

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №4» ГОРОДА КИЗИЛЮРТА

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №4
Ибрагимова Р.О.



ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ «В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ, ЗДОРОВЫЙ ДУХ»

На 2023-2028 учебные годы

1. Введение

Пояснительная записка

*Когда нет здоровья, молчит мудрость, не может
расцвести искусство, не играют силы,
бесполезно богатство, и бессилён разум.
Геродот*

"Здоровьесберегающие технологии - это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся" - слова профессора Н.К. Смирнова.

Проблемы сохранения здоровья учащихся особенно актуальны в современном обществе. На фоне сложных экономических и экологических условий нашего времени проблема здоровья детей стоит особо остро. Понятна истина: если нет здоровья, то все остальное бессмысленно.

Рост числа этих заболеваний среди школьников за последние годы набирает темпы. Специальные исследования показали, что наряду с экологическими, социальными и наследственными факторами формированию этих заболеваний способствует большое психоэмоциональное напряжение, связанное с условиями жизни и обучения.

Современная школа непосредственно с решением образовательных задач призвана решать задачи повышения работоспособности и укрепления здоровья учащихся. К тому же всякое заболевание, даже непродолжительное, изменяет реакцию организма, ухудшая функциональное состояние центральной нервной системы, обуславливая падение работоспособности и высокую утомляемость. Дети, страдающие различными хроническими заболеваниями, обладают слабой успеваемостью вне зависимости от системы обучения. Умственная же работоспособность и успешность овладения детьми школьной программой напрямую зависит от показателей здоровья

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни. На сегодняшний день весьма актуальными является создание условий, направленных на укрепление здоровья, 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. Школа должна выпускать не только культурного, высоконравственного, творческого человека, но прежде всего - *здорового*.

Наиболее важная задача и для ребёнка, и для школы - это формирование здорового образа жизни. Педагогический коллектив нашей школы поставил целью активное формирование мотивации на здоровый образ жизни.

Работа в школе идёт по двум направлениям:

1. Создание оптимальных условий, рациональная организация труда и отдыха школьников (школьная гигиена).

2. Воспитание у школьников сознательного отношения к охране своего здоровья. Программа начинается с первого класса и продолжается на всех уровнях образования. Каждый уровень формирует более глубокое понимание мер по охране здоровья. Для ее реализации не требуется дополнительных часов в учебном плане школы, она войдёт в образовательные области, базирующиеся на предметах естественнонаучного, гуманитарного, эстетического циклов, а также через систему дополнительного образования и воспитательные мероприятия.

Паспорт программы

Наименование программы	Программа здоровьесбережения «В здоровом теле, здоровый дух» МБОУ СОШ №4
Нормативноправоваябаза	<ul style="list-style-type: none"> - Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в редакции от 25 июля 2022 года, - ст.41, Конвенции о правах ребёнка, - семейный Кодекс РФ, - Федеральный закон от 21.11.2011 года №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» с изменениями на 13 июля 2022 года, - Федеральный закон от 17.09.1998 г. № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней» (с изменениями от 02.07.2021), - Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
Цель	<p>Создание здоровьесберегающей среды, направленной на формирование здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья обучающихся формирование физически здоровой личности, содействие всем участникам образовательного процесса в приобретении устойчивой мотивации на здоровый образ жизни.</p>
Задачи	<p>Организовать обмен информацией, изучение и распространение передового опыта в деле защиты здоровья обучающихся;</p> <p>использовать инновационный опыт в организации профилактической деятельности;</p> <p>внедрять здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе;</p> <p>пропагандировать здоровый образ жизни среди обучающихся с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, состояния здоровья через цикл учебных дисциплин и внеурочную деятельность;</p> <p>разработать технологии психолого-педагогического</p>

