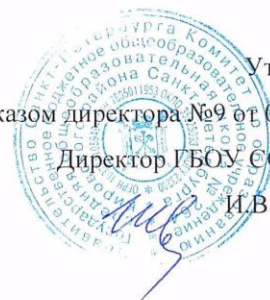


**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ**
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа №264 Кировского района Санкт-Петербурга

Принято на Педагогическом совете
ГБОУ СОШ №264
30.08.2022
Протокол №11

Утверждено
Приказом директора №9 от 01.09.2022
Директор ГБОУ СОШ №264
И.В. Шведова



**ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ
«ШКОЛА – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»**

НА 2022-2026 УЧЕБНЫЕ ГОДЫ

Санкт-Петербург

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Паспорт программы..... | 3 |
| Нормативно-правовая база программы..... | 5 |
| Пояснительная записка..... | 6 |
| Материально-техническое обеспечение..... | 6 |
| Функции различных категорий работников школы..... | 7 |
| Сроки и этапы реализации программы..... | 9 |
| Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении | 9 |
| Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в ГБОУ СОШ №264 | 10 |
| Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения.... | 11 |
| Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения..... | 13 |
| Модель личности ученика..... | 14 |
| Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя..... | 15 |
| Методы контроля над реализацией программы..... | 15 |
| План деятельности по реализации программы..... | 16 |
| Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения..... | 18 |
| План действий по реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения» | 20 |
| Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в школе..... | 23 |

Паспорт программы

| | |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Наименование программы</i> | «Школа – территория здоровья» |
| <i>Разработчик программы</i> | Социальный педагог Халип Наталья Анатольевна, педагог-психолог Яичкина Екатерина Викторовна, Заместитель директора по ВР Коган Маргарита Владимировна, Заместитель директора по хозяйственной части Лепешонкова Марина Александровна |
| <i>Цель программы</i> | Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни. |
| <i>Задачи программы</i> | <ul style="list-style-type: none"> - внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий; - формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью; - пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности; - изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение; - обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения; - четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы; - формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения; - развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды; - развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов; - воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни |
| <i>Срок реализации программы</i> | 2022-2026 |
| <i>Территория реализации программы</i> | ГБОУ СОШ №264 |
| <i>Юридический адрес</i> | 198302, Санкт-Петербург, ул. Маршала Казакова, д.3, к.-2 |
| <i>Телефон</i> | 8(812)758-65-22 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><i>Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность</i></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Разработка системы 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. • Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров. • Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса. • Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения. • Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков; • Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам. • Разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения; • Включение в план работы школы проведение недель здоровья; различного рода мероприятий по формированию ЗОЖ. • Создание комнаты психологической разгрузки для обучающихся и сотрудников школы для уменьшения стрессовых ситуаций. |
| <p><i>Участники реализации программы</i></p> | <p>Учащиеся 1-11 классов, классные руководители, педагоги-предметники, педагоги-психологи, родители.</p> |
| <p><i>Финансово-экономическое обеспечение программы</i></p> | <p>По обстоятельствам.</p> |
| <p><i>Нормы и методы реализации программы</i></p> | <p>Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, фоновые мероприятия, внеклассная работа, внеурочная деятельность; медиация.</p> |
| <p><i>Условия реализации программы</i></p> | <ul style="list-style-type: none"> • Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ • Учет в любом решении ОУ аспектов, связанных с влиянием данного решения на здоровье школьников. • Проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья. • Учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития школы |
| <p><i>Управление, контроль</i></p> | <p>Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация школы.</p> |

Нормативно-правовая база программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

- «Конвенция ООН о правах ребенка» 1989г.;
- Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
- «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»;
- Конституции Российской Федерации от 12.12.1993г.;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (Сан Пин 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;
- Сан Пин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»

Пояснительная записка

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Забота о сохранении здоровья учащихся важнейшая обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива и самого ребенка. Здоровье-основа формирования личности.

Таким образом, проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, будут актуальны всегда. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

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

Педагогический коллектив школы, уделяя большое внимание в своей образовательной деятельности здоровью обучающихся, пришел к необходимости применения здоровьесберегающих технологий в организации образовательного процесса, и разработать программу «Школа – территория здоровья», способствующую созданию оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

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

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел «Календарный план реализации программы» может быть скорректирован в зависимости от ситуации в учебном году.

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

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

Материально-техническое обеспечение

У школы два здания. В каждом здании в соответствии с финансовой возможностью 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 и сотрудников школы. Здания школы расположены на благоустроенном участке. Территория школы, согласно общегородским и муниципальным требованиям, ограждена забором. На территории школы расположена многофункциональная спортивная площадка.

