к занятиям физической культурой.

9. Качество самоподготовки учащихся, в том числе выполнения домашних заданий и рекомендаций учителя. Проведение круглых столов для педагогов по вопросам воспитания навыков ЗОЖ.

*Медицинский работник.*

1. Анамнез и индивидуальные особенности школьника, влияющие на его физические и психические возможности.

2. Характер, частота, длительность и тяжесть обострений хронических заболеваний; наличие средств купирования приступов.

3. Наличие признаков переутомления у школьников в процессе учебных занятий.

4. Наличие отклонений в физическом и функциональном развитии ученика.

5. Динамика острых респираторных заболеваний и обострений хронических заболеваний в течение учебной четверти, учебного года.

6. Уровень и характер травматизма, в том числе связанного с занятиями физическими упражнениями.

*Заместитель директора по УВР.*

1. Расписание занятий должно быть составлено таким образом, чтобы урок физической культуры не проводился непосредственно перед уроками математики, русского языка, литературы, физики. 2. Физкультминутки и физкультпаузы в рамках общеобразовательных уроков не должны нарушать логику урока.

3. Дни здоровья и другие общешкольные мероприятия следует проводить в условиях хорошей погоды, по разработанному заранее сценарию.

4. Спортивные успехи класса или отдельного ученика должны быть известны всей школе наряду с успехами в учебе; спортивный авторитет класса, школьной команды, чемпиона школы в том или ином виде спорта должен служить привлекательным примером для всех учащихся.

5. Педагогический коллектив школы должен с уважением относиться к предмету «физическая культура» и к педагогам этого профиля

### **Сроки и этапы реализации программы.**

**1 этап.** Определение концептуальной линии развития ОУ. Информационно-подготовительный.

Цель: выявление проблемы и обоснование актуальности программы; подготовка диагностик, материалов; разработка программ (или проектов) по здоровьесберегающей педагогике.

Задачи:

создание рабочей группы;

оценка имеющихся ресурсов (материальных, кадровых, организационных, информационных);

распределение сфер ответственности, обязанностей и задач каждого участника проекта;

выявление структуры факторов, оказывающих негативное воздействие на здоровье обучающихся;

анализ актуальности рассматриваемой проблемы (изучение медкарт, тестирование, диагностика);

анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;

изучение и внедрение новых здоровьесберегающих технологий;

изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;

разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

*формирование научно-методической базы ОУ здоровьесберегающего типа .*

совершенствование материально-технической базы ОУ;

разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования;

подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;

программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся

### **2 этап. Практический..**

-разработка программ деятельности здоровьесберегающего образовательного учреждения.

-совершенствование материально-технической базы ОУ: разработка программ школьных разновозрастных объединений, планов воспитательных работ с классом по направлению «здорового образа жизни», внедрение в практику работы педагогов здоровьесберегающих технологий;

-разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования, подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля обучающегося;

-профилактическая работа по предупреждению заболеваний: программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся;

-обеспечение качественного и рационального питания школьников и учителей;

-организация сотрудничества семьи и школы: систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;

-повышение психолого-педагогической компетентности педагогического коллектива: внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;

-организация и проведение спортивных праздников и соревнований с участием педагогов и родителей;

-организация и проведение различных внеурочных видов деятельности: дни здоровья, месячники, декады, акции по пропаганде здорового образа жизни, профилактике

-внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в ОУ;

разработка программы обучения педагогов технологиям здоровьесбережения и индивидуализации обучения;

-обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на уроках.

Работа педагогов всех МО школы по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения.

### **3 этап. Аналитический.**

Цель: анализ результатов выполнения программы.

Задачи:

- обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов эксперимента с поставленной целью;
- корректировка исследования описание хода и результатов эксперимента;
- оформление новых (авторских) программ, технологий и курсов;
- оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности.
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на уроках

Ответственные: Администрация, учителя-предметники, родители.

Проверка результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения;

Публикация полного пакета материалов функционирования собственного здоровьесберегающего ОУ.