	<p>сопровождения сотрудников и обучающихся в образовательной деятельности;</p> <p>активизировать участие семьи в решении вопросов охраны и укрепления здоровья детей;</p> <p>предупреждать перегрузки обучающихся в учебной деятельности.</p> <p>Оптимальная организация учебного дня и недели с учётом санитарно-гигиенических норм и возрастных особенностей обучающихся;</p> <p>привлекать максимально возможного количества обучающихся к занятиям в спортивных секциях;</p> <p>развивать систему организации групп здоровья для ослабленных детей.</p> <p>осуществлять медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья учащихся</p> <p>Создать информационный банк показателей здоровья и образа жизни обучающихся</p>
Разработчик программы	Рабочая группа по разработке программы «В здоровом теле, здоровый дух»
Координатор программы	Директор школы
Сроки и этапы реализации программы	<p>1 этап - сентябрь 2023 г. - декабрь 2023 г.</p> <p>Подготовительный</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализ мониторинга заболеваемости учащихся; - анализ фактов нарушения ПДД учащимися; - анализ отношения учащихся к вредным привычкам; - изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение; - разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий; <p>2 этап - январь 2024 г. - сентябрь 2026 г. апробационный:</p> <ul style="list-style-type: none"> - внедрение новых форм, и методов пропаганды ЗОЖ и выявление наиболее эффективных; - систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ; - выполнение оздоровительных мероприятий; <p>3 этап - сентябрь 2026 г.- сентябрь 2028 г.</p> <p>контрольно-обобщающий:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сбор и анализ результатов выполнения программы; - коррекция деятельности.
Основные мероприятия	<p>Внедрение инновационного опыта и новых форм здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс</p> <p>Использование в системе технологий психолого-педагогического сопровождения сотрудников и обучающихся в образовательной деятельности. Организация постоянно действующего лектория по пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Проведение мониторинга и диагностики за состоянием</p>

	<p>здоровья учащихся</p> <p>Создание информационного банка показателей здоровья и образа жизни обучающихся</p> <p>Привлечение семьи в решении вопросов охраны и укрепления здоровья детей.</p> <p>Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы школы</p> <p>Разработка рекомендаций для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме</p> <p>здоровьесбережения;</p> <p>Включение в план работы школы регулярное проведение недель здоровья (1 раз в четверть);</p> <p>Создание комнаты психологической разгрузки для учащихся;</p> <p>Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.</p>
Лица, ответственные за достижение результатов	Администрация школы Классные руководители Учитель физической культуры
Ожидаемый результат	<p>Повышение уровня знаний по вопросам здоровьесбережения;</p> <p>Повышение приоритета здорового образа жизни;</p> <p>Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья;</p> <p>Повышение мотивации к учебной деятельности;</p> <p>Снижение заболеваемости учащихся школы;</p> <p>Повышение уровня физической подготовки школьников</p>
Порядок управления реализацией программы	<p>Проведение промежуточного мониторинга с целью выявления динамики по реализации программы</p> <p>Ответственные за осуществление управлением реализации программы:</p> <p>Директор, заместитель директора по УВР</p>

Основной стратегической целью программы школы на 2022 - 2027 годы является содействие всем участникам образовательного процесса в создании условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и приобретении знаний, умений, навыков, необходимых для формирования устойчивой мотивации к сохранению, укреплению здоровья и к здоровому образу жизни.

Данная программа рассчитана на 5 лет и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

Функции различных категорий работников

1. Функции медицинской службы (медсестра):

- проведение диспансеризации учащихся школы;
- медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы;
- мониторинг состояния здоровья обучающихся.

2. Функции администрации:

- общее руководство реализации программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация контроля 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.

3. 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, классных часов по профилактике детского травматизма на дорогах, пожарной безопасности;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения, употребления курительных смесей;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, ПДН, медработниками;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Участники программы:

- обучающиеся
- педагогическое сообщество
- родители
- социальные партнеры (ГИБДД, ПДН, КДН).

Концепция здоровьесберегающей деятельности в МБОУ «СОШ№4»

Приоритетной задачей школы является формирование здорового образа жизни у обучающихся всеми сотрудниками образовательной организации. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения:

- оптимальная организация учебного дня и недели с учётом санитарногигиенических норм и возрастных особенностей обучающихся
- организация питания;
- социально-педагогические условия обучения.

Слагаемые здоровьесберегающей среды
(все, с чем учащийся соприкасается в течение дня):

- взаимоотношения в семье обучающегося;
- психологическая атмосфера в школе, общение с учителями и учащимися;
- организация внеурочной деятельности;
- создание здоровьесберегающих условий на уроке;
- санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы).

Условия формирования здоровьесберегающей среды

- 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.

Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в школе:

Блок профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья учащихся предполагает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки учащихся;
- использование при составлении расписания новой шкалы трудности учебных предметов, позволяющей строить расписание уроков с учетом каждой возрастной группы;
- применение здоровьесберегающих технологий в учебном процессе (проблемное обучение, дифференцированное обучение, проектное обучение, развивающее обучение, модульное обучение, игровые технологии);
- подвижный способ обучения со сменой динамических поз (проведение физкультминуток);
- ведение листка здоровья классов и регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья обучающихся;
- использование в школе рекомендованных методов профилактики заболеваний;
- обязательное медицинское наблюдение фельдшером ФАП, проведение вакцинации, согласно национальному календарю профилактических прививок.