Здания подключены к районным инженерным сетям – холодному и горячему водоснабжению, отоплению, канализации.

Материально – техническая база - необходимое условие функционирования и развития образовательного учреждения. Совершенствование материально-технического обеспечения современным учебным и спортивным оборудованием, информационно-техническими средствами являются современными требованиями к образовательному учреждению.

В школе созданы оптимальные материально-технические условия для осуществления учебно-воспитательного процесса. Школа имеет необходимый набор помещений для изучения обязательных учебных дисциплин.

Учащиеся начального общего образования обучаются в учебных помещениях, закрепленных за каждым классом, основного и среднего образования – по классно-кабинетной системе отдельно стоящего здания.

В школе просторные, оборудованные кабинеты, компьютерные классы в каждом здании. В здании старшей школы оборудовано 3 компьютерные кабинета, 3 спортивных зала (2 в здании старшей школы и 1 в здании начальной школы) с инвентарем и необходимым оборудованием, тренажерный зал (в здании старшей школы), раздевалки (в 2-х зданиях школы), отдельные для девочек и мальчиков, общая спортивная площадка, стадион для активных игр и прогулок.

В каждом здании обустроены уютные столовые; организовано горячее питание, разнообразное меню), 2 медицинских кабинета (по одному в каждом здании), актовый зал, конференц-зал, читальный зал.

В здании старшей школы имеются кабинеты физики, один кабинет химии, кабинет психолога, кабинет социального педагога и другие учебные помещения в соответствии с требованиями к школьной общеобразовательной программе. Все кабинеты оборудованы мебелью в соответствии с возрастными категориями и предметными направленностями.

Кабинеты обеспечены необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающим гигиеническим требованиям. Школа подключена к сети Internet. Используется лицензионное программное обеспечение.

Информационно-коммуникативные технологии широко используются во внеурочной деятельности школы. Организован доступ обучающихся и педагогов к средствам ИКТ и Интернет-ресурсам для поиска информации, оформления работ, создания фильмов и презентаций с разнообразной тематикой для проведения классных часов, общешкольных научно-практических конференций, вечеров отдыха, родительских собраний и других мероприятий с использованием ПК и ИКТ.

Функции различных категорий работников школы

1. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация преподавания жизненно важных вопросов на уроках биологии и ОБЖ в классах среднего и старшего звена;
- организация и контроль уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзалов 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;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, лекции 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.

Сроки и этапы реализации программы

I этап - 2022гг.

II этап - 2022 – 2024 гг.

III этап – 2025 – 2026 гг

1 этап - определение концептуальной линии развития ОУ):

- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий;
- совершенствование материально-технической базы ОУ;
- подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося (по необходимости);
- программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся;
- внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в ОУ;
- корректировка программы обучения педагогов технологиям здоровьесбережения и индивидуализации обучения (по необходимости);
- обобщение передового педагогического опыта с учётом коррекции программы.

2 этап – разработка моделей индивидуализации обучения

- работа группы учителей ОУ по разработке и внедрению технологий здоровьесбережения на основе индивидуализации обучения;
- обобщение педагогического опыта и разработка учителями индивидуальных технологий для индивидуализации обучения;

3 этап – практическая реализация программы развития ОУ здоровьесберегающего типа.

- Работа педагогов всех МО школы по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения на уроках;
- Проверка результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения;
- Разработка программ самоаудита здоровьесберегающей деятельности ОУ;
- Систематизация пакета материалов функционирования здоровьесберегающего направления в воспитании учащихся ОУ

Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении ГБОУ СОШ №264

Приоритетной задачей школы, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни школьников. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения:

- Соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм.
- Учет возрастных особенностей обучающихся.
- Режим учебно-познавательной деятельности.
- Организация питания.
- Социально-педагогические условия обучения.

Слагаемые здоровьесберегающей среды:

- Родители, их взаимоотношения с ребенком
- Школьная среда
- Организация и содержание внеучебного времени
- Педагогическая среда (учебный процесс на уроках)
- Психологическая среда (общение с учителями и учащимися, службой сопровождения)
- Санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы и прилегающей территории)

Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в ГБОУ СОШ №264

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 на уроках;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы; влажные уборки;
- планомерная организация питания учащихся;
- реабилитационная работа:

Блок просветительско-воспитательной работы предполагает:

- организацию «Дней здоровья», внеучебной 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, ОБЗР)

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 разных категорий детей;
- 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 внеучебной деятельности к формированию здорового образа жизни учащихся;
- организация динамических перемен, физкультпауз на уроках;
- эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (включая занятия ЛФК), родителей, партнёров/различных дружеских коллективов 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
- оснащённость физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, школьной столовой.

