

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №10
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ



УТВЕРЖДАЮ
Директор
2022 год



Программа

формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся
«ЗДОРОВО БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!»



Сургут, 2022 г.

«Забота о здоровье – это важнейший труд педагога.
От жизнедеятельности, бодрости детей зависит
их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие,
прочность знаний, вера в свои силы...»

А.В.Сухомлинский

**Программа формирования
культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся МБОУ
СОШ №10 с углублённым изучением отдельных предметов**

«Здорово быть здоровым!»

Пояснительная записка

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы общего образования.

Актуальность. Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы не научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье. Если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Если раньше говорили: “В здоровом теле - здоровый дух”, то не ошибется тот, кто скажет, что без духовного не может быть здорового. Наблюдения показывают, что использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения.

Гуманистическая направленность современного образования выдвигает требования более полной реализации идеи дифференциации и индивидуализации обучения, учитывающего готовность детей к школе, состояние здоровья, степень тяжести нарушения психического здоровья детей, компенсаторные возможности их организма, индивидуально-типологические особенности. Обучение - самый значимый фактор по продолжительности и по силе воздействия на здоровье школьников. Интенсификация учебного процесса, использование новых форм и технологий обучения, ранее начало систематического обучения привело к значительному росту количества детей, не способных полностью адаптироваться к нагрузкам. Внедрение в учебный процесс здоровьесберегающих технологий позволяет добиться положительных изменений в состоянии здоровья школьников. Важно не только сохранить здоровье в процессе обучения, но и научить детей заботиться о нем: формировать установки на здоровый образ жизни; формировать нетерпимость и умение противодействовать действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью и безопасности личности и общества в пределах своих возможностей.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа сформирована с учётом ***факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:***

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;

- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагоприятных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков, и всего населения страны в целом;
- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.

Законодательная база

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся «Здорово быть здоровым!» являются:

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.;
- Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 № 751 "О национальной доктрине образования в Российской Федерации"

- 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»;
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарноэпидемиологические требования к организации общественного питания населения **ГЛАВНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ САНИТАРНЫЙ ВРАЧ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПОСТАНОВЛЕНИЕ** от 27 октября 2020 года N 32 Об утверждении санитарноэпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарноэпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
- 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»;
- «О мерах по улучшению охраны здоровья детей в РФ». Приказ МЗ и МО. Официальные документы в образовании - №20. – 2002г.
- СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
- О недопустимости перегрузок обучающихся в школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Рекомендации по использованию компьютеров в общеобразовательной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002);
- Приказ департамента образования и молодежной политики Ханты – Мансийского автономного округа – Югры от 06.10.2021 №1498/1348 «Об организации медицинской помощи несовершеннолетним, в том числе в

период обучения и воспитания в образовательных организациях Ханты – мансийского автономного – Югры».);

- Комплексный план мероприятий по профилактике энтеровирусных инфекций среди населения муниципального образования городской округ город Сургут на 2019-2023 годы.

Цели и задачи Программы

Цель программы: *Формирование* здорового образа жизни школьников, способствующего познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы общего образования.

Задачи формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;

- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Участники программы:

Учащиеся 1-11 классов

Классные руководители

Учителя-предметники

Фельдшер, закрепленный за школой

Работники МБУЗ «Городская поликлиника №1»

Родители

Механизм реализации Программы.

Реализация Программы предполагает:

- объединение и координацию действий всех участников воспитательного процесса;
- разработку Программы и планов по реализации данной программы;
- проектирование открытой системы воспитательной работы МБОУ СОШ №10, активно взаимодействующей с окружающей средой.

Сроки и этапы реализации Программы

Программа будет реализована в период с 2022 по 2027 годы.

Направления реализации программы

Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения.

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

В школе работает **столовая**, она рассчитана на 200 посадочных мест в основном здании образовательного учреждения и на 120 посадочных мест в начальной школе. Обслуживающий персонал обеспечивает горячим питанием всех учащихся. Меню меняется каждый день в течение недели.