Блок просветительско-воспитательной работы предполагает:

- организацию «Дней здоровья», внеурочной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;
- включение в план воспитательной работы 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, ОБЖ, физической культуры).

Блок рациональной организации учебного процесса предполагает:

- соблюдение санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- создание оптимальных условий для обучающихся в период адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной активности и учебной мотивации обучающихся;
- формирование способностей к саморегуляции у младших школьников;
- организация психолого-педагогической помощи обучающимся.

Блок организации физкультурно-оздоровительной работы предполагает:

- организация динамических перемен, физкультминуток на уроках;
- проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- 100% привлечение обучающихся школы к кружкам и секциям школьного спортивного клуба «Олимп»
- регулярное проведение недель здоровья (1 раз в четверть);
- привлечение родителей к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Блок здоровье сберегающей инфраструктуры ОУ предполагает:

- соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;
- оснащённость физкультурного (музыкального) зала, спортплощадки, школьной столовой.

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

- проведение в образовательной организации постоянно действующих лекториев по вопросам влияние на здоровье употребление наркотиков и психостимуляторов, игровой, компьютерной зависимости, токсикомании и др. виды зависимого поведения;
- повышение уровня знаний в области вопросов здоровье сбережения;
- обеспеченность образовательной организации научно-методической литературой, видеотекой по вопросам здоровьесбережения обучающихся.

Структура мониторинга здоровье сберегающей деятельности МБОУ «МБОУ СОШ№4»

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

- Позиционирование школы в качестве здоровьесберегающего ОУ;
- Готовность учителей к участию в здоровьесберегающей работе;

- Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования;
- Организация самоанализа школы - внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы;

Раздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре ОУ.

- Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку, зданию школы;
- Организация питания учащихся;
- Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму школы;
- 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 ОУ

- Состояние физкультурно-спортивного комплекса школы;
- Организация уроков физвоспитания в школе;
- Физвоспитание в режиме дня школы;
- Внеклассная физкультурно-спортивная работа;
- Контроль выполнения учащимися школы нормативов двигательной активности;
- Комплексная оценка физической подготовленности учащихся школы.

Раздел 5. Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов ЗОЖ у обучающихся в образовательной организации.

- Организация образовательной работы в рамках учебных дисциплин здоровьесберегающего блока.
- Организация воспитательной работы в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся.
- Участие обучающихся и их родителей в здоровьесберегающей работе ОУ.

Раздел 6. Организация профилактики употребления ПАВ в среде обучающихся

- Комплекс мероприятий по профилактике употребления ПАВ учащимися.
- Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде обучающихся.
- Организация безопасной поддерживающей образовательной среды.

Раздел 7. Организация комплексного сопровождения системы формирования ЗОЖ учащихся (система медицинского обслуживания обучающихся)

- Организация медицинского обслуживания учащихся.
- Оценка комплексных показателей состояния здоровья учащихся.

Раздел 8. Организация системы мониторинга формирования культуры ЗОЖ обучающихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов)

- Проведение ежегодного социально-психологического тестирования обучающихся, достигших 13 летнего возраста.
- Организация психологического сопровождения здоровьесберегающего образовательного процесса в ОУ.
- Диагностика психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья.
- Анкетирование показателей здоровья и образа жизни учащихся;
- Оценка формирования у обучающихся, их родителей, педагогов мотивации ведения ЗОЖ, обобщение аналитической информации в форме отчетов ОУ.

Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения:

Цель данной работы: привитие норм ЗОЖ на основе отказа от вредных привычек, соблюдение режима дня, спортивного режима, использование оздоровительных сил природы.

1. Гигиенические средства (санитарно-гигиенические средства здоровье сберегающие 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 учащихся;
- Соблюдение общего режима дня учащихся - режима двигательной активности, режима питания и сна;
- Формирование ЗОЖ;
- Личная и общественная гигиена;
- Привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.
- Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций.

2. Средства двигательной направленности (здоровье сберегающие технологии физкультуры и спорта)

- Уроки физкультуры с комплексами физических упражнений;
- Физкультминутки на уроках и подвижные перемены;
- Различные виды оздоровительной гимнастики (пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура;
- Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.

3. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ (психологические здоровые берегающие 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.

4. Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровые берегающие образовательные технологии)

- Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс;
- Системный подход к организации образовательной деятельности;
- Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровые берегающей направленности для всех уровнях обучения.

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

- Организация просветительского лектория;
- Культурно-массовые мероприятия;
- Работа с семьей учащегося (пропаганда ЗОЖ через систему занятий в родительском лектории)
- Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, экскурсии)

Модель личности ученика

Подготовка к ЗОЖ ребенка на основе здоровые берегающих технологий является приоритетным направлением деятельности школы. В качестве основополагающей линии развития школы в этом направлении выбрана концепция здоровые берегающего образования. Центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям развития его всесторонней личности. Модель технологий обучения в здоровые берегающей школе существенно отличается от других существующих моделей и педагогических систем. Они предоставляют ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках ученик не подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя. Учитель, обладающий 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 здоровые бережения. 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 здоровье сбережения учащихся. Для этого была создана прогнозируемая модель личности ученика:

Модель выпускника первого уровня обучения	Модель выпускника второго уровня обучения
<ul style="list-style-type: none"> - знание основ и выполнение правил личной гигиены; - владение основами личной гигиены и ЗОЖ. 	<ul style="list-style-type: none"> - знание основ и выполнение правил личной гигиены; - владение основами личной гигиены и ЗОЖ; - знание основ строения и функционирования организма человека; - знание изменений в организме человека в пубертатный период; - умение оценивать свое физическое и психическое состояние; - знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; - поддержание физической формы; - телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости; - 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 являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и ЗОЖ;
- 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 Методического совета школы и МО классных руководителей;
- создание методической копилки опыта по здоровьесберегающему направлению воспитательной работы;
- посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОТ;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
- контроль организации учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся по формированию здорового образа жизни.

Реализация основных направлений программы:

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
3. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
4. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня;
5. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
6. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
7. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
8. Обеспечение каждого учащегося горячим питанием.
9. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, классных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей
10. Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе.
11. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
12. Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

Перечень основных мероприятий по реализации программы «В здоровом теле, здоровый дух» на 2023-2028 годы

1. Анализ заболеваний и мониторинг результатов.
2. Составление социального распорядка по классам:
 - Группа «риска»;
 - Проблемные семьи;
 - Многодетные семьи;
 - Малообеспеченные семьи;
 - Неполные семьи;
 - Дети с хроническими заболеваниями.
3. Микроисследования: «Здоровье школьника»; «Характеристика уровня здоровья школьников»; «Режим дня»
4. Тестирование психофизического состояния учащихся.
5. Опрос родителей:
 - Какую помощь могут оказать родители в организации здоровьесберегающей деятельности школы;
 - Что могут сделать родители по недопущению появления вредных привычек у детей.
6. Родительские лектории «Как сберечь здоровье?»
7. Оформление тематических стендов (выставок, уголков здоровья)
8. Выпуск буклетов, публикаций, методических рекомендаций.
9. Ознакомление с опытом работы других школ по теме.
10. Проведение конкурсов: «Самый здоровый класс»; «Самый спортивный класс», «Лучший спортсмен»».
11. Выпуск экрана соревнований по результатам конкурса.
12. Спортивные праздники.
13. Беседы и классные часы о здоровом образе жизни.
14. Проведение динамических пауз.
15. Обеспечение правильного и качественного питания в школе.

16. Работа с обучающимися, мотивированными на успешное обучение, с целью избежания перегрузок.

Прогнозируемый результат:

- Улучшение состояния физического и психического здоровья учащихся, его коррекция, уменьшение заболеваемости;
- Создание представления об индивидуальной карте учащегося, с разработкой индивидуального маршрута здоровья;
- Повышение мотивации учащихся к здоровому образу жизни;
- Повышение уровня физической подготовленности учащихся;
- Развитие навыков общения в коллективе на базе спортивных мероприятий, формирование командного духа;
- Положительная динамика состояния здоровья учащихся, снижение заболеваемости;

Календарный план реализации программы «Здоровая школа»

Мероприятия	Сроки	Ответственный
Разработка локальной нормативно-правовой базы для организации работы по сохранению и укреплению здоровья учащихся	Сентябрь - май 2023-2024 г.	Директор школы
Создание информационного и материально-технического обеспечения здоровьесберегающей деятельности школы	2023 - 2028 гг.	Директор Заместитель директора по УВР
Проведение системы тренингов, направленных на профилактику эмоционального выгорания и профессиональной деформации педагогов	По плану работы	Заместитель директора по УВР
Проведение воспитательных и спортивных мероприятий, обеспечивающих формирование здорового образа жизни	Ежегодно	Заместитель директора по УВР, учитель физкультуры
Применение на уроках здоровьесберегающих технологий	2023 - 2028 гг.	Заместитель директора по УВР
Систематическая диагностика состояния здоровья учащихся	Ежегодно	
Контроль выполнения норм Сан ПиНа и охраны труда	1 раз в четверть (ежегодно)	Заместитель директора по УВР Классные руководители
Анализ состояния здоровья учащихся	1 раз в полугодие (ежегодно)	Заместитель директора по УВР
Проведение музыкальных и спортивных перемен	Систематически	Классные руководители
Проведение традиционных общешкольных спортивных соревнований и спортивно-оздоровительных мероприятий в школе	Ежегодно по плану школы	Заместитель директора по УВР Классные руководители
Организация и проведение туристических слетов и походов Дней здоровья с привлечением родителей учащихся		учитель физкультуры
Содействие в проведении медико-профилактических мероприятий медицинскими	Постоянно	

работниками ФАПа		
Создание системы информированности родителей о результатах анализа состояния здоровья и профилактической работы в школе по оздоровлению детей	Ежегодно	
Организация и проведение лекций и родительских собраний по проблемам возрастных особенностей учащихся		
Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (физкультурные паузы, подвижные перемены, часы здоровья)	Постоянно	
Профилактика травматизма	Постоянно	Классные руководители
Обеспечение внутренней и антитеррористической безопасности и охрана труда	Постоянно	Завхоз
Осуществление выборочного косметического ремонта учебных и служебных помещений	2023 - 2028 гг.	
Поддержание здания школы в хорошем состоянии (ежегодные косметические ремонты, замена элементов систем водоснабжения, теплоснабжения, канализации, электрооснащения и др.)	Ежегодно	
Преодоление адаптационного периода детей при поступлении в первый класс в щадящем режиме	2023 - 2028 гг.	Администрация школы
Организация специальных занятий с дошкольниками по подготовке к школе		
Лекции для родителей будущих первоклассников «Как подготовить ребенка к школе»		
Обеспечение качественным горячим питанием учащихся 1 - 4 классов	Ежедневно	

Механизмы реализации программы «Здоровая школа»

Цель: развертывание воспитательной работы по пропаганде здорового образа жизни, вреда курения, алкоголизма, наркотиков; формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи подпрограммы:

- изменение ценностного отношения детей и подростков к наркотикам и формирование личной ответственности за свое поведение;
- формирование моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни;
- формирование адекватной самооценки, освоение навыков «быть успешным», самостоятельно принимать решения, уметь сказать «нет».

Работа ведется по трем основным направлениям:

1. Работа с детьми:

- общая воспитательная педагогическая работа с учащимися;
- работа с детьми «группы риска»;
- работа с детьми, употребляющими табачные изделия (если таковые будут выявлены).

2. Работа с педагогическим составом:

- подготовка учителей к ведению профилактической работы;
- организационно-методическая антинаркотическая работа.

3. Работа с родителями:

- информирование и консультирование родителей по проблеме табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- работа с семьями, находящимися в социально опасном положении.

Профилактическая работа строится и ведется по принципу непрерывности.

Администрация школы осуществляет контроль и координацию профилактической работы в целом.
Учителя-предметники (по биологии, химии, праву, физической культуре): обеспечивают организацию профилактической работы на уроке, проведение тематических уроков.

Классные руководители: благодаря более тесному взаимодействию со школьным коллективом обладают возможностью наиболее комплексного подхода к решению проблемы (организация классных часов, внеклассных мероприятий, работа с родителями, медицинским работником).

Педагоги-психологи и социальные педагоги: участвуют в проведении мониторинга по выявлению негативных воздействий на психологический климат в образовательном учреждении и рекомендует коррекционные и психолого-педагогические программы сопровождения детей и семей, находящихся в социально-опасном положении.

Школьные уполномоченные по правам ребенка: обеспечивают формирование правовой культуры и правового сознания участников образовательно-воспитательного процесса, профилактику нарушений прав обучающихся и воспитанников, регулирование взаимоотношений в конфликтных ситуациях.

Библиотека: обеспечивает информационно-методическую базу профилактической работы.

В практике работы образовательных учреждений Миллеровского района по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании используются: методическое пособие «Наркомания: смерть при жизни», «Школа без наркотиков», «Профилактика подростковой наркомании» и другие учебно-методические издания.

Мероприятия подпрограммы:

№п/п	Содержание мероприятий	Срок	Ответственные
I. Школьные мероприятия.			
1.1	Проведение школьной выставки–Мой край родной	Сентябрь	Классные руководители
1.2	Проведение месячников по противодействию наркотиков: «Подари себе счастливую жизнь», «Будущее в твоих руках, присоединяйся!»,	Ноябрь, апрель	Классные руководители
1.4	Участие в акции «Молодежь за ЗОЖ».	ноябрь	Классные руководители
1.5	Конкурсная программа для старшеклассников «Твой выбор».	февраль	Классные руководители
1.6	Посещение музея.	В течение года	Классные руководители
1.7	Участие в мероприятиях, посвященных Дню народного единства 4 Ноября.	Ноябрь	Классные руководители
1.8	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Матери (по спец. плану).	Ноябрь	Классные руководители
1.9	Участие в творческих тематических конкурсах.	В течение года	Классные руководители
1.10	Участие в игровой программе «Знаешь ли, ты, свой край?»	март	Классные руководители
1.11	Участие в спортивных соревнованиях.	В течение года	Классные руководители
II. Работа с учащимися в образовательном учреждении и по месту жительства.			
2.1	Уроки здоровья.	В течение года	Классные руководители,
2.2	Проведение лекций тренингов по пропаганде здорового образа жизни.	В течение года	Медработник
2.3	Анкетирование учащихся «Пагубное влияние табака»	Октябрь	Классные руководители
2.4	Час размышлений для старшеклассников «Влияние ПАВ и алкоголя на организм человека. Социальные последствия их употребления».	Октябрь–ноябрь	Классные руководители
2.5	Организация работы по определению	В течение года	Классные руководители

	учащихся в кружки и секции школы.		
2.6	Привлечение «трудных» учащихся к занятиям в кружках и секциях школы	В течение года	Классные руководители.
2.7	Проведение Недели здоровья (по спец. плану).	1 раз в четверть	Классные руководители
2.8	«Будь здоров!» Проведение школьных диспутов, классных часов по формированию правильного отношения учащихся к своему здоровью, к занятиям спортом.	В течение года	Классные руководители
2.9	Проведение классных часов по обучению здоровью: «Наш выбор – здоровье», «Алкоголь и дети»; «Некурящий – живи и здравствуй!»; «В стране здоровья»; «Печальная картина наркомании» и др..	В течение года	Классные руководители
2.10	Оформление книжной выставки на тему: «Наркомания – знак беды».	Ноябрь	Библиотекарь
2.11	Проведение конкурса рисунков на тему: «Мы в ответе за свою жизнь».	Октябрь	
2.12	Оформление стенда «Если крепок и здоров, к делам серьёзным ты готов».	Ноябрь	
2.13	Рационализация досуговой деятельности и каникулярного отдыха учащихся.	В течение года	Классные руководители
2.14	Контроль за занятостью во внеурочное время учащихся, состоящих на учёте в ВШК	В течение года	Классные руководители
2.15	Выявление детей, нуждающихся в поддержке, оказание им социально–правовой помощи, защита их прав.	В течение года	Классные руководители
2.16	Месячник правовых знаний (по спец. плану).	Октябрь, апрель	Классные руководители
2.17	День матери (по спец плану)	25.11.	Классные руководители
2.18	«Вся правда о курении» (Международный день отказа от курения) (по спец. плану).	21.11.	Классные руководители
2.19	Конкурс рисунков «Вперёд, Россия!»	Ноябрь	Классные руководители
III. Работа с педколлективом.			
3.1	Рассмотрение вопросов, связанных с проведением акции «Молодежь за ЗОЖ» на совещаниях и педсовете.	Октябрь–ноябрь	Зам. директора по УВР
3.2	Проведение семинаров классных руководителей на тему: «Диагностика склонностей и интересов учащихся школы», «Изучение классного коллектива», «Профилактика вредных привычек», «Социальная защита ребенка», «Формирование дисциплинированности учащихся», «Если возник конфликт – учитель – ученик?» и др.	В течение года	Зам. директора по ВР, кл.рук.
3.3	Участие в районных семинарах для зам. директоров по ВР, классных руководителей.	В течение года	Специалисты Управления образования
3.4	Отчеты классных руководителей на пед.	По плану	Администрация школы