### **Общее представление о здоровьесберегающей среде ГБОУ СОШ с.Александровка.**

Приоритетной задачей нашей школы, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни школьников.

*Соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм*

Учет возрастных особенностей обучающихся

Режим учебно-познавательной деятельности

Организация питания

Социально-педагогические условия обучения

*Слагаемые здоровьесберегающей среды:*

Родители, их взаимоотношения с ребенком

Школьная среда

Организация и содержание внеучебного времени

Педагогическая среда (конкретный процесс на уроках)

Психологическая среда (общение с учителями и учащимися)

Санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы)

### **Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья**

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

регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья обучающихся;

использование в школе рекомендованных методов профилактики заболеваний;

обсуждение данных мониторинга здоровья учащихся на педсоветах;

создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;

составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;

проведение физкультминуток;

гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;

четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;

планомерная организация питания учащихся;

реабилитационную работу.

*Блок просветительско-воспитательной работы* предполагает:

организацию «Дней здоровья», внеурочной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;

включение в воспитательный план образовательного учреждения мероприятий, направленных на формирование мотивации здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЗР, физической культуры).

*Блок рациональной организации учебного процесса* предполагает:

соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;

использование приемов индивидуализации обучения;

строгое соблюдение гигиенических требований к использованию технических средств в учебном процессе;

использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;

предупреждение проблем развития ребенка;

обеспечение адаптации на разных этапах обучения;

развитие познавательной и учебной мотивации;

формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;

совершенствование деятельности психолого - медико - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;

организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

*Блок организации физкультурно-оздоровительной работы* предполагает:

регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;

привлечение системы кружковой, внеклассной и внеурочной деятельности к формированию здорового образа жизни учащихся;

организация динамических перемен, физкультминуток на уроках;

эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (включая занятия ЛФК), родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

*Блок здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения* предполагает:

соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;

наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровьесберегающую работу;

оснащенность физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, школьной столовой.

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

проведение в образовательном учреждении постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;

повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения;

обеспеченность образовательным учреждением необходимой научно-методической литературой.

## Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности

### ГБОУ СОШ с. Александровка

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

Позиционирование школы в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения.

Вовлечение школы в сетевое взаимодействие системы здоровьесберегающих школ, научно-педагогических и общественных организаций.

Готовность учителей к участию в здоровьесберегающей работе.

Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования.

*Раздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.*

Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку, зданию школы.

Организация питания обучающихся.

Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму образовательного учреждения.

Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению.

Выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

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

Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса.

Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

Психологические основы здоровьесберегающей организации учебного процесса.

*Раздел 4. Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения.*

Состояние физкультурно-спортивного комплекса образовательного учреждения.

Организация уроков физического воспитания в образовательном учреждении.

Физическое воспитание в режиме дня школы.

Внеклассная физкультурно-спортивная работа.

Контроль за выполнением обучающимися образовательного учреждения нормативов двигательной активности.

Комплексная оценка физической подготовленности обучающихся образовательного учреждения.

*Раздел 5. Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов здорового образа жизни обучающихся.*

Организация образовательной работы в ОУ в рамках учебных дисциплин здоровьесберегающего блока.

Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся.

Участие обучающихся и их родителей в здоровьесберегающей работе образовательного учреждения.

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

Программа профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися.

Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде обучающихся.

Организация безопасной поддерживающей образовательной среды.

*Раздел 7. Организация комплексного сопровождения системы формирования здорового образа жизни обучающихся (система медицинского обслуживания обучающихся).*

Оценка комплексных показателей состояния здоровья обучающихся.

*Раздел 8. Организация системы мониторинга сформированности культуры здорового образа жизни обучающихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов).*

Программа диагностики психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья.

Программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся.

Оценка сформированности у обучающихся, их родителей и учителей школы мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации в форме отчетов образовательного учреждения.

### **Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения.**

*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.

Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций.

*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.

*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.

*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.

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

Организация просветительского лектория.

Культурно-массовые мероприятия.

Работа с семьей обучающегося ( пропаганда здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории).

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  |
|---|---|--|
| -знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;<br>-владение основами личной гигиены и здорового образа жизни. | -знание основ строения и функционирования организма человека;<br>-знание изменений в организме человека в пубертатный период;<br>-умение оценивать свое физическое и психическое состояние;<br>- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;<br>-поддержание физической формы;<br>- телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;<br>- гигиена умственного труда. | - стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;<br>- убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек;<br>- знание различных оздоровительных систем;<br>- умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;<br>-способность вырабатывать индивидуальный образ жизни;<br>- гигиена умственного труда. |

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

-культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);

-культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);

-культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями); культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их);

Базовыми компонентами на всех уровнях образования 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;
- 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.

### **Основные направления работы:**

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей;
- подготовка педагогов по вопросам охраны здоровья детей;
- обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи;
- введение в содержание воспитания и образования детей занятий о своём здоровье и навыков ценностного отношения к нему;
- обеспечение двигательной активности детей;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи детям;
- пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, агитбригады, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЗР, физической культуры);
- широкое привлечение учащихся и их родителей к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы;
- развитие школьной здоровьесберегающей инфраструктуры.

### **Формы работы:**

Учет состояния детей: Анализ медицинских карт учащихся. Определения группы здоровья. Учет посещаемости занятий. Контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

Физическая и психологическая разгрузка учащихся: Организация работы спортивных секций, кружков, клубов. Проведение дополнительных уроков физической культуры. Динамические паузы. Индивидуальные занятия. Организация спортивных перемен. Дни здоровья. Физкультминутки для учащихся. Организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.

Урочная и внеурочная работа. Открытые уроки учителей физкультуры, ОБЗР. Открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности. Спортивные кружки и секции: баскетбол, футбол, лыжная подготовка, волейбол.

| № | Мероприятия | Ответственные исполнители | Сроки | Планируемый результат и |
|---|-------------|---------------------------|-------|-------------------------|
|---|-------------|---------------------------|-------|-------------------------|

|   |  |   |                          | выполнение   |
|---|--|---|--------------------------|--|
| <b>1. Медицинское направление.</b>      |  |   |                          |  |
| 1.1.                                    | Медико-педагогическая экспертиза:<br>-анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе;<br>-выявление учащихся специальной медицинской группы;<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. |
| 1.3.                                    | Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.   | Учитель физической культуры.  | ежегодно                 | План медосмотров                                       |
| 1.4.                                    | Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.  |   | ежегодно                 | План прививок  |
| 1.5.                                    | Анализ случаев травматизма в школе.  | Заместитель директора по УВР  | ежегодно                 | Материалы отчетов                                      |
| 1.6.                                    | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.  | Классные руководители, заместитель директора                            | ежедневно                | Материалы отчетов                                      |
| 1.7.                                    | Контроль за качеством питания и питьевым режимом.  | Директор, зам. директора по УВР<br>представители родительского комитета | ежедневно в течение года | Материалы отчетов                                      |
| 1.8.                                    | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям.  | Администрация школы   | ежедневно в течение года | Материалы отчетов                                      |
| 1.9.                                    | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)  | Заместитель директора по УВР  | ежегодно                 | Анализ расписания.                                     |
| 1.10                                    | Постоянный контроль за школьной столовой.  | Администрация школы, совет родителей.                                   | ежедневно в течение года | Материалы отчетов                                      |
| <b>2. Просветительское направление.</b> |  |   |                          |  |
| 2.1.                                    | Организация просветительской работы с родителями (лекторий).   | Классные руководители, заместитель директора                            | ежегодно                 | график проведения лектория                             |
| 2.2.                                    | Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.   | Классные руководители, заместитель директора                            | ежегодно                 | тематика лектория                                      |
| 2.3.                                    | Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.  | Администрация школы, КР   | ежегодно                 | план работы  |
| 2.4.                                    | Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.  | Администрация школы   | ежегодно                 | план работы  |

|           |   |                              |                |                              |
|-----------|---|------------------------------|----------------|------------------------------|
| 2.5.      | Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»  | Заместители директора по УВР | ежегодно       | протокол педсовета           |
| 2.6.      | Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ).  | Заместитель директора по УВР | ежегодно       | план работы                  |
| 2.7.      | Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.   | Заместитель директора по УВР | ежегодно       | план работы                  |
| 2.8.      | Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЗР, 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 по экспериментальным программам:<br>- определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей;<br>- изучение умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах;<br>- изучение психологических возможностей и готовности детей к школе;<br>- выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения;<br>- разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения. | Классные руководители        | ежегодно       | диагностические исследования |
| 3.2.      | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.  | учителя-предметники          | ежегодно       | планы уроков                 |
| <b>4.</b> | <b>Спортивно-оздоровительное направление.</b>   |                              |                |                              |
| 4.1.      | Организация спортивных мероприятий, работы школьного спортивного клуба «Олимпиец»   | учитель физической культуры  | ежегодно       | план работы                  |
| 4.2.      | Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.   | заместитель директора по УВР | ежегодно       | план работы кружков и секций |
| 4.3.      | Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам спортивно- массовой оздоровительной работы.  | заместитель директора        | ежегодно       | план работы                  |
| <b>5.</b> | <b>Диагностическое направление</b>  |                              |                |                              |
| 5.1.      | Мониторинг состояния здоровья детей.  | Психолог,                    | ежегодно       | результаты                   |

|      |  |                           |          |                    |
|------|--|---------------------------|----------|--------------------|
|      |  | классные<br>руководители. |          | мониторинга        |
| 5.2. | Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития». | психолог                  | ежегодно | материалы семинара |

### **План деятельности по реализации программы.**

#### **Ежегодный примерный календарный план реализации программы «Здоровья».**

Мероприятия федерального календарного плана воспитательной работы.

7 апреля Всемирный день здоровья. 9 августа День физкультурника.

#### ***Сентябрь***

Организация дежурства по школе и по классам.

Начало работы кружков и секций, организация клубной деятельности.

Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровью и сбережению детей.

-Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровьесбережению.

-Организация питания учащихся.

-Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах «Уроки чистоты».

-Проведение внутришкольных и участие в муниципальных, областных спортивно-массовых соревнованиях и спартакиадах.

-Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма.

-Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.

-Участие в кроссах. Осенний кросс.

-Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).

-Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

-Организация работы спецгруппы.

#### ***Октябрь***

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

-Планирование занятости учащихся в каникулярный период.

-Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в городской спартакиаде.

-Проведение лекций, бесед, классных 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».

Экскурсии.

Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на местности.

-Физкультминутки и динамические паузы (систематически)

-Отчёты о проделанной работе по здоровью и сбережению.

#### ***Декабрь***

-Проведение открытых классных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.

-Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.

-Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).

-Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

*Январь*

-Классные 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. Всемирный день здоровья

*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.

-День здоровья.

-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.

-Презентация уроков чистоты.

*Июнь*

-Международный день защиты детей.

-Всемирный день защиты окружающей среды.

-Работа по плану летних каникул и лагеря дневного пребывания « Дружба»

| <b>План мероприятий программы «Здоровье»</b>  |  |                         |  |
|---|--|-------------------------|--|
| <b>№</b>  | <b>Наименование мероприятий</b>  | <b>Сроки проведения</b> | <b>Ответственный</b>                               |
| <b><i>Обеспечение медицинского сопровождения учебного процесса</i></b>  |  |                         |  |
| 1   | Организация медицинских профилактических осмотров детей и подростков   | Сентябрь                | Медработник ФАПА с.Александровка.                  |
| 2   | Организация диспансеризации детей подросткового возраста   | В течение года          | Классные руководители                              |
| 3   | Анализ состояния здоровья детей в ОУ, в том числе случаев травматизма  | Один раз в четверть     | Зам. директора по ВР, медработник.                 |
| <b><i>Создание условий, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья школьников средствами физической культуры</i></b> |  |                         |  |
| 1   | Обеспечение работы школьных спортивных секций.   | В течение года          | Учитель физической культуры, классные руководители |
| 2   | Обеспечение оптимального режима двигательной активности школьников (утренняя гимнастика, динамические паузы) в течение учебно-воспитательного процесса | в течение года          | Классные руководители, учителя физкультуры         |
| 3   | Участие в олимпиаде школьников по физической культуре, сдачи норм  | В течение года          | Классные руководители, учителя                     |

|   |   |                     |  |
|---|---|---------------------|--|
|   | ГТО, президентских состязаниях и т.д.   |                     | физкультуры  |
| <b>. Обеспечение питания школьников</b> |   |                     |  |
| 1                                       | Организация питания учащихся .  | Август              | Директор школы<br>Классные руководители                        |
| 2                                       | Реализация мероприятий по популяризации здорового питания среди школьников и их родителей | В течение года      | Заместитель директора по ВР, советник директора по воспитанию. |
| 3                                       | Проведение мониторинга организации школьного питания                                      | Один раз в четверть | Классные руководители.   |

**План мероприятий по профилактике вредных привычек и формированию навыков здорового образа жизни**

| <i>№</i>                  | <i>Наименование мероприятий</i>   | <i>Сроки проведения</i> | <i>Ответственный</i>   |
|---------------------------|---|-------------------------|--|
| <i>Работа с учащимися</i> |   |                         |  |
| 1.                        | Проведение профилактической беседы «Здоровье и школа: что нужно знать?»   | Сентябрь                | Классные руководители<br>советник директора по воспитанию.   |
| 2.                        | Индивидуальные и групповые психолого-педагогические консультации с учащимися «Телефон доверия»                          | В течение года          | Педагог-психолог   |
| 3.                        | Участие в акциях, конкурсах, выставках посвященных профилактике вредных привычек и формированию здорового образа жизни. | В течение года          | Заместитель директора по ВР, старшая вожатая, советник директор по воспитанию, классные руководители |
| 4.                        | Вовлечение учащихся в спортивные секции и кружки.   | В течение года          | Классные руководители<br>советник директора по воспитанию.   |
| 5.                        | Проведение мероприятий по проблеме употребления ПАВ.  | В течение года          | Заместитель директора по ВР  |
| 6.                        | Мониторинг употребления ПАВ   | Апрель                  | Педагог- психолог<br>Классные руководители   |
| 7.                        | Декада «Сохраним жизнь» (формирование жизнеутверждающих установок)  | Сентябрь                | Педагог-психолог советник директора по воспитанию.   |
| 8.                        | Всероссийская акция «День борьбы с алкогольной зависимостью»  | 9 сентября              | Заместитель директора по ВР, советник директор по воспитанию, классные руководители                  |
| 9.                        | Антинаркотический месячник:   | Октябрь-ноябрь          | Заместитель директора по ВР, Классные руководители   |
| 10.                       | Акция: «Нет – курению!»<br>Международный день отказа от курения   | Ноябрь                  | Советник директора по воспитанию, Заместитель директора по ВР,<br>Классные руководители              |

|                            |   |                |  |
|----------------------------|---|----------------|--|
| 11.                        | Проведение месячника: «Здоровый образ жизни»:   | декабрь        | Советник директора по воспитанию, Заместитель директора по ВР, Классные руководители                 |
| 12.                        | Конкурс рисунков «Правильное питание – залог здоровье»  | Январь-март    | Классные руководители  |
| 13.                        | Беседа о здоровом питании   | Январь         | Классные руководители  |
| 14.                        | Неделя профилактики негативных зависимостей   | Март           | Заместитель директора по ВР, старшая вожатая, советник директор по воспитанию, классные руководители |
| 15.                        | Всероссийский день Здоровья   | Апрель         | Учителя физкультуры, Классные руководители   |
| 16.                        | Круглый стол «Жизнь без сигарет, алкоголя, наркотиков - поговорим о преимуществах» 8-9 классы)  | Апрель         | Классные руководители  |
| 17.                        | Литературная игра: «Путешествие в страну «Здоровья»   | Апрель         | Библиотекарь   |
| 18.                        | Организация физкультурно – оздоровительных мероприятий (по школьному плану)   | В течение года | Заместитель директора по ВР, руководитель ШСК «Олимпиец»   |
| 19.                        | Проведение рейда «Подросток»  | В течение года | Классные руководители  |
| 20.                        | Организация работы лагеря с дневным пребыванием детей «Дружба»  | Апрель-май     | Заместитель директора по ВР, начальник лагеря  |
| 21.                        | Проведение тематических встреч, лекций, бесед с медицинским работником  | В течение года | Классные руководители, медицинские работники.  |
| <i>Работа с педагогами</i> |   |                |  |
| 1                          | «Круглый стол» для классных руководителей 7-9 классов по теме «Обеспечение условий правовой ответственности ОО в ситуации тестирования учащихся на предмет употребления ПАВ»  | сентябрь       | Зам директора по ВР, педагог-психолог  |
| 2                          | Практическое занятие «Система работы классного руководителя по профилактике правонарушений, экстремизма, безнадзорности, травматизма, вредных привычек и нарушений ПДД»   | октябрь        | Заместитель директора по ВР, Классные руководители, преподаватель ОБЗР                               |
| 4                          | Заседание ШМО классных руководителей<br>- «Профилактика вредных привычек и употребления ПАВ»<br>- Изучение опыта работы учителей школы по теме: « Современные формы работы классного руководителя по профилактике правонарушений, вредных привычек, | ноябрь         | Руководитель ШМО классных руководителей Педагог- психолог  |

|                            |   |                         |  |
|----------------------------|---|-------------------------|--|
| 5                          | экстремизма»<br>- «Использование здоровьесберегающих технологий в целях сохранения и укрепления здоровья учащихся в современной школе»                                      | апрель                  |  |
| <i>Работа с родителями</i> |   |                         |  |
| 1                          | Родительское собрание:<br>« Роль семьи в профилактике правонарушений»<br>«Профилактика интернет-рисков и угроз жизни детей и подростков»<br>«Профилактика вредных привычек» | Февраль                 | Классные руководители<br>советник директора по воспитанию. |
| 2.                         | Консультирование педагогов, родителей детей «группы риска»  | В течение учебного года | Психолог,<br>администрация школы                           |
| 3.                         | Родительские встречи «Психолого-педагогические основы профилактической работы с подростками, направленной на снижение риска вовлечения их в употребление ПАВ»               | Октябрь                 | Педагог-психолог   |
| 4.                         | Психологическое консультирование родителей, по вопросам профилактики зависимых состояний среди детей и подростков.  | В течение года          | Педагог- психолог  |
| 5.                         | Заседание Совета по профилактике  | Раз в четверть          | Администрация. советник директора по воспитанию.           |
| 6.                         | Беседы с родителями на тему «Как уберечь ребенка от вредных привычек»   | Декабрь                 | Педагог- психолог  |

***Развитие спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы среди детей и подростков.***

| №  | Мероприятия   | Сроки проведения         | Ответственные  |
|----|---|--------------------------|--|
| 1. | Дни здоровья.   | В течение года по плану. | Советник директора по воспитанию.<br>Классные руководители, родители, учитель физической культуры. |
| 2. | Спортивные праздники  | В течение года           | Учитель физической культуре.   |
| 3. | Спортивно-игровая программа «Говорим здоровью-ДА!»                                | Сентябрь                 | Учитель физической культуре.   |
| 4. | Проведение танцевального спортивного флешмоба                                     | Октябрь                  | Советник директора по воспитанию   |
| 5. | Мониторинг здоровья. Цифровая лаборатория.  | Ноябрь                   | Учитель биологии.<br>Кабинет «Гочка роста».  |
| 6. | Тематическая игровая программа Всемирный день здоровья "Мое здоровье - мое право" | Апрель                   | Учитель физической культуре.   |
| 7. | ВФСК "Готов к труду и обороне" ГТО  | В течение года           | Учитель физической культуре.   |
| 8. | «Веселые старты».   | Сентябрь,                | Учитель физической культуре.   |

|     |  |                |   |
|-----|--|----------------|---|
|     |  | январь, май    |   |
| 9.  | Участие в Международной акции «10 000 шагов к жизни»   | февраль        | Советник директора по воспитанию                    |
| 10. | Проведение конкурсов плакатов и рисунков о ЗОЖ Выставка детских рисунков «Здоровье - это здорово!» | В течение года | Учитель физической культуры, классные руководители. |

### Циклограмма проведения Дней здоровья в ГБОУ СОШ с.Александровка

| №  | Мероприятия  | Сроки проведения | Участники  | Ответственные.   |
|----|--|------------------|--|--|
| 1. | День здоровья. «Здравствуй школа!» Спортивный праздник, посвященный началу учебного года .<br>Общешкольный легкоатлетический кросс «Золотая осень» «Кросс Нации»   | Сентябрь         | Обучающиеся 1-9 классов<br>Родители.                       | Советник директора по воспитанию.<br>Классные руководители, родители, учитель физической культуры. |
| 2. | День здоровья.<br>Спортландия «Самый, самый...»<br>Спортивный праздник «Малые Олимпийские игры»<br>Школьная спартакиада по баскетболу.   | Октябрь          | Обучающиеся 1-9 классов.                                   | Классные руководители, родители, учитель физической культуры.                                      |
| 3. | День здоровья.<br>Квест «Здоровый образ жизни – выбор молодых!»<br>Физкультурный праздник «Веселые ребята»<br>«День рекордов»  | Ноябрь           | Обучающиеся 1-9 классов.                                   | Советник директора по воспитанию.<br>Классные руководители, родители, учитель физической культуры  |
| 3  | День здоровья.<br>Спортивная игровая программа "Забавы зимушки - зимы"<br>День биатлониста (соревнования по лыжным гонкам, биатлон со снежками, игры на санках, метание снежков в цель и др.)<br>Акция «Школьный каток.<br>Соревнования по хоккею. | Январь           | Обучающиеся 1-9 классов<br>Классные руководители, родители | Советник директора по воспитанию.<br>Классные руководители, родители, учитель физической культуры  |
| 4  | День здоровья.<br>1. Спортивные праздники, посвящённые Дню защитников Отечества, военно-спортивная игра, «Зарница», «Зарничка»<br>Спортивные соревнования «Февральские старты» .<br>Спортивные соревнования «Лыжники: на старт!»                   | Февраль          | Обучающиеся 1-9 классов<br>Классные руководители, родители | Советник директора по воспитанию.<br>Классные руководители, родители, учитель физической культуры  |

|     |  |                |  |  |
|-----|--|----------------|--|--|
| 5.  | День здоровья.<br>Школьный этап «Президентские спортивные игры»  | Март           | Обучающиеся<br>1-9классов<br>учитель<br>физической<br>культуры                     | Советник директора по воспитанию.<br>Классные руководители, родители, учитель физической культуры. |
| 6.  | Всемирный день здоровья.<br>Марафон здоровья: «Чтобы тело и душа были молоды»,<br>(по отдельному плану)<br>Всероссийский открытый урок «Будь здоров!».   | Апрель         | Обучающиеся<br>1-9 классов,<br>Родители.   | Советник директора по воспитанию.<br>Классные руководители, родители, учитель физической культуры. |
| 7.  | День Здоровья.<br>«Кросс Победы»<br>Спортивный праздник «Олимпийские надежды» .<br>Спортивные соревнования «Играй и побеждай!» .   | Май            | Обучающиеся<br>1-9 классов<br>Родители.  | Советник директора по воспитанию.<br>Классные руководители, родители, учитель физической культуры  |
| 8.  | День Здоровья.<br>Летний лагерь « Дружба»<br>Внутришкольные соревнования «Лето с футбольным мячом».<br>Спортивно-экологическая игра «Защитим природу вместе!»<br>Спортивный праздник «Богатыри» и «Силачи»<br>Спортивные состязания «Стремительный мяч». | Июнь           | Советник<br>директора по<br>воспитанию.<br>Обучающиеся<br>1-9 классов.<br>Родители | Классные руководители, родители, учитель физической культуры                                       |
| 9.  | Спортивно-массовые мероприятия ДЮСШ, комитета молодежи и спорта Ставропольского района   | В течение года | Советник<br>директора по<br>воспитанию.<br>Обучающиеся<br>1-9 классов.             | Классные руководители, родители, учитель физической культуры                                       |
| 10. | Сдача норм ВФСК "ГТО"  | В течение года | Обучающиеся<br>1-9 классов.  | Классные руководители, родители, учитель физической культуры.                                      |

### План проведения Всемирного Дня Здоровья. 7 апреля.

| №  | Мероприятия   | Классы     |
|----|---|------------|
| 1. | Утренняя зарядка. Спортивный флеш-моб «Наша планета-наше здоровье»  | 1-9 классы |
| 2. | «Здоров будешь - всё добудешь» Спортивная программа, посвященная Всемирному дню здоровья (спортивные состязания, эстафета.) | 1-9 классы |
| 3. | Общешкольная акция «Я за здоровый образ жизни потому, что...»   | 1-4 классы |
| 4. | «Здоровый Я - здоровая страна». Выставка рисунков   | 1-6 классы |

|    |   |            |
|----|---|------------|
| 5. | Динамическая перемена «Играй вместе с нами»<br>.Физкультминутки волонтеров. | 1-9 классы |
| 6. | «Вперёд к рекордам» - игровая программа                                     | 1-9 классы |
| 7. | Беседа «Олимпийские игры – символ спорта и мира».<br>Викторина.             | 5-7 классы |
| 8. | Награждение победителей, активных участников Дня<br>здоровья.               | 1-9 классы |

### **Планируемые результаты реализации программы «Здоровье».**

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 и личностного развития 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.

Обеспечено участие.

4. Участие во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания»

5. Участие во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские спортивные игры»

6. Участие во Всероссийских спортивных соревнованиях Школьных спортивных клубов.

7. Участие во Всероссийской военно-патриотической игре «Зарница 2.0.»

8. Отсутствие в течение учебного года фактов травматизма среди обучающихся во время образовательного процесса.

9. Отсутствие в течение года фактов нарушений учащимися правил дорожного движения.

10. Отсутствие в течение года дорожно-транспортных происшествий по вине учащихся.

Критерии и показатели оценки реализации Программы развития.

| <b>Магистральное направление «Здоровье»</b>   |                |                |                |
|---|----------------|----------------|----------------|
|   |                |                |                |
| Доля обучающихся образовательных организаций, охваченных горячим питанием, от общей численности обучающихся 5-9 классов   | 92 %           | 93%            | 100%           |
| Отсутствие в течение учебного года фактов травматизма среди обучающихся во время образовательного процесса  | отсутствие     | отсутствие     | отсутствие     |
| Удельный вес обучающихся, занимающихся (в школе и вне школы) в объединениях спортивной, туристическо-краеведческой, иной направленности, обеспечивающей двигательную активность и формирование навыков ЗОЖ, в общей численности обучающихся | 100 %          | 100 %          | 100 %          |
| Доля обучающихся-участников движения ВФСК «ГТО» в отчетном учебном году, в общей численности обучающихся  | 90%            | 100%           | 100%           |
| Доля обучающихся, успешно выполнивших нормы ВФСК «ГТО» в отчетном учебном году (бронзовый, серебряный, золотой знаки отличия), в общей численности обучающихся  | не менее 30 %  | не менее 35 %  | не менее 40 %  |
| Участие во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания»   | участие        | участие        | участие        |
| Доля обучающихся, посещающих спортивный клуб.   | 40%            | 45%            | 50%            |
| Диверсификация деятельности школьных спортивных клубов (ШСК) (по видам спорта)  | 5 видов спорта | 6 видов спорта | 6 видов спорта |