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

- проведение в образовательном учреждении различного рода лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;
- повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения;

Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности

образовательного учреждения ГБОУ СОШ №264

Раздел 1.

Формирования системы 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.
- Готовность учителей к участию в здоровьесохранной работе.
- Организация внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы

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 здоровьесохранной деятельности образовательного учреждения

- Состояние физкультурно-спортивного комплекса образовательного учреждения
- Организация уроков физвоспитания в образовательном учреждении
- Физвоспитание 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 здоровьесохранного блока.
- Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся.
- Участие обучающихся и их родителей в здоровьесохранной работе образовательного учреждения.
- Организация профилактической работы по преодолению ТЖС.
- Профилактические занятия для повышения ресурсного потенциала учащихся в преодолении ТЖС.

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
- Организация профилактической работы по предупреждению и недопустимости принятия психоактивных веществ.

Раздел 7.

Организация комплексного сопровождения системы формирования здорового образа жизни обучающихся (система медицинского обслуживания обучающихся)

- Оценка комплексных показателей состояния здоровья обучающихся.
- Организация бесед представителей здравоохранения с учащимися школы разного возраста.

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 здоровьесбережения разного уровня.
- Анкетирование показателей здоровья и образа жизни обучающихся в разных направлениях.
- Оценка сформированности у обучающихся, их родителей и учителей школы мотивации ведения здорового образа жизни, аналитическое обобщение информации.
- Профилактика суицидальных наклонностей у учащихся в виде бесед, памяток и различного рода подходов индивидуального, группового и ситуационного подхода/направленности.

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 избежание переутомления
- Организация рационального питания обучающихся – пища должна быть полноценной по химическому составу. Быть безвредной в химическом отношении и безопасной с точки зрения бактериального состава
- Соблюдение общего режима дня обучающихся – режима двигательной активности, режима питания и сна
- Формирование здорового образа жизни
- Личная и общественная гигиена; привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.
- Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций

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, 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.
- Функционирует 2 кабинета психолога с песочницами (по одному кабинету в каждом здании школы). Школе требуется кабинет психологической разгрузки (с учётом увеличения речевых классов, как в здании младшей школы, так и в здании старшей и средней школы, что влечёт за собой повышение психоэмоциональной нагрузки у педагогического состава ОУ)

Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровьесберегающие образовательные технологии)

- Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс.
- Формировать системный подход к организации образовательной деятельности в рамках системы ЗОЖ..
- Модернизация содержания образования, с разработкой дополнительных мероприятий здоровьесберегающей направленности для всех ступеней обучения с элементами профилактики суицидальных наклонностей..

Профилактические и закаливающие средства (воспитательная работа по формированию ЗОЖ)

- Организация просветительского лектория по вопросам здоровьесбережения.
- Культурно-массовые мероприятия.
- Работа с семьями обучающихся (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.

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;
- 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; -владение основами личной гигиены и здорового образа жизни. | - знание основ строения и функционирования организма человека; - знание изменений в организме человека в пубертатный период; | - стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье; |

| | | |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> -умение оценивать свое физическое и психическое состояние; - знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; -поддержание физической формы; | <ul style="list-style-type: none"> - убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; - знание различных оздоровительных систем; - умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; -способность выработать индивидуальный образ жизни; - умение противостоять и достойно переживать ТЖС |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

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

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

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни и жизнеспособности;
- 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;
- создание методической копилки опыта;
- опрос состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе.
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

План деятельности по реализации программы

| № | Мероприятия | Ответственные исполнители | Сроки | Планируемый результат и выполнение |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 1. | Медицинское направление. | | | |
| 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. | Классный руководитель (согласно предоставленным данным) | ежегодно | Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах |
| 1.3. | Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья. | медработники | ежегодно | План медосмотров |
| 1.4. | Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся. | медработники | ежегодно | план прививок |
| 1.5. | Анализ случаев травматизма в школе. | Ответственный за травматизм | ежегодно | Материалы отчетов |
| 1.6. | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни. | Классные руководители, заместитель директора по УВР | ежегодно | материалы отчетов |
| 1.7. | Контроль за качеством питания и питьевым режимом. | Директор, зам.директора по хозяйственной части, медработники | ежедневно в течение года | |
| 1.8. | Готовность кабинетов к новому учебному году, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> • проветривание; • освещение; • отопление • вентиляция • уборка | завхоз, учителя, зам директора по ВР | Ежегодно в самом начале учебного года и в течение года в целом | |
| 1.9. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа) | заместитель директора по УВР | ежегодно | расписание |
| 1.10. | Постоянный контроль за школьной столовой. | зам.директора по хозяйственной части, директор | ежедневно в течение года | |

| | | | | |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------|------------------------------|
| | | школы, зам дир по ВР | | |
| 2. | Просветительское направление | | | |
| 2.1. | Организация просветительской работы с родителями (лекторий). | заместитель директора по ВР | ежегодно | лист посещения собраний |
| 2.2. | Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни. | заместитель директора по ВР | ежегодно | тематика лектория |
| 2.3. | Обучение родителей и учителей по вопросам и проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей. | администрация школы | ежегодно | лист посещения собраний |
| 2.4. | Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей. | администрация школы | ежегодно | лист посещения собраний |
| 2.5. | Подготовка и проведение педагогического совета в начале учебного года с обсуждением плана на год. | заместители директора | ежегодно | протокол педсовета |
| 2.6. | Организация просветительской работы с учащимися (тематические классные часы и др. виды работ). | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы школы |
| 2.7. | Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения, алкоголизма и профилактики суицидальной напвлренности. | заместитель директора | ежегодно | план работы |
| 2.8. | Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры. | Учителя-предметники | в течение года | планы уроков |
| 3. | Психолого-педагогическое направление. | | | |
| 3.1. | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах; - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе; - выявление профессиональных интересов учащихся и способностей | Классные руководители, педагоги-психологи школы | ежегодно | диагностические исследования |

| | | | | |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------|
| | с целью профессионального самоопределения; - разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения. | | | |
| 3.2. | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности. | Учителя-предметники | ежегодно | планы уроков |
| 4. | Спортивно-оздоровительное направление. | | | |
| 4.1. | Организацию спортивных мероприятий. | Учителя физической культуры | ежегодно | план работы |
| 4.2. | Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся. | Заместитель директора по ВР, ОДОД | ежегодно | план работы кружков и секций |
| 4.3. | Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы. | Заместитель директора по ВР, Сотрудники ОДОД | ежегодно | план работы |
| 5. | Диагностическое направление | | | |
| 5.1. | Мониторинг состояния здоровья детей по параллелям | Классные руководители, педагоги-психологи школы, медицинские работники | ежегодно | результаты мониторинга |

Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения

Сентябрь

- Организация дежурства по школе и по классам.
- Налаживание работы кружков и секций в ОДОД.
- Включение в планы классного руководителя работу с родителями, способствующих повышению эффективности работы по здоровью 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.
- Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях и спартакиаде.
- Проведение мероприятий по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение бесед, классных часов по формированию здорового образа жизни.
- Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

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.
- Подготовка классов к зиме.
- Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в общешкольных и районных соревнованиях.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Физкультминутки (ежедневно).
- Подвижные игры на переменах (ежедневно).
- Беседы по профилактике суицидальных мыслей и наклонностей как индивидуально, так и в беседах в малых классных группах.

Ноябрь

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику « День матери».
- Проведение классных часов и мероприятий по теме « Курение – вред». Итог: выпуск плакатов, рисунков, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
- Организованные экскурсии.
- Проведение физкультурных праздников и игр во внеурочное время.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
- Анализ о проделанной работе по здоровью сбережению.

Декабрь

- Проведение классных часов, мероприятий, посвященных ЗОЖ.
- 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, тренинги по вопросам здорового образа жизни (по необходимости).
- Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

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

Март

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период. Беседы профилактической направленности по всем вопросам профилактики правонарушений, безнадзорности, суицидальных наклонностей и ЗОЖ.
- Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Апрель

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

Май

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.
- Проведение тематические экскурсии.
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период. Беседы профилактической направленности по всем вопросам профилактики правонарушений, безнадзорности, суицидальных наклонностей и ЗОЖ.

Июнь

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летнего периода в контексте общегородского, общерайонного масштаба.
- Беседы профилактической направленности по всем вопросам профилактики правонарушений, безнадзорности, суицидальных наклонностей с выпускниками.

План действий по реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»

| Этапы реализации программы | Программные мероприятия | | |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | Для педагогов | Для учащихся | Для родителей |
| Первый этап | <p>1.Круглый стол в рамках педагогического совещания «Основы воспитания культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя (тема может меняться, в зависимости от общего административного плана по школе).</p> <p>2.Взаимопосещаемые уроки «Использование различных методов в работе классного руководителя при формировании ЗОЖ учащихся» (темы могут меняться, в зависимости от общего плана воспитательной работы по школе).</p> | <p>1.Круглый стол старшекласников «Здоровый образ жизни - основа нашего будущего?» (тема может меняться, в зависимости от общего плана по школе).</p> <p>2.Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся.</p> <p>3.Исследование духовно- нравственного здоровья представляет собой оценку уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников.</p> <p>4.Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень</p> | <p>1.Ознакомление родителей с требованиями школьной программы физического воспитания учащихся посредством консультаций, информационных писем, выступлений на родительских собраниях, родительские собраниях и днях открытых дверей.</p> <p>2.Изучение уровня удовлетворённости учащихся и родителей организацией физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.</p> <p>3.Работа с родителями инициативной группы.</p> |

| | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | сформированности культуры здоровья школьников. | |
| <p>Второй этап Цель: реализация программы деятельности, внесение корректив (по мере необходимости) в ее основные положения</p> | <p>1. Обмен методическими материалами «Здоровье- это здорово!».</p> <p>2. Организация занятий «Здоровье- это здорово!».</p> <p>*профилактическая тренировка для педагогов;</p> <p>*занятия в спортивном зале;</p> <p>*танцевальная терапия.</p> | <p>1. Беседы, лекции, просмотры научно-популярных телепрограмм, видеофильмов «Как уберечь себя от беды».</p> <p>2. Школьные соревнования.</p> <p>3. Конкурс «Самый здоровый класс года»(по возможности)</p> <p>4. Классные часы в рамках тематики «Как уберечь себя от беды» (тема может меняться, в зависимости от общего плана по школе). (1-4-е классы).</p> <p>5. Цикл классных часов «Здоровые привычки-здоровый образ жизни» (тема может меняться, в зависимости от общего плана по школе). (5-7-е классы).</p> <p>6. Цикл классных часов «Вредные привычки и их преодоление» (8-9-е классы).</p> | <p>1. Совместные занятия детей и родителей, участие в играх на воздухе, походах, спортивных соревнованиях.</p> <p>2. Общешкольные семейные спортивные праздники.</p> <p>3. Тематические родительские собрания «Быть здоровым- это модно!».</p> |
| <p>3 этап Цель: обобщение позитивного опыта реализации концепции системы физкультурно-оздоровительной работы школы.</p> | <p>Педагогический совет «Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности» (по итогам формирования программы).</p> | <p>1. Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся.</p> <p>2. Исследование духовно-нравственного здоровья посредством изучения уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников.</p> <p>3. Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень</p> | |

| | | | |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--|
| | | сформированности культуры здоровья школьников. | |
| Традиционные мероприятия на всех этапах | <p>1.Выполнение и соблюдение норм и правил СанПинов (шум, освещённость, воздушная среда, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи, расследование обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями, рациональное расписание занятий, дозирование домашних заданий).</p> <p>2.Соблюдение динамических пауз на всех уроках в 1-6-х классах.</p> <p>3.Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди обучающихся.</p> <p>4.Обеспечение надлежащих психолого- педагогических условий (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.).</p> <p>5.Организация контроля за питанием.</p> <p>6. Организация подвижных переменок.</p> <p>7.Часы неаудиторной занятости (1 – 11):</p> <p>8.Кружки и секции по интересам.</p> <p>9.Тематические спортивные дни.</p> <p>10.Общешкольные дни спорта.</p> <p>11.Дни здоровья.</p> <p>12.Антинаркотический месячник по плану города и района.</p> <p>13.Тематические классные часы по ЗОЖ.</p> <p>14.Мониторинг показателей здоровья школьников (группа здоровья, физкультурная группа здоровья).</p> <p>15.Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов.</p> <p>16.Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях.</p> <p>17.Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.</p> | | |

Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в школе

Осуществление запланированных действий по реализации данной программы позволит получить следующие результаты:

- Будет сформирована система физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка.
- Будет осуществляться систематический контроль за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики.
- Снизится заболеваемость всех участников образовательного процесса.
- Будет создан компьютерный банк данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования, который будет использоваться для совершенствования модели медико- психолого- педагогического сопровождения учащихся.
- Повысится уровень знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
- Повысится уровень мотивации и усвоения школьной программы по параллелям классов и ступеням образования (1– 4; 5 – 9; 10 – 11)