В школе работает оснащенный **спортивный зал**, возле школы находится корт, волейбольная площадка, дорожки с асфальтированным покрытием, сектор для прыжков в высоту и длину, сектор для метания гранаты, полоса препятствий, футбольное поле.

Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.

Сохранение и укрепление здоровья учащихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работы педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Организация образовательного процесса строится с учетом **гигиенических норм и требований** к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях).

В учебном процессе педагоги применяют **методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся.** Используемый в школе учебно-методический комплекс содержит материал для регулярного проведения учеником самооценки результатов собственных достижений на разных этапах обучения: в результате работы на конкретном уроке, в результате изучения темы или раздела, в результате обучения в том или

ином классе начальной школы. Система заданий направленных на самооценку результатов собственных достижений, их сравнение с предыдущими результатами, на осознание происходящих приращений знаний, способствует формированию рефлексивной самооценки, личностной заинтересованности в приобретении, расширении знаний и способов действий. Содержание учебников имеет культурологический, этический и личностно ориентированный характер и обеспечивает возможность понимания школьниками основных правил поведения в обществе на основе традиционных духовных идеалов и нравственных норм. Достижению указанных личностных результатов способствует тесная связь изучаемого материала с повседневной жизнью ребенка, с реальными проблемами окружающего мира, материал о правах ребенка, о государственных и семейных праздниках и знаменательных датах. Особую актуальность имеет учебный материал, связанный с проблемой безопасного поведения ребенка в природном и социальном окружении.

В школе строго соблюдаются все **требования к использованию технических средств обучения**, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности **индивидуальные особенности развития учащихся**: темпа развития и темп деятельности. В используемой в школе системе учебников учтены психологические и возрастные особенности школьников, различные учебные возможности детей. В этой связи и для достижения указанных личностных результатов в учебниках всех предметных линий представлены разнообразные упражнения, задачи и задания.

Организация физкультурно-оздоровительной работы.

Система физкультурно-оздоровительной работы в школе направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма,

сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья. Сложившаяся система включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры)
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
- организацию занятий по лечебной физкультуре;
- организацию часа активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками;
- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- в школе работают спортивные секции;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней Здоровья, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Организация просветительской работы образовательного учреждения.

1. Просветительно-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, включает:

- внедрение в систему работы школы дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, которые носят модульный характер, реализуются во внеурочной деятельности либо включаются в учебный процесс;
- лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек;
- проведение дней Здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни;

2. Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников образовательного учреждения и повышение уровня

знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает:

- проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.;
- приобретение для педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
- привлечение педагогов и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.
- создание библиотеки детского здоровья, доступной для родителей и т.п.

Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает **квалифицированный состав специалистов:**

№	Специалист	ФИО	Квалификационная категория
1	Руководитель Центра здоровьесбережения	Когут Ирина Сергеевна	Высшая
2	Логопед	Козубенко Дарья Андреевна	Без категории
3	Педагог-психолог	Новикова Ксения Васильевна	Первая
4	Педагог-психолог	Сорока Надежда Александровна	Первая
6	Учитель физической культуры	Мадоян Карен Артурикович	Первая
7	Учитель физической культуры	Дроздов Анатолий Евгеньевич	Первая
8	Учитель физической культуры	Казарян Роберт Мнацаканович	Высшая
9	Учитель физической культуры	Казарян Залико Мнацаканович	Первая
10	Учитель физической культуры	Камартдинова Альбина Амирзяновна	Высшая
11	Учитель биологии	Банникова Мария Викторовна	Высшая
12	Фельдшер	Обухова Любовь Ивановна	Высшая
13	Фельдшер	Фиткулина Анна Михайловна	Высшая

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом педагогическому составу образовательного учреждения необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей и подростков.

Для этого нами создана прогнозируемая *модель личности ученика*:

- личность физически, нравственно, духовно здоровая;
- личность, осознающая необходимость здорового образа жизни и безопасность жизнедеятельности как условий благополучного существования;
- личность, имеющая устойчивый интерес к регулярным занятиям физическими упражнениями.
- личность, способная самостоятельно находить выход из проблемной ситуации, осуществлять поисковую деятельность, проводить исследования;
- личность, владеющая средствами и способами исследовательского труда;
- личность, готовая к выбору и освоению профессиональных образовательных программ отдельных областей знаний с учетом склонностей, сложившихся интересов и индивидуальных возможностей;
- личность, способная осуществлять самостоятельную продуктивную деятельность;
- личность, способная к саморазвитию и самоизменению;
- личность, обладающая разносторонним интеллектом, высоким уровнем культуры;
- личность, руководствующаяся в своей жизнедеятельности общечеловеческими ценностями и нормами, воспринимающая другого человека как личность, имеющую право на свободу выбора, самовыражение.

План мероприятий, направленных на реализацию программы

Направление деятельности	Мероприятие	Сроки				Ответственные
		2022 - 2023	2023 - 2024	2024- 2025	2026- 2027	
Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения	Составление акта о приемке образовательного учреждения	август	август	август	август	Директор Зам. по АХР
	Приобретение необходимого оборудования для оснащения медицинского кабинета	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Зам. по АХР
	Приобретение нового оборудования для кабинетов, спортивных залов, спортплощадок	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Зам. по АХР
	Организация горячего питания	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Заведующая столовой, социальный педагог, фельдшер
	Заявки на замещение вакантных должностей	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Директор
	Повышение квалификации	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Зам. по НМР, методист

Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся

Составление расписания уроков, занятий ДО	Сентябрь май	Сентябрь май	Сентябрь май	Сентябрь май	Завуч
Проведение мероприятий по соблюдению санитарно-гигиенических норм и правил, изучению ПДД и ТБ	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Администрация Классные руководители
Реализация индивидуальных образовательных программ для детей с ограниченными возможностями здоровья	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Администрация Педагог-психолог Учитель-логопед
Организация методических семинаров, совещаний: - «Требования к результатам освоения основной образовательной программы общего образования» (3 семинара); - «Коррекционно-развивающие занятия учителя-логопеда, педагога-психолога»; «Двигательная активность детей»	сентябрь ноябрь январь	ноябрь	апрель	февраль	Заместители директора по УВР
Проведение педагогических советов: «Система работы школы по формированию здорового образа жизни и укрепления здоровья учащихся»; «Здоровьесберегающее и здоровьесохраняющее пространство школы»		октябрь		март	Администрация

**Организация
физкультурно-оздоровительной работы**

Работа с обучающимися всех групп здоровья на уроках физкультуры, секциях	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Учителя ФК Педагоги ДО
Организация динамических пауз, физкультминуток на уроках, динамических перемен	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Учителя начальной школы, педагог-организатор, воспитатель ГПД
Организация работы кружков, секций спортивной направленности	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Администрация, педагоги ДО,
Дни Здоровья	Раз в четверть	Раз в четверть	Раз в четверть	Раз в четверть	Администрация, педагоги ДО, учителя ФК
Организация утренней зарядки	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	Учителя начальной школы
Проведение бесед в классах о режиме дня, правильном питании, здоровом образе жизни, значении спорта в жизни человека и др.	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Классные руководители, фельдшер, социальные педагоги
Организация наглядной агитации, выпуск листов здоровья	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Педагоги ДО, учителя ФК, педагог-организатор, социальный педагог
Профилактические беседы, встречи с представителями медицинских учреждений			В течение года	В течение года	Учителя начальной школы, медработники социальный педагог

Рейды: -«Утренняя зарядка»; -«Чистый класс»; -«Внешний вид»	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Социальный педагог
Организация школьной спартакиады	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Учителя ФК, педагоги ДО
Конкурсы: -«Стартинейджер»; -«Веселые старты»; -«Папа, мама, я – спортивная семья»; -«Зимние забавы»	Декабрь-апрель ноябрь январь март декабрь февраль	Декабрь-апрель ноябрь январь март декабрь февраль	Декабрь-апрель ноябрь январь март декабрь февраль	Декабрь-апрель ноябрь январь март декабрь февраль	Учителя ФК, педагоги ДО, учителя начальной школы
Месячники: -«Внимание! Дети идут в школу»; -«Месячник гражданской защиты»; -«Месячник пожарной безопасности»; -«Марафон «Мой выбор»	Сентябрь сентябрь октябрь октябрь - декабрь	Сентябрь сентябрь октябрь октябрь - декабрь	Сентябрь сентябрь октябрь октябрь - декабрь	Сентябрь сентябрь октябрь октябрь - декабрь	Администрация, инженер по ТБ и ОТ, педагог-организатор ОБЖ
Походы, прогулки, экскурсии	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Классные руководители
Организация Недель безопасности	Октябрь декабрь март май	Октябрь декабрь март май	Октябрь декабрь март май	Октябрь декабрь март май	Администрация, инженер по ТБ и ОТ, педагог-организатор ОБЖ
День защиты детей	апрель	апрель	апрель	апрель	Администрация, инженер по ТБ и ОТ, педагог-организатор ОБЖ

Реализация дополнительных образовательных программ	Создание совета по здоровью	сентябрь				Администрация
	Реализация подпрограмм: -«Ослепительная улыбка»; -«Моя карта здоровья»; «Полезные привычки»; «Разговор о правильном питании»; «Я принимаю вызов»	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Социальный педагог, классные руководители
	Использование учебно-методического комплекта	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Учителя предметники
	Организация конкурсов творческих работ, викторин, акций	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Классные руководители, учителя ИЗО, Педагоги ДО
Просветительская работа с родителями (законными представителями)	Педагогический лекторий: -« Распорядок дня и двигательный режим школьника»; - «Личная гигиена школьника»; - «Воспитание правильной осанки у детей»; - «Использование движения родителей с детьми для обучения детей навыкам правильного поведения на дорогах»; - «Организация правильного питания ребенка в семье»; - «Семейная профилактика проявления негативных привычек»; - «Как преодолеть	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Классные руководители, педагог-психолог, социальные педагоги

страхи»					
Индивидуальные консультации	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Классные руководители, педагог-психолог, социальные педагоги, учитель-логопед
Организация совместной работы педагогов и родителей по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, походов, экскурсий	В течение года	В течение года	В течение года	В течение года	Классные руководители, педагог-организатор, педагоги ДО, учителя ФК
Выставки научно-методической литературы по здоровьесбережению, профилактике заболеваний, вредных привычек, безопасности детей	Раз в месяц	Раз в месяц	Раз в месяц	Раз в месяц	Классные руководители, библиотекарь, социальные педагоги

План организации оздоровительной работы

№ п/п	Мероприятия	Ответственный	Срок выполнения
1	<p>Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме рабочего дня:</p> <ul style="list-style-type: none"> • совещания на темы: «Реализация программы «Школа – территория здоровья», «Двигательная активность детей», «Как воспитать в детях негативное отношение к вредным привычкам»; • назначение ответственных за проведение оздоровительных мероприятий в школе, проведение для них инструктажей; • проведение бесед в классах о режиме дня для школьника, о порядке проведения ФМ и подвижных игр на переменах; • организация утренней зарядки для учащихся школы 	<p>администрация</p> <p>классные руководители</p> <p>учителя-предметники</p> <p>учителя физической культуры</p>	<p>в течение года</p> <p>сентябрь</p> <p>сентябрь</p> <p>ежедневно</p>
2	<p>Занятия физическими упражнениями и игры в группах продленного дня:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ФМ во время выполнения домашнего задания, прогулки и экскурсии; • физкультурные упражнения и игры в часы отдыха, занятия в спортивных секциях и кружках. 	<p>воспитатель ГПД</p> <p>учителя физической культуры</p>	<p>ежедневно</p> <p>2-3 раза в неделю</p>
3	<p>Организация спортивной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • назначить физоргов в классах для подготовки команд; • составить расписание занятий секций и кружков; • подготовка команд по видам спорта, включенным в городскую спартакиаду; 	<p>кл. руководители</p> <p>учителя физической культуры</p> <p>педагоги ДО</p> <p>учителя физической культуры</p>	<p>сентябрь</p> <p>в течение года</p> <p>постоянно</p>
4	<p>Агитация и пропаганда:</p> <ul style="list-style-type: none"> • оформить уголок физической культуры, стенд нормативных показателей, расписание работы спортивных секций, график занятости спортивных залов; • выпуск информационных листов о проведении спортивных мероприятий. 	<p>учитель физической культуры</p> <p>спортивная комиссия</p>	<p>сентябрь</p> <p>в течение года</p>

5	<p>Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом:</p> <ul style="list-style-type: none"> • лекции для родителей на темы: «Распорядок дня и двигательный режим школьника», «Личная гигиена школьника», «Воспитание правильной осанки у детей»; • консультация для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье; закаливания и укрепления их здоровья; • участие родителей в спортивных праздниках, Днях здоровья; • консультации для классных руководителей по планированию спортивно-оздоровительной деятельностью в классе 	<p>Администрация кл. руководители фельдшер фельдшер</p> <p>учитель физической культуры</p> <p>кл. руководители учитель физической культуры</p>	<p>в течение года</p> <p>сентябрь-ноябрь</p>
6	<p>Внеурочная работа в школе: См. план спортивно-массовых мероприятий</p>	<p>учитель физической культуры кл. руководители</p>	<p>в течение года</p>
7	<p>Организационные и лечебно-профилактические работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • проверка санитарного состояния школы перед началом учебного года; • подготовка медицинского кабинета, выписка аптеки; • получение медицинской карты (ф.26) для учащихся 1 классов и вновь поступивших; • проведение витаминизации учащихся и педагогов; • организация и проведение медицинских осмотров; • анализ результатов медосмотров и доведение полученных данных до сведения родителей и учителей; • регулярное проведение профилактики детского травматизма. 	<p>администрация</p> <p>фельдшер</p> <p>фельдшер</p> <p>столовая</p> <p>фельдшер</p> <p>фельдшер</p> <p>администрация инженер по ТБ и ОТ инструктор по БДД кл. руководители</p>	<p>август</p> <p>ноябрь-октябрь сентябрь</p> <p>2 раза в год в течение 2х мес. ежедневно</p> <p>октябрь ноябрь</p> <p>в течение года</p>

8	<p>Организация и проведение профилактического лечения в школе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • детей с заболеванием носоглотки; • детей с заболеваниями желудочно-кишечного тракта; • детей с нарушением функции зрения: <p>1) согласно рекомендации врача рассадить детей в классах;</p> <p>2) соблюдение светового режима</p> <p>3) контроль за ношением очков; - регулярное проведение амбулаторного приема:</p> <p>1) беседа с родителями;</p> <p>2) осмотр ребенка, назначение дополнительных методов обследования;</p> <p>3) назначение лечения, дача рекомендаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> • контроль за уроками физкультуры: <p>а) проверка санитарного состояния спортзала;</p> <p>б) соблюдение температурного режима, освещение, проветривание;</p> <p>в) наличие спортивной одежды у детей на уроках физкультуры;</p> <p>г) контроль за правильной осанкой, пульсом, дыханием учащихся;</p> <p>д) тренировка нервно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной системы;</p> <p>е) развитие физических качеств, поднятие эмоционального тонуса.</p>	<p>фельдшер</p> <p>кл. руководитель</p> <p>медработник</p> <p>учитель физ-ры</p>	<p>течение года</p> <p>1 раз в четверть, в течение года</p> <p>2 раза в неделю</p>
9	<p>Санитарно-эпидемические работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • составление плана прививок; • обследование детей на гельминты и дегельминтизация нуждающихся; • проведение осмотра на педикулез; • контроль за санитарно-гигиеническими условиями обучения и воспитания учащихся, соблюдение режима в 1-х классах, ГПД; • контроль за технологией приготовления пищи, мытьем посуды, сроками реализации 	<p>фельдшер</p>	<p>1 раз в год</p> <p>4 раза в год</p> <p>ежедневно</p>

	<p>скоропортящихся продуктов; бракераж готовой продукции;</p> <ul style="list-style-type: none"> • осмотр сотрудников пищеблока на гнойничковые заболевания; регистрация осмотра в журнале; • регистрация инфекционных заболеваний в школе; осмотр детей, нуждающихся в контакте с инфекционными больными. 		<p>ежедневно</p> <p>в течение года</p>
10	<p>Санитарно-просветительная работа:</p> <p>а) беседы, лекции для учащихся на тему: «Профилактика заболеваний», «Профилактика травматизма» и т.д.;</p> <p>б) выступление на педсоветах по вопросам: «Охрана здоровья», «Питание учащихся», «Профилактика травматизма в школе»;</p> <p>в) оформление уголка здоровья, выпуск санитарных бюллетеней;</p> <p>б) ознакомление с актами проверок СЭС; проведение бесед с техническим персоналом.</p>	<p>Фельдшер, социальный педагог, специалисты Центра здоровьесбережения.....</p>	<p>в течение года</p>

Развиваемые у учащихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы. На уроках в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья. Во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности.

Виды и формы здоровьесберегающих мероприятий:

1) Учет состояния детей:

Анализ медицинских карт учащихся.

Определения группы здоровья.

Учет посещаемости занятий.

контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

2) Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

Организация работы спортивных секций, кружков, клубов.

Проведение дополнительных уроков физической культуры.

Динамические паузы.

Индивидуальные занятия.

Организация спортивных перемен.

Дни здоровья.

Физкультминутки для учащихся.

Организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.

3) Урочная и внеурочная работа.

Открытые уроки учителей физкультуры, ОБЖ, ЗОЖ

Открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности.

Спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол, футбол, шахматы, настольный теннис, легкая атлетика, дзюдо, самбо, аэробика.

Планируемые результаты

Направление	Планируемые результаты
Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни	<ol style="list-style-type: none"> 1. У учащихся сформировано ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей. 2. Учащиеся имеют элементарные представления о физическом, нравственном, психическом и социальном здоровье человека. 3. Учащиеся имеют первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности. 4. Учащиеся имеют первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества. 5. Учащиеся знают о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека.
Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения	Соответствие состояния и содержания зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.
Рациональная организация образовательного процесса	Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения.
Организация физкультурно-оздоровительной работы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях). 2. Рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера.
Реализация дополнительных	Эффективное внедрение в систему работы ОУ программ, направленных на формирование ценности

образовательных программ	здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс.
Просветительская работа с родителями	Эффективная совместная работа педагогов и родителей по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек.

Оценка эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются:

- через анкетирование родителей и обучающихся
- через психологические тестирования;
- в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

Ожидаемые конечные результаты программы

- Повышение приоритета здорового образа жизни.
- Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.
- Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья школьников.
- Повышение функциональных возможностей организма учащихся. Развитие физического потенциала школьников,
- Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников.
- Повышение уровня самостоятельности и активности школьников.
- Участие в районных, областных спартакиадах, командных соревнованиях, личных первенствах по различным видам спорта.

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 ступенях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

Данная программа конкретизируется в виде плана работы на учебный год, в течение которого решаются следующие вопросы:

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- планомерная организация питания учащихся;
- совершенствование деятельности психолого-медико-социальной службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся.

Методы контроля за реализацией программы

Проведение заседаний методического совета школы.

Посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОТ. Изучение и анализ опыта работы педагогов-экспериментаторов. Совершенствование форм и методов ЗОТ. Внедрение интегрированных курсов гуманитарных предметов.

Создание методической копилки экспериментального опыта.

Мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе.

Сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.