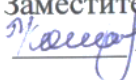



Краевое государственное казенное общеобразовательное учреждение,  
реализующее адаптированные основные общеобразовательные программы  
«Школа № 4» (КГКОУ Школа 4)  
пр-т Комсомольский, 47, г. Амурск, Хабаровский край, 682640  
E-mail: sch4@edu.27.ru  
тел./ факс (42142) 9-99-41/ (42142) 9-99-49

Согласована  
Заместитель директора по ВР  
 В.А. Кومان



Утверждена  
Директор школы  
 О.И. Лебедева  
приказ № 15 от 19.01. 2023 г.

Принята на педагогическом совете  
протокол № 3 от 15.01. 2023 год

**ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
**«Школа – территория здоровья»**  
**2023 – 2027 гг.**

2023 год



**Здоровье подрастающего человека – это главная проблема современной школы**

**Здоровьесберегающие образовательные технологии – это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся**





## Паспорт программы

<i>Наименование программы</i>	«Школа – территория здоровья»
<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"><li>- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;</li><li>- формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;</li><li>- пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;</li><li>- изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение;</li><li>- обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения;</li><li>- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;</li><li>- формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;</li><li>- развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды;</li><li>- развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов;</li><li>- воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни</li></ul>
<i>Срок реализации программы</i>	- 2023 – 2027 годы
<i>Ожидаемые конечные</i>	1. Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы

<p><i>результаты реализации программы, их социальная эффективность</i></p>	<p>образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого школьника.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.</li> <li>3. Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса.</li> <li>4. Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.</li> <li>5. Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков;</li> <li>6. Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам;</li> <li>7. Разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения;</li> <li>8. Включение в план работы школы регулярное проведение недель здоровья;</li> <li>9. Эффективное использование комнаты психологической разгрузки для обучающихся и зала ЛФК;</li> <li>10. Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.</li> </ol>
<p><i>Нормы и методы реализации программы</i></p>	<p>Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, фоновые мероприятия, внеклассная работа, внеурочная деятельность.</p>
<p><i>Условия реализации программы</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья;</li> <li>• учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке</li> </ul>

	программы развития школы
<i>Управление, контроль</i>	Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация школы.

### **Нормативно-правовая база программы**

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. «Конвенция ООН о правах ребенка» 1989г.;
2. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
3. «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»;
4. Конституции Российской Федерации от 12.12.1993г.;
5. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
6. Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».
7. Федеральный закон № 157 от 17.09.1998 года «Об иммунопрофилактике инфекционных заболеваний ».
8. Федеральный закон № 52 от 30.03.1999 года «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения ».
9. СанПин 2.4.3648-20 от 18.12.2020 года «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения , отдыха и оздоровления детей и молодежи».
10. СанПин 2.3/2.4.3590-20 от 27.10.20 года «Санитарно-эпидемические требования к организации общественного питания населения».
11. СанПиН 3.3686-21 от 28.01.2021 «Санитарно-эпидемические требования по профилактике инфекционных болезней».
12. Приказ МЗ РФ от 26.11.1998 года № 342 «Об усилении мероприятий по профилактике эпидемического сыпного тифа и борьбе с педикулезом».
13. СанПин 2.1.3.2630-10 от 09.08.2010. года «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим медицинскую деятельность».
14. СанПиН 2.1.3684-21года «Санитарно-эпидемиологические требования к обращению с медицинскими отходами».

15. Закон Хабаровского края от 25.07.2000 года «О защите населения Хабаровского края от заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)».

16. Руководство МЗ РФ Р 3.1.683 – 98 «Профилактика инфекционных заболеваний». «Использование ультрафиолетового бактерицидного излучения для обеззараживания воздуха и поверхности в помещениях».

17. Приказ ДЗ Хабаровского края от 24.09.1998 года № 408/100 «О проведении обязательных при поступлении на работу и периодических медицинских осмотров лиц декретированных профессий».

18. СП 2.4.5.2409-08 от 23.07.08. года «Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

19. СанПиН 2.4.4.2599-10 от 19.04.10. « Гигиенические требования к устройству, содержанию и организации режима в оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул».

20. СП 3.3.2342-08 от 01.06.08. года «Обеспечение безопасности иммунизации».

## МОДЕЛЬ «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ»



# Этапы внедрения здоровьесберегающих технологий

Анализ состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности детей, их валеологических умений и здоровьесберегающей среды учреждений

Организация здоровьесберегающего образовательного пространства в учреждении

Установление контактов с социальными партнёрами учреждений по вопросам здоровьесбережения

Работа валеологической направленности с родителями учреждения

Внедрение разнообразных форм работы по сохранению и укреплению здоровья для разных категорий детей и взрослых

Освоение педагогами учреждений методик и приёмов здоровьесбережения детей и взрослых учреждения



## ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ

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.

Педагогический коллектив разработал программу «Школа – территория здоровья», способствующую созданию оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

Основополагающей задачей программы здоровьесбережения определили сохранение здоровья учащихся и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел «Календарный план реализации программы» обновляется каждый учебный год.

Термин «здоровьесбережение» включает систему мер, направленных на профилактику так называемых «школьных болезней» и улучшение здоровья участников образовательного процесса – учащихся и учителей – с использованием здоровьесберегающих технологий.

К сожалению, за последние годы состояние здоровья детей и подростков в нашей стране сильно ухудшилось.

Проблемы здоровья ребенка остаются наиболее актуальными в практике общественного и семейного воспитания. 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.

Сегодня нет необходимости доказывать, что педагог и правильно построенный в условиях здоровьесбережения учебно-воспитательный процесс, способны сохранить и укрепить здоровье учащихся.

Современная начальная школа, в свою очередь, также ставит перед собой задачу сохранения и укрепления здоровья школьников. И это не просто дань моде, это твердое убеждение учителей начальных классов, которые сталкиваются с проблемами физического, эмоционального, социального здоровья детей, переступающих школьный порог. В младшем

школьном возрасте детям свойственна большая ранимость, повышенная чувствительность к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды.

Поступление в школу – один из критических этапов, сопровождающихся ломкой привычек, сложившихся в дошкольный период воспитания. Длительные и систематические учебные занятия, значительная нагрузка, новые обязанности и требования, уменьшение игровой и двигательной активности – все это представляет для первоклассников большие трудности.

У многих детей, особенно в первые недели и месяцы обучения, возникают такие изменения в организме, которые позволяют говорить о «школьном стрессе» или адаптационной болезни. Степень этих изменений в организме ребенка зависит от уровня его развития, т.е. биологического возраста. Между тем, дети одинакового возраста очень разные. Не все из них достигают школьной зрелости – такого уровня физического и психического развития организма, при котором требования систематического обучения, новый режим не будут чрезмерно обременительны ребенку и не вызовут у него нарушений в состоянии здоровья.

Наблюдения за уровнем развития детей, поступивших в школу, показали, что незрелые дети недостаточно самостоятельны, робки, нечетко представляют предъявляемые к ним требования. У них снижена работоспособность, они быстро утомляются, с трудом справляются с учебной работой. Школьные задания, которые «зрелыми» выполняются легко и быстро, у «незрелых» вызывают нервное напряжение, накапливающееся изо дня в день и приводящее зачастую к нарушению здоровья, развитию неврозов. «Незрелость» ребенка находится в весьма тесной связи с состоянием здоровья ребенка в дошкольный период, а также с рядом социальных факторов: неблагополучием семьи (алкоголизм родителей, воспитание ребенка только одним из родителей), низким образовательным цензом родителей (особенно матери), плохими бытовыми условиями. На сегодняшний день 53% младшеклассников имеют ослабленное здоровье, увеличивается количество детей с нарушениями зрения, примерно 60% учащихся имеют различные нарушения осанки, до 40% детей страдают отклонениями обмена веществ, в том числе избыточным весом.

Наиболее уязвимы дети, переходящие из начальной в основную школу, что может быть связано с:

- возрастанием объема и усложнением характера учебной нагрузки;
- выходом на первый план фактора оценки, отныне призванного играть главную, если не определяющую роль, в самоконтроле ребенка и контроле со стороны родителей за его успеваемостью;
- усложнением характера взаимоотношений «учитель – ученик» и межличностных отношений внутри класса, с увеличением риска возникновения конфликтных ситуаций.

Все это требует пристального внимания со стороны педагогов и администрации школы к вопросам регламентации учебного материала, создания и поддержания благоприятного психологического микроклимата и в процессе обучения, и во внеурочное время.

В структуре заболеваемости учителей Российской Федерации преобладают те же формы, что и у школьников: нарушения опорно-двигательного аппарата, различные степени пограничных психических расстройств; патологии, касающиеся нервной системы, органов чувств, сердечно-сосудистой и пищеварительной систем.

С учетом поправок на возраст и социальный статус участников образовательного процесса (учащихся и учителей), на природные и социально-экономические условия отдельных регионов России подобное совпадение лишь подтверждает единство влияния факторов внешней среды на состояние здоровья и тех, кто учит, и тех, кого учат.

***К таким факторам следует отнести:***

- объем учебной информации и ее усложнение;
- резко возросшие требования как учителю (в плане использования новых технологий), так и к ученику (при уменьшении количества часов, выделяемых на изучение школьных предметов требования к сформированности различных учебных действий остаются высокими);
- реальные проблемы организации учебного процесса конкретного образовательного учреждения с учетом возможностей соблюдения в нем санитарно-гигиенических норм.

В большинстве случаев и родителями, и участковым педиатром обращается внимание на физическое состояние здоровья (осанку, зрение, работу внутренних органов и т.д.). А ведь между физическим и психическим здоровьем существует прямая взаимосвязь. Известно, что раннее повреждение центральной нервной системы, т.е. нарушенное психическое здоровье ребенка, является причиной различных отклонений в функционировании ряда систем организма, и, наоборот, соматические заболевания, особенно в хронической форме, сопровождаются вторичными нарушениями со стороны психического здоровья.

По-прежнему не налажена четкая обратная связь между медицинской службой школы и учителями и родителями. В результате на ранних стадиях развития болезни мер не предпринимается, и острые заболевания у детей переходят в хронические, за годы учебы ухудшается ряд функциональных показателей организма.

Для изменения ситуации при выполнении задач здоровьесбережения в основной массе наших общеобразовательных учреждений ключевой фигурой следует признать учителя.

Забота о здоровье подрастающего поколения начинается с заботы педагога о собственном здоровье, а оно во многом зависит от образа жизни, который он ведет. Мы не можем повлиять на принятие решений, от которых зависит экологическое состояние города, где мы живем. Но всегда можно избегать вредных привычек, разнообразить свой пищевой

рацион, стараться не допускать перегрузок и по возможности соблюдать режим труда и отдыха. Знание методов поддержки сил собственного организма, его возможностей и симптоматики тех или иных заболеваний поможет учителю внимательнее относиться и к состоянию здоровья своих воспитанников. Да и собственный пример лучше всяких слов послужит обучению детей соблюдению правил здорового образа жизни.

Состояние здоровья ученика важно для учителя еще и потому, что оно может стать причиной его отставания в учебе. Негативные последствия этого явления, так или иначе, отражаются на состоянии всего общества. В советские годы причиной отставания в учебе у 85% неуспевающих были проблемы со здоровьем. И в наше время эта причина является первостепенной.

Негативно влияет на здоровье учащихся (а значит, и на успеваемость), малая подвижность в течение дня, когда, придя домой из школы, ребенок не гуляет, а сразу приступает к выполнению домашних заданий, а потом часами просиживает перед телевизором и компьютером, из-за чего страдают и опорно-двигательный аппарат, и нервная система, и зрение. Кстати, об отрицательных последствиях такого «отдыха» свидетельствуют и ослабевание живых контактов между детьми, которые общаются зачастую только в школе и участвовавшие случаи «ухода» в виртуальный мир, когда реальный мир с его проблемами становится для ребенка слишком сложным, неинтересным и ненужным.

Резюмируя сказанное выше, можно сказать, что важнейшую роль в сохранении и укреплении здоровья участников образовательного процесса играет слаженное взаимодействие учителей, врачей и родителей.

Таким образом, проблема здоровья детей сегодня стоит настолько остро, что мы вправе поставить вопрос «Что для нас важнее – их физическое состояние или обучение»? Такая озабоченность вполне понятна. Современное образование столкнулось со сложнейшей проблемой – не просто обучением подрастающего поколения, но и сохранением у него устойчивого здоровья. Готовность к интеллектуальным нагрузкам связана не только с умением читать и писать, но и с уровнем здоровья ребенка. И хотя традиционно считается, что основная задача школы – дать необходимое образование, учитель, в особенности учитель начальных классов, не может бесстрастно относиться к неблагоприятному и прогрессивно ухудшающемуся здоровью своих воспитанников. И именно поэтому в последние годы были разработаны и активно внедряются педагогами «здоровьесберегающие технологии», цель которых – достижение того или иного образовательного результата в обучении, воспитании и развитии. Здоровьесбережение не может выступать в качестве основной и единственной цели образовательного процесса, а только в качестве условия, одной из задач достижения главной цели. Каждый урок должен быть приятным для ребенка, поэтому при проведении любого урока учитель должен помнить заповедь здоровьесберегающей педагогики «Не навреди!»

Целью здоровьесберегающей педагогики является последовательное формирование в школе здоровьесберегающего образовательного пространства с обязательным использованием педагогами здоровьесберегающих технологий. Их сущность, в принципе проста: необходимо так организовать образовательный процесс, чтобы не подрывать здоровье ребенка, по возможности минимизировав негативное воздействие школьных факторов риска. Школьные факторы риска – это ряд характеристик образовательного процесса, агрессивно воздействующих на психику и организм детей и достаточно устойчивых в своих проявлениях в школах всего мира.

В качестве основных из них можно назвать следующие:

- недостаточное соответствие школьных программ, методик и технологий возрастным и индивидуальным особенностям школьников;
- нерациональная организация учебного процесса;
- физические, эмоциональные и интеллектуальные школьные перегрузки;
- стрессовая тактика и стратегия педагогических воздействий.

К школьным факторам риска относятся и временной цейтнот, в котором находятся школьники в течение многих лет жизни, и недостаточная психологическая компетентность учителя, и скученность детей, и принужденность к общению в условиях классно-урочной системы обучения и многое другое.

Безусловно, что уже понимание пагубности воздействия школьных факторов риска на психологическое и физическое здоровье детей – гарантия того, что педагоги пытаются их нивелировать, обеспечивая максимальную возможную безопасность ребенка в образовательном процессе. Возникает вопрос, возможно ли, чтобы школа, педагог не просто сохраняли, а формировали и укрепляли здоровье школьников? Очевидно, что возможно, но только в том случае, если здоровье ребенка будет рассматриваться как категория педагогическая. Является ли на сегодняшний день здоровье и психологическое благополучие ребенка категорией педагогической? Скорее, нет, несмотря на многочисленность разговоров о здоровьесбережении. Но, очевидно, что педагогам, да и всему обществу в целом, сегодня необходимо сделать все возможное и невозможное, чтобы это произошло.

Несомненно, что определяющее значение для нормального развития детей и сохранения их здоровья имеют адекватные условия обучения и воспитания. В каждой школе в той или иной степени используются здоровьесберегающие технологии. К сожалению, лишь небольшое количество школ в нашем регионе, да и в целом по стране, может похвастаться здоровьесбережением детей на высоком уровне. Для того, чтобы вплотную заняться здоровьесберегающей деятельностью, необходимо много дополнительных средств. Но даже, если в школе отсутствует бассейн, тренажерный зал и нет врачей-специалистов, логопеда, психолога, социального педагога, мы – педагоги обязаны следить за здоровьем детей.

Каждый учитель, любящий свое дело и переживающий за здоровье своих воспитанников, при подготовке и проведении уроков может использовать в своей работе рекомендации, приемы, технологии, которые связаны со здоровьесберегающей педагогикой:

Обстановка и гигиенические условия в классе должны соответствовать норме (температура и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, наличие или отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей).

Норма видов учебной деятельности на уровне 4-7 за урок (опрос учащихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение примеров и задач). Однообразие уроков утомляет учащихся. Частая же смена одной деятельности другой требует от учащихся дополнительных адаптационных условий.

Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности – 7-10 минут.

Количество видов преподавания (словесный, наглядный, самостоятельная работа) должно быть не менее трех. Чередование видов преподавания не позже, чем через 10-15 минут.

Наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся.

Присутствие на уроке смены и чередования поз учащихся, которые бы соответствовали видам работы.

Присутствие оздоровительных моментов: физкультминутки, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз (на 15-20 минуте по одной минуте из трех легких упражнений с 3-4 повторениями каждого).

Наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни, формирование отношения человека к своему здоровью как к ценности.

Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности: внешняя мотивация – оценка, похвала, поддержка, соревнование; внутренняя мотивация – стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу.

Темп и особенности окончания урока: избежание «скомканности», задержки учащихся в классе после звонка.

Особенно следует помнить, что на состояние здоровья маленьких детей оказывают большое влияние эмоциональные разрядки: шутка, улыбка, музыкальная минутка и, самое главное, благоприятный психологический климат на уроке.

Использование таких несложных приемов на каждом уроке, несомненно, принесет свои плоды. Показателем эффективности проведенного школьного занятия можно считать состояние и вид учеников, выходящих с урока.

В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно учитель начальных классов в состоянии сделать для здоровья своих учащихся больше, чем врач. Это не значит, что педагог должен выполнять обязанности медицинского работника. Просто учитель должен работать так, чтобы обучение детей в школе не наносило ущерба здоровью школьников. Педагогу недостаточно получить в начале года листок здоровья класса от медицинского работника и

использовать характеристики здоровья учащихся для дифференцирования учебного материала на уроках и внедрения гигиенических рекомендаций в учебный процесс. Прежде всего, педагог должен быть примером для своих учеников и их родителей в вопросах здоровьесбережения. Он олицетворяет для них все то новое и важное, что вошло в их жизнь в связи с приходом в школу. К сожалению, пытаюсь установить взаимосвязь между отношением учителя к своему здоровью, его потребности в соблюдении здорового образа жизни и реализацией соответствующего воспитательного воздействия на своих учеников, мы сталкиваемся с тем, что сами учителя открыто говорят о том, что они не могут быть примером в ведении здорового образа жизни для своих учеников. Чем ниже уровень грамотности педагога в вопросах сохранения и укрепления здоровья, тем менее эффективно педагогическое воздействие на учащихся. Опрос среди родителей показал, что учителя начальных классов не на должном уровне ведут санитарно-просветительскую работу среди учеников и их родителей. В большинстве семей, где есть учащиеся начальной школы, недостаточно уделяется внимания вопросам гигиены, в частности, режиму дня. Оказалось, что сон у 7-8-летних школьников длится в среднем на 2 часа меньше необходимого времени, время засыпания у многих детей отодвигается до 22-23 часов. Вечер, как правило, они проводят за просмотром телевизионных передач. В результате эмоциональных перегрузок около 25% детей не могут долго заснуть. На выполнение домашних заданий, при норме 1-1,5 часа, многие дети тратят вдвое больше времени. Подвижные игры и прогулки на воздухе составляют всего 2 часа, что на 1,5 часа меньше нормального. Только четвертая часть детей делает по утрам гимнастику. Естественно, что при таком нарушении режима ухудшаются условия для нормального развития детей, восстановления работоспособности их нервной системы, что приводит к развитию утомления и переутомления.

Проблема сохранения здоровья младших школьников стоит слишком серьезно, чтобы откладывать ее решение на завтра. Достаточно вспомнить В.А.Сухомлинского, который писал: «Я не боюсь еще и еще раз повторять: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». Учитель должен обладать важными профессиональными качествами, позволяющими внедрять плодотворные педагогические идеи и обеспечивать положительные педагогические результаты. Среди этих качеств можно выделить способность к формированию основ здоровья, здорового образа жизни, владение знаниями основ здоровьесберегающих технологий в учебном процессе, умение прогнозировать результаты собственной деятельности, а также способность к выработке индивидуального стиля педагогической деятельности. Все эти умения, тесно связанные между собой, оказывают влияние на эффективность использования учителем средств, методов и приемов здоровьесберегающих методик в учебно-воспитательном процессе при работе с младшими школьниками.

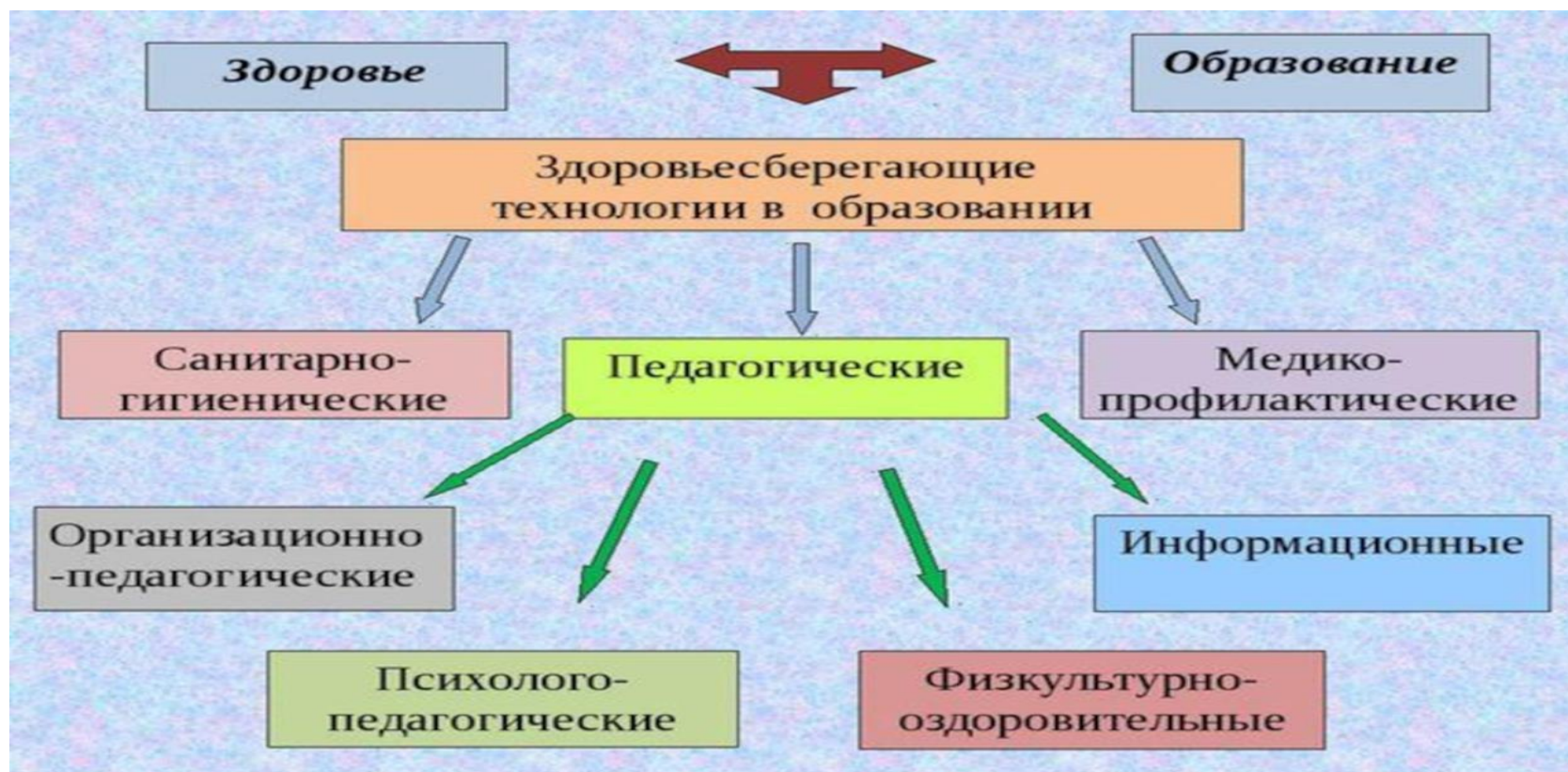
***Для успешного внедрения в педагогическую практику идей здорового образа жизни учителю необходимо найти решение трех проблем:***

- изменение собственного мировоззрения, отношения к себе, своему жизненному опыту в сторону осознания собственных чувств, переживаний с позиции проблем здоровьесбережения;

- изменение отношения учителя к учащимся. Педагог должен полностью принимать ученика таким, каков он есть, и на этой основе стараться понять, каковы его способности;

- изменение отношения учителя к задачам учебного процесса педагогики оздоровления, которое предполагает не только достижение дидактических целей, но и развитие учащихся с максимально сохраненным здоровьем.

Когда педагог будет ответственен в равной мере не только за результаты обучения, но и за нравственное и физическое здоровье учащихся, можно будет реально думать о формировании здоровой, гармонически развитой личности, а поступление в школу будет праздником для детей и родителей.





# Основные задачи по формированию здоровьесберегающей среды в школе

Реализация системы профилактических мероприятий



Оптимизация уровня образовательной нагрузки каждого ученика;



ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА

Проведение системы лечебно-оздоровительных мероприятий



Формирование благоприятного морