

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 7»

Программа здоровьесбережения

**Будем здоровы!**

на 2020-2025 учебные годы

## Содержание программы

1.	Паспорт программы	3
2.	Пояснительная записка	5
3.	Концепция программы	6
4.	Цели и задачи программы	7
5.	Основные направления деятельности программы	9
6.	Принципы и задачи учителей по реализации программы	10
7.	Здоровьесберегающие образовательные технологии	11
8.	Модель личности ученика и предполагаемый результат	13
9.	Критерии эффективности и методы контроля над реализацией программы	14
10.	План по реализации на 2020-2024 уч.г. программы «Будем здоровы!»	16
11.	Список используемой литературы	20
12.	Приложение 1-9	

## Паспорт программы

<b>Полное наименование</b>	Здоровьесберегающая программа “Будем здоровы!”
<b>Исполнители</b>	Администрация школы, учителя-предметники, социальный педагог, педагог-психолог, классные руководители, медицинский работник.
<b>Период и этапы реализации программы</b>	2020-2025 уч.г. Первый этап – организационный: 2020-2021 уч.г. Второй этап – апробационный: 2021-2024 уч. г. Третий этап –аналитический: 2024-2025 уч. г.
<b>Цель программы</b>	Создание здоровьесберегающей среды для формирования психически здорового, социально-адаптированного, физически развитого выпускника.
<b>Основные задачи программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация педагогического процесса, направленного на формирование и развитие у учащихся образовательной деятельности, позитивной, устойчивой ориентации на сохранение здоровья, как необходимого условия жизнеспособности.</li> <li>2. Создание в школе организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса.</li> <li>3. Развитие материально-технического и информационного обеспечения деятельности по приобщению учащихся к здоровому образу жизни.</li> <li>4. Проведение различного рода тематических мероприятий с целью предупреждения негативных явлений среди обучающихся.</li> </ol>
<b>Нормативная база</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Конвенция о правах ребенка.</li> <li>✓ Федеральный закон № 3266-1 от 10.06.92 «Об образовании» (в ред. ФЗ от 13.01.96 №12- ФЗ, от 16.11.1997 № 144-ФЗ, от 20.07.2000 № 102-ФЗ, от 07.08.2000 № 122-ФЗ)</li> <li>✓ Федеральный закон от 24.07.98 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 20 июля 2000 г.).</li> <li>✓ Федеральный закон №38 –ФЗ от 30.03.1995. «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека ( ВИЧ – инфекции)».</li> <li>✓ Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, основного</li> </ul>

	<p>общего образования.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;</li> <li>✓ СанПиН 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»</li> <li>✓ СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в ОУ, учреждениях начального и среднего профессионального образования»</li> </ul>
<b>Ожидаемые конечные результаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Эффективное решение проблем, возникающих у детей группы риска в обучении, общении и психическом состоянии;</li> <li>✓ Доверие к окружающим через принятие себя и нормализация межличностных отношений;</li> <li>✓ Снижение риска употребления ПАВ;</li> <li>✓ Снижение уровня тревожности обучающихся в образовательном процессе и повышение мотивации к обучению детей;</li> <li>✓ Формирование социальных и коммуникативных компетенций;</li> <li>✓ Адаптация обучающихся в классном коллективе, вовлечение в общественную жизнь;</li> <li>✓ Повышение уровня самоорганизации и воспитанности;</li> <li>✓ Рост достижений обучающихся.</li> </ul>
Разработчики программы	Дубасова Т.Н., Захарова С.М., Титова Т.А., Шеманчук Г.А.
Фамилия, имя, отчество, должность, телефон руководителя ОУ	Мананников Евгений Владимирович – директор МКОУ «СОШ №7» гп Талинка, Октябрьский район, ХМАО-Югра 8(34672)49915
Сайт школы в Интернете	<a href="http://www.86talsch-okt.edusite.ru">www.86talsch-okt.edusite.ru</a>
Постановление об утверждении программы	Программа согласована с Управляющим советом школы и утверждена на Управляющем совете школы

## 2. Пояснительная записка.

Общеизвестно, что уровень здоровья человека зависит от многих факторов: наследственных, социально-экономических, экологических, деятельности системы здравоохранения. В последние десятилетия отмечается ухудшение состояния общественного здоровья, связанное с воздействием факторов социально-экономического и экологического характера. Условия Севера создают для растущего организма дополнительные сложности, а именно: климатические и экологические условия оказывают существенное влияние на ростовые процессы, способствуют развитию дезадаптивных реакций, как следствие, ведут к росту заболеваемости. Длительное воздействие «термальных стрессов», укороченный световой день и продолжительный период «Биологической темноты», повышенная активность космических излучений и магнитных полей, близкое расположение от поверхности почвы слоя вечной мерзлоты оказывают задерживающее влияние на темпы морфофункционального развития и ухудшают здоровье детей. При этом состояние здоровья детей, проживающих в условиях Севера, характеризуется ежегодным ростом заболеваемости, увеличением числа лиц с хроническими заболеваниями.

Когда речь заходит о здоровье, сразу вспоминаются меры профилактики, которые можно применять, чтобы сохранить здоровье. Но профилактика это не только предупреждение чего-либо, сколько активный процесс создания условий и формирования личностных качеств, поддерживающих физическое и психическое благополучие. Состояние здоровья человека можно оценить по тем признакам: соматическому, подразумевающему гармонию физиологических процессов и максимальную адаптацию организма к окружающей среде; социальному, определяющему меру трудоспособности и социальной активности; и личностному, характеризующему стратегию жизни человека, степень его устойчивости перед обстоятельствами жизни.

Первостепенная роль в сохранении и формировании здоровья все же принадлежит самому человеку, его образу жизни, его ценностям, установкам. Здоровый образ жизни - это поведение и мышление человека, обеспечивающее ему охрану и сохранение здоровья. В связи с этим укрепление и творение здоровья должно стать потребностью и обязанностью каждого человека. Одной из приоритетных целей модернизации образования является сохранение и укрепление здоровья всех участников учебного процесса в школе.

Ведущей задачей школьной программы развития становится оптимизация системы интеллектуального и психологического сопровождения учебного процесса, создание условий для физического развития личности, ведущей здоровый образ жизни на основе российских патриотических традиций.

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. 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. Актуальной становится необходимость формирования здорового образа жизни родителей, создание ситуации сотрудничества, установки ответственности родителей по отношению к проблемам социализации, развития и воспитания детей. Следовательно, перспективность преобразований, проводимых в сфере формирования здорового образа жизни, невозможна без грамотной программы действий, по которой живет и работает школа.

### **3. Концептуальные позиции создания здоровьесберегающего пространства.**

Методологические позиции	Содержательные положения
Миссия	Сохранение здоровья детей в период увеличения интеллектуальной нагрузки в школе
Движущие силы	<i>Внутренние:</i> мотивация школьников на основе посильного и «доброжелательного» образования; <i>Внешние:</i> комплексное взаимодействие духовной, интеллектуальной, эмоциональной, физической составляющих личности ребёнка
Условия	Построение здоровьесберегающего режима жизнедеятельности с опорой на образовательный процесс, разработка и апробация программ для разных категорий учащихся, построение урока или занятия с учётом здоровьесберегающих технологий, объединение внутренних ресурсов школы и внешних партнёров
Способ достижения цели	Поэтапное изменение во всех компонентах системы
Взаимоотношения во внешнем пространстве	Согласованное в целеполагании взаимодействие с социально-педагогическими партнёрами из учреждений дополнительного образования, здравоохранения, правоохранительных органов и др. и контроль за получением результата
Взаимоотношения во внутренней среде	Создание множества здоровьесберегающих пространств школьников в соответствии с их личностными возможностями

Риски	Отсутствие ресурсных возможностей для создания множества здоровьесберегающих пространств и функционирования в условиях школы
Формы	Урочная, внеурочная, дополнительная деятельность
Критерии	Сформированность адаптивной образовательной среды, принятие всеми участниками образовательного процесса принципов гуманистического образования в обучении и воспитании учащихся, наличие здоровьесберегающего пространства в школе
Показатели	Уровень адаптации школьников к образовательной среде (доброжелательность, отсутствие агрессии, нацеленность на позитивное созидание), степень осознанности принятия информации по здоровому образу жизни, способность применять полученную информацию в своей жизни, следование принципам

#### **4. Цели и задачи программы**

**Цель программы:** создание здоровьесберегающей среды для формирования психически здорового, социально-адаптированного, физически развитого обучающегося.

##### **Задачи:**

1. Организация педагогического процесса, направленного на формирование и развитие у учащихся образовательной деятельности, позитивной, устойчивой ориентации на сохранение здоровья, как необходимого условия жизнеспособности, что реализуется в педагогическом процессе:

- способности к позитивному самосознанию в различных жизненных обстоятельствах, уверенности в себе, развитию чувства компетентности.

- мотивация укрепления здоровья, посредством установки на ценность здоровья, приобретение знаний о здоровом образе жизни, овладение способами, охраняющими здоровье учащихся, умение применять формы сохранения здоровья к особенностям своего организма.

- культура здорового образа жизни, направленное на ответственное отношение к своему здоровью, окружающих, сохранить природный потенциал, гармонизацию личности.

2. Создание в школе организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесберегающих технологий, учитывая индивидуальные показания участников учебного процесса, обеспечив целостность образовательной системы: личностно-деятельностные, учебно-методические, дидактические, информационно-коммуникативные формы.

3. Развитие материально-технического и информационного процесса.
4. Проведение различного рода тематических мероприятий с целью предупреждения негативных явлений среди обучающихся.

**В основу программы легли следующие предпосылки:**

Детский и подростковый возраст является для человека основополагающим и определяющим дальнейшую его жизнь. Это период интенсивного роста организма, формирования соматических структур и функций, обеспечивающих пожизненные свойства систем адаптации, защиту от заболеваний и самореализацию человека. В данный период закладываются все структурно-функциональные элементы и ценностные ориентации, определяющие направление формирования личностных качеств.

Программа предполагает создание и развитие единой системы здоровьесберегающих технологий в школе, формирование единых ценностных установок.

**Роль родителей, семьи** в укреплении здоровья детей должна неуклонно возрастать. Родители должны своим примером показывать ценность здоровья и здорового образа жизни. Родители должны хорошо знать физическое состояние своих детей, контролировать состояние их здоровья, ввести и пропагандировать здоровый образ жизни. Для этого необходимо взаимодействие семьи и учителей, для пропаганды здорового образа жизни в семье, профилактики негативных явлений в семье ученика.

**Факторы, негативно влияющие на здоровье ребенка.**

Многолетние исследования Института возрастной физиологии РАО позволили выявить школьные факторы, которые негативно сказываются на росте, развитии и здоровье детей.

Среди ряда причин, вызывающих нарушение здоровья школьников, выделяется чрезмерная занятость; высокие учебные нагрузки; несоответствие между требованиями и индивидуальными возможностями ребенка; школьные стрессы; гиподинамия; чрезмерное увлечение компьютером.

В структуре заболеваемости учеников МКОУ СОШ № 7 преобладают болезни глаз, эндокринной и нервной систем, а также нарушения опорно-двигательного аппарата.

За период обучения в школе, согласно результатам медицинских осмотров, состояние здоровья школьников ухудшается в 4–5 раз, возрастает число хронически больных. За 2019-2020 год количество обучающихся, поставленных на диспансерный учет, увеличилось почти в 2 раза. К 11 классу каждый четвертый выпускник имеет нарушения сердечно-сосудистой системы, более 65% - нарушение зрения /близорукость/, нарушение осанки. За последние годы у школьников отмечается рост заболеваемости системы кровообращения на 16%, органов пищеварения на 15%, опорно-двигательного аппарата на 15%, мочеполовой системы на 12% /по данным Госкомсанэпиднадзора.



Здоровьесбережение в образовательном процессе не ограничивается сохранением только соматического состояния школьников. Определённое число учащихся в процессе учебной деятельности пребывает в состоянии хронического утомления, ведущего к хроническому заболеванию.

## **5. Основные направления деятельности программы:**

### **1. Медицинское направление включает (Приложение 1):**

- создание соответствующих санитарно-гигиенических условий, согласно требованиям САНПиНа, для обучения и воспитания учащихся;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий, соблюдение режима дня;
- постоянное поддержание санитарно-гигиенического состояния школы,
- проведение физкультминуток на уроках;
- организация питания школьников;
- диспансеризации учащихся и сотрудников школы;
- профилактика заболеваний /прививки, осмотры врачами/.

### **2. Просветительское направление (Приложение 2. План мероприятий):**

- организация деятельности с учащимися, родителями, сотрудниками школы по профилактике негативных явлений и зависимостей /алкоголизм, наркомания, табакокурение, сквернословие и т. д./;
- пропаганда здорового образа жизни /тематические классные часы, лекции, конкурсы, акции, недели по профилактике негативных явлений/, пропаганда физической культуры, пропаганда здорового образа жизни через уроки /химии, биологии, физкультуры, географии, экологии, ОБЖ и других предметов/, разработка и защита учебных проектов по ЗОЖ;
- сотрудничество со специалистами БУ «Няганская городская поликлиника», муниципальной Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав при администрации Октябрьского района, органов МВД Октябрьского района по профилактике девиантного поведения детей и подростков.

### **3. Психолого-педагогическое направление (Приложение 3. План работы педагога-психолога)**

- Диагностическая деятельность: выявление особенностей психического развития обучающихся, определение сформированности определенных психологических новообразований.

- Консультационно-просветительская работа: формирование и развитие психолого-педагогической компетентности педагогических и административных работников, учащихся и родительской общественности.
- Профилактическая работа: информированность педагогов, родителей и учащихся о возможных способах обеспечения решения проблем состояния психического здоровья детей и подростков.
- Коррекционно-развивающая деятельность: создание социально-психологических условий для целостного психологического развития ребенка по результатам психодиагностики.
- Аналитическая деятельность: результативность психолого-педагогического сопровождения.
- Организационно-методическая работа: анализ и планирование деятельности, курсы повышения квалификации, анализ научной и практической литературы для подбора инструментария, разработки развивающих и коррекционных программ, участие в научно-практических семинарах, конференциях, совещаниях и педсоветах.
- Социально-диспетчерская деятельность: получение всеми участниками образовательного процесса социально-психологической помощи, выходящей за рамки профессиональной компетенции школьного педагога-психолога, от специалистов иного профиля.
- Экспертная работа: участие в консилиумах, комиссиях, административных совещаниях по принятию решений, требующих психологического разъяснения ситуации, разработка и внедрение системы оценки достижения планируемых результатов.

**4. Спортивно-оздоровительное направление** (*Внутришкольная спартакиада учащихся Приложение 4.; План спортивно-оздоровительных мероприятий, Приложение 5. Программа летнего оздоровительного отдыха Приложение 9.):*

- организация спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний, пропаганды и приобщения к здоровому образу жизни;
- привлечение системы кружковой, внеклассной, внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- привлечение учащихся, родителей, сотрудников к физической культуре и спорту, различным формам, в том числе соревнованиям оздоровительной работы;
- организацию летней оздоровительной кампании на базе школы с привлечением социальных партнеров.

**5. Диагностическое направление включает** (*Приложение 6):*

- проведение мониторинга за состоянием здоровья учащихся, где выявляется общее состояние здоровья, хронические заболевания;
- текущая заболеваемость, в том числе скрытая /родители ребенка не обращаются к врачу, ребенок находится дома 1-2 дня/;

-режим дня, питание, бытовые условия, школьная занятость дополнительными занятиями.

## **6. Принципы и задачи учителей по реализации Программы.**

Каждый учитель ставит перед собой цель – обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить применять эти знания в повседневной жизни.

В своей работе учителя придерживаются следующих **принципов**:

1.Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебно-воспитательного процесса. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, индивидуальный подход, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.

2.Творческий характер образовательного процесса. Обучение без творческого заряда неинтересно, а значит, в той или иной степени, является насилием над собой и другими. Возможность для реализации творческих задач достигается использованием на занятиях, уроках и во внеурочной работе активных методов и форм обучения.

3.Обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок - субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга не в ущерб здоровью.

4. Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций. Прежде всего имеется в виду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия в материальном плане по материализованной программе к речевому и умственному планам выполнения действия, переход от развернутых поэтапных действий к свернутым и автоматизированным.

5.Учет системного строения высших психических функций. При формировании базовых функций педагогу важно принимать во внимание все входящие в данную функцию компоненты, их готовность к формированию новой функции.

6.Предпочтение значимого осмысленного содержания при освоении нового материала, обучение "по единицам, а не по элементам", принцип целостности.

7.Осознание ребенком успешности в любых видах деятельности. Педагогу нет необходимости быть необъективным - он может выделить какой-то кусочек или аспект работы, похвалить за старание в определенный период времени.

8.Рациональная организация двигательной активности. Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой

адаптации ребенка к условиям школы: снижаются общая заболеваемость, обострение хронических заболеваний, пропуски по болезни.

9. Обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, смена произвольной и эмоциональной активации необходимо во избежание переутомления детей.

10. Обеспечение прочного запоминания. Научно обоснованная система повторения - необходимое условие здоровьесберегающих технологий.

#### **Перед учителем стоят следующие задачи:**

- ✓ пройти необходимое повышение квалификации по вопросам здоровья, здоровьесберегающих образовательных технологий (ЗОТ);
- ✓ начать целенаправленную реализацию ЗОТ в ходе проведения учебных занятий и внешкольной работы, с учащимися, отслеживая получаемые результаты с помощью объективных методов оценки;
- ✓ содействовать формированию в своем образовательном учреждении здоровьесберегающей образовательной среды как эффективному взаимодействию всех членов педагогического коллектива, учащихся и их родителей для создания условий и реализации программ, направленных на сохранение, формирование и укрепление здоровья.

### **7. Здоровьесберегающие технологии**

**Здоровьесберегающие технологии по характеру действия делятся на 4 группы (Приложение 7.):**

- ✓ *Защитно-профилактические*: выполнение норм САНПиН, проведение прививок, ограничение предельного уровня учебной нагрузки;
- ✓ *Компенсаторно-нейтрализующие*: восполнение недостатка того, что требуется организму для полноценной жизнедеятельности (витаминация, физкультпаузы, эмоциональные разрядки).
- ✓ *Стимулирующие*: позволяющие активизировать силы организма (закаливание, педагогическая психотерапия)
- ✓ *Информационно-просветительские*: обеспечение учащихся уровнем грамотности, необходимым для эффективной заботы о здоровье.

### **Внеурочная деятельность**

**Организация внеурочной деятельности здоровьесберегающих технологий включает:**

- проведение двигательных и спортивно-оздоровительных мероприятий: гимнастика до занятий, физкультминутки, игры на переменах, флешмобы и т. д.;
- проведение внеклассных мероприятий по формированию здорового образа жизни: участие в конкурсах, акции «Мы за здоровый образ жизни!»,

- просветительские мероприятия: тематические лекции с привлечением специалистов, просветительские акции, тематические недели под руководством учителей, подготовка информационных тематических листовок, подготовка школьных выставок по тематике, классные часы.

Вся воспитательная работа направлена на сохранение и укрепление нравственного, психоэмоционального, физического здоровья детей, на формирование сознательного отношения к утверждению здорового образа жизни и нравственного поведения.

В дополнительном образовании предусмотрены различные кружки и секции по различным направлениям, в том числе:

- художественно-эстетические, дают возможность эмоционально-психологически расслабиться учащемуся, развивать мелкую моторику, организовывать внимание, учиться усидчивости.
- спортивно-оздоровительные секции дают возможность снять стресс после учебного дня, укрепить здоровье, вести активный образ жизни.

## **8. Модель личности ученика и предполагаемый результат.**

### **Ожидаемые результаты.**

Создание адаптированной среды	Принятие принципов здоровьесберегающих технологий всеми участниками образовательного процесса	Создание здоровьесберегающего пространства, модель личности ученика
Разработка программ для разных категорий учащихся /инвалидов, группы риска, немотивированных, одаренных/	-Анализ работы учителей с позиции здоровьесберегающих технологий, -Анкетирование школьников	-Мониторинг психо-эмоционального, физического здоровья учеников, -Анализ взаимодействия школы и партнеров по созданию здоровьесберегающего пространства, -Модель личности ученика

## Прогнозируемая модель модель личности ученика

Модель выпускника первой ступени обучения	Модель выпускника второй ступени обучения	Модель выпускника третьей ступени обучения
<p>- знание основ личной гигиены;</p> <p>- выполнение правил гигиены;</p> <p>- владение основами здорового образа жизни.</p>	<p>- знание основ строения и функционирования организма человека;</p> <p>- знание изменений в организме человека в пубертатный период;</p> <p>- умение оценивать свое физическое и психическое состояние;</p> <p>- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;</p> <p>- поддержание физической формы;</p> <p>- гигиена умственного труда.</p>	<p>- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;</p> <p>- убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек;</p> <p>- знание различных оздоровительных систем;</p> <p>- умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;</p> <p>- способность вырабатывать индивидуальный образ жизни;</p> <p>- гигиена умственного труда.</p>

### 9. Критерии эффективности и методы контроля

**Критериями эффективности** реализации программы являются:

- ✓ положительная динамика состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в МКОУ СОШ № 7;
- ✓ сформированность у всех категорий педагогических работников единых ценностных подходов к сохранению и укреплению здоровья учащихся.
- ✓ сформированность ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья у детей и подростков, наличие навыков здорового образа жизни;
- ✓ удовлетворённость организацией образовательного процесса и условиями обучения со стороны учащихся и их родителей;

✓ организация в школе здоровьесберегающего целесообразного режима функционирования и организации образовательного процесса.

### **Методы и формы контроля над реализацией программы**

Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Ответственность за реализацию программы возлагается на заместителя директора по воспитательной работе Прядко Л.И.

- ✓ 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;
- ✓ проведение заседаний Методического совета школы;
- ✓ создание методической копилки опыта;
- ✓ сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.

**10. План по реализации Программы «Будем здоровы!»  
на 2020-2024 уч.г.**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Ответственные исполнители</b>	<b>Сроки</b>	<b>Планируемый результат и выполнение</b>
<b>1. Медицинское направление.</b>				
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; - выявление учащихся специальной медицинской группы; - ведение строгого учета детей по группам здоровья. - формирование групп здоровья по показателям.	Фельдшер	ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2.	Проведение диспансеризации сотрудников и учащихся школы.	Фельдшер	ежегодно	
1.3.	Проведение медицинского осмотра учащихся 9-х, 11-х классов.	Педиатр	ежегодно	план медосмотров
1.4.	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.	Фельдшер	ежегодно	план медосмотров
1.5.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	Фельдшер	ежегодно	план прививок
1.6.	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах.	Фельдшер школы, классный руководитель	ежегодно	классные журналы
1.7.	Анализ случаев травматизма в школе.	Зам.директора по ВР	ежегодно	материалы отчетов
1.8.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководит	ежегодно	материалы отчетов



		ели, фельдшер		
1.9.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Фельдшер школы	ежедневн о в течение года	
1.10.	Осмотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> <li>• проветривание;</li> <li>• освещение;</li> <li>• отопление</li> <li>• вентиляция</li> <li>• уборка</li> </ul>	Зам. директора по АХЧ, фельдшер школы, учителя	ежедневн о в течение года	
1.11.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок, объема домашних заданий, (соблюдение требований СанПиНа)	Ответстве нный за расписани е, заместите ль директора по УВР	ежегодно	справка по оценке расписания
1.12.	Постоянный контроль за школьной столовой.	Директор школы, фельдшер школы, ответствен ный за организац ию питания	ежедневн о в течение года	Протокол административн ого совещания Протокол совещания при директоре
<b>2. Просветительское направление</b>				
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	Заместите ль директора по ВР	ежегодно	график проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	Заместите ль директора по ВР	2020- 2021 уч.г.	тематика лектория

2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	Администрация школы	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	2020-2021 уч.г.	протокол педсовета
2.6.	Организация просветительской работы с обучающимися (лекторий, тематические классные часы, конкурсы, акции и др.).	Заместители директора по ВР, по ВР, классные руководители	ежегодно	план работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	заместители директора по ВР	ежегодно	план работы
2.8.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, окружающего мира, ОБЖ, физической культуры, обществознания	учителя-предметники	в течение года	планы уроков
<b>3. Психолого-педагогическое направление.</b>				
3.1.	Организация работы кабинета психологической разгрузки	администрация школы, психолог	ежегодно	план работы
3.2.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других	Фельдшер школы, классные	ежегодно	диагностические исследования

	психических показателей учащихся по программам: - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе; - выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения.	руководители, психолог		
3.3.	Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.	Классные руководители, психолог, логопед	ежегодно	
3.4.	Конференция по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения»	заместитель директора по ВР	2020-2021 уч.г.	материалы конференции
3.5.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	учителя-предметники	ежегодно	планы уроков
<b>4. Спортивно-оздоровительное направление.</b>				
4.1.	Организация спортивных мероприятий. Проведение Дней здоровья с привлечение обучающихся с ОВЗ.	учителя физической культуры, администрация	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся с вовлечением обучающихся с ОВЗ.	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы кружков и секций
4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы

	оздоровительной работы.			
4.4	Организация летней оздоровительной площадки на базе школы с привлечением социально - значимых партнеров	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы
<b>5. Диагностическое направление</b>				
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	Заместитель директора по ВР	ежегодно	результаты мониторинга
5.2.	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития».	Заместитель директора по ВР, психолог	2022-2023 уч.г.	материалы семинара

### Список литературы

- Г. П. Попова «Классные часы 1-2 классы». Издательство «Учитель». Волгоград 2010г.
- Г. Т. Дьячкова, Е. в. Волкова «Родительские собрания в начальной школе». Разработки. Лекции. Беседы.
- Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
- Т. А. Волжанина и др. «Родительские собрания в начальной школе». Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
- О. в. Павлова «Родительские собрания 4 класс». На пути понимания ребенка. Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
- В. Н. Максиочкина «Родительские собрания 1 класс». Проверь сердцем. Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
- Е. В. Менькова «Родительские собрания 1-2 класс». Издательско-торговый дом «Корифей». Волгоград 2005 г.
- «Классные часы 4 класс» Москва «Вако» 2008 г.
- И. В. Персидская и др. «Классные часы 1-4 классы». Издательство «Учитель». Волгоград 2009 г.
- В. Н. Макимочкина «Родительские собрания 2 класс». Шаги к мудрости. Издательство «Учитель». Волгоград 2007г.

- Е, В. Езушина «Азбука правильного питания». Конспекты занятий, дидактические игры, викторины, сказки, исторические справки. Издательство «Учитель». Волгоград 2007г.
- «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе». Методическое пособие. Серия «Воспитательная работа». Издательство «Глобус». Москва. 2010 г.

**Программа разработана с использованием Интернет – ресурсов и программ:**

1. <http://festival.1september.ru/articles/503277/>

Балашова Елена Анатольевна МОУ СОШ № 35 г. Киселевск Кемеровской обл.

2. Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 29

с углубленным изучением отдельных предметов г. Ставрополя Рабочая программа

«В здоровом теле – здоровый дух!» 2010 – 2014 г.г.

3. Муниципальное образовательное учреждение Нёготская основная общеобразовательная школа ПРОГРАММА ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