	советах по пропаганде ЗОЖ, профилактике вредных привычек: наркомании, алкоголизма, курения.	профилактики	
3.5	Анализ проведения свободного времени школьниками. Оказание помощи в выборе занятий по интересам.	В течение года	Классные руководители
IV. Работа с семьями.			
4.1	Выявление и посещение семей, оказавшихся в социально опасном положении.	В течение года	Классные руководители
4.2	Рассмотрение вопросов, связанных с профилактикой табакокурения, алкоголизма, наркомании на родительских собраниях с приглашением специалистов правоохранительных органов, КДН.	В течение года	Классные руководители,
4.3	Оформление стенда с рекомендациями для родителей по формированию у подростков негативного отношения к употреблению алкоголя и ПАВ, размещение материалов на сайте образовательного учреждения.	ежемесячно	Зам. директора по ВР, педагоги-организаторы
V. Взаимодействие с субъектами профилактики.			
5.1	Приглашение работников здравоохранения, правоохранительных органов по пропаганде ЗОЖ, вреде употребления ПАВ, разъяснению прав и обязанностей учащихся на классные часы, родительские собрания.	В течение года	Администрация школы

Ожидаемые результаты формирования по уровням образования

Уровень	Степень	Задачи педагогов	Прогнозируемые результаты
Начальное звено: 1-4 классы	Примитивно - поведенческий	-Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры	Отсутствие вредных привычек

		Приобщение к гигиенической культуре -Организация ЗОЖ	
Основное звено:5-9 классы	Эмоциональный	-Приобщение к ЗОЖ -Формирование полового самосознания и ЗОЖ -Воспитание грамотного отношения к медико профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека	Стремление к ЗОЖ

План действий по реализации программы «Здоровая школа»

Этапы реализации	Программные мероприятия		
	Для педагогов	Для учащихся	Для родителей
I этап сентябрь 2022 г. - декабрь 2022 г.	<p>1. Проведение семинара «Основы воспитания и культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя»</p> <p>2. Совещание при директоре по подготовке проведения совещания «Использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и воспитания»</p> <p>3. Составление классными руководителями социального паспорта класса, паспорта здоровья.</p>	<p>1. Заседание ученического совета</p> <p>2. Проведение медицинского осмотра учащихся.</p> <p>3. Профилактические беседы с учащимися перед каникулами</p> <p>4. Тематические классные часы по программе профилактики, ДДТТ, ПБ, ЛБ.</p> <p>Анкетирование на всех уровнях обучения.</p>	<p>1. Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания учащихся</p> <p>2. Родительские собрания на тему: «Роль семьи в воспитании потребности в ЗОЖ»</p> <p>3. Работа комиссии родительского совета школы по надзору за созданием здоровых и безопасных условий учёбы и труда.</p>
II этап январь 2023г. - сентябрь 2026 г.	<p>1. Выпуск электронной копилки интересных дел по теме «Здоровье- это здорово!».</p> <p>2. Реализация проекта «Здоровье в наших руках».</p> <p>3. Организация цикла занятий «Здоровье- это здорово! (для педагогов)</p>	<p>1. Беседы, лекции «Как уберечь себя от беды»</p> <p>2. Школьная спартакиада.</p> <p>3. Цикл классных часов: «Как уберечь себя от беды» (1-4 кл.). «Здоровые привычки - ЗОЖ» (5-7 кл.). «Вредные привычки и их преодоление»(8-9 кл.)</p>	<p>1. Совместные занятия детей и родителей, участие в походах, спортивных соревнованиях.</p> <p>2. Общешкольные семейные спортивные праздники.</p> <p>3. Тематические родительские</p>

			собрания
III этап сентябрь 2026г.- сентябрь 2027 г.	Педагогический совет «Здоровье сберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».	1. Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся. 2. Исследование духовно- нравственного здоровья. 3. Общешкольное спортивное мероприятие с участием родителей и детей	1. Родительское собрание «Здоровье сберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности». 2. Общешкольное спортивное мероприятие с участием родителей и детей

Традиционные мероприятия на всех этапах реализации программы «В здоровом теле, здоровый дух»

Сентябрь

- 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)
- Мониторинг показателей здоровья школьников (группа здоровья, физкультурная группа здоровья).
- Организация дежурства по школе и по классам.
- Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях.
- Организация внеурочной занятости: работы кружков и секций.
- Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровью сбережению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровью сбережению.
- Организация питания учащихся.
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).

Октябрь

- Организация работы по поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.
- Проведение лекций, бесед, классных часов по формированию ЗОЖ
- Физкультминутки (ежедневно).
- Обеспечение надлежащих психолого- педагогических условий (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.).

- Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях
- Подвижные игры на переменах (ежедневно).
- Организация контроля питания
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.

Ноябрь

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику « День матери».
- Проведение классных часов и мероприятий по теме « Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
- Организация контроля питания
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
- Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов
- Отчёты о проделанной работе по здоровьесбережению.

Декабрь

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

Январь

- Открытые классные часы «Тренинг здорового образа жизни».
- Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация контроля питания
- Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов
- Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях
- Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди учащихся.
- Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.

Февраль

- День защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация контроля питания

Март

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
- Антинаркотический месячник «Будем жить!».
- Организация контроля питания
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Апрель

- Всемирный день здоровья.
- Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов
- Организация контроля питания
- Благоустройство школьной территории.
- Динамические паузы, физкультминутки.

Май

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные Дню Победы.
- Организация контроля питания.
- Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.

Июнь

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летнего пришкольного оздоровительного лагеря «Мечта»

Результаты реализации программы «Здоровая школа»

- формирование системы физкультурно- оздоровительной работы школы 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; - осуществление систематического контроля состояния здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики; - снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса; - создание компьютерного банка данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования, для использования совершенствования модели медико- психолого- педагогического сопровождения учащихся;
- повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.

Модель формирования здоровьесберегающей среды в МБОУ «МБОУ СОШ №4» с учетом индивидуального подхода к учащимся

СУБЪЕКТЫ			
Учащийся	Члены семьи учащегося	Педагоги	Привлеченные специалисты и организации
Ценности			
Осознание причин своих личностных, и других переживаний, особенностей формирования межличностных отношений	Осмысление мотивов, потребностей, устремлений, установок, отношений, особенностей поведения и эмоционального реагирования ребенка	Открытие системы ценностей подростка внутреннего происхождения	Достижение соответствия между декларируемыми и реально-действующими ценностями
Цель			
Сохранение и укрепление здоровья обучающихся			
Задачи			
Осознание ценности здоровья и активно-познавательное стремление к его совершенствованию, индивидуальная информированность и способность принимать	Удовлетворение потребностей учащегося в ЗОЖ, формирование потребности в соблюдении элементарных гигиенических норм и правил, выведение	Сохранение и развитие здоровья учащегося при его оптимальной трудоспособности и социальной активности, формирование	Формирование доминантной установки на восприятие позитивных сторон реальности и защиту от негативных влияний среды.

ответственные эффективные решения, определяющие структуру и качество жизни	подростка в режим саморазвития, самовоспитания	системы умений и здоровьесформирующих технологий и стратегий	
Функции			
Самореализации	Психофизиологическая	Эстетически-познавательная	Психотерапевтическая
Аспекты			
Личностный	Командный	Образовательный	Деятельностный
Формы			
Консультации, беседы, инструктажи, тренинги, семинары-практикумы, дни открытых дверей, конференции			
Результаты (с позиций трех уровней отношения учащегося к своему здоровью)			
Когнитивный	Эмоциональный		Поведенческий
Позитивное отношение учащегося к себе, самоуважение	Формирование дифференцированных обобщенных знаний о себе в процессе деятельности и общения с окружающими		Включенность в культурно-оздоровительную деятельность

Заключение

Данная программа «Здоровье» рассчитана на 5 лет и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включенности педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.

Программа разработана с использованием Интернет - ресурсов:

1. «Здоровьесберегающие образовательные технологии»
<https://nsportal.ru/shkola/obshchepedagogicheskie-tehnologii/library/2018/03/18/zdorovesberegayushchie-tehnologii-v>
2. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе
<https://pedsovet.org/article/zdorovesberegayushchie-tehnologii--v-obrazovatelnom-protse>
3. Организация системы просветительской и методической работы с педагогами, обучающимися и родителями по формированию здорового образа жизни
<https://pandia.ru/text/78/460/20971.php>
4. «Особенности формирования здоровьесберегающей среды в образовательной организации»
<https://infourok.ru/osobennosti-formirovaniya-zdorovesberegayushej-sredy-v-obrazovatelnoj-organizacii-4572029.html>
5. Программа «Здоровьесберегающая деятельность в начальной школе»
<https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2020/11/14/programma-zdorovesberegayushchaya-deyatelnost-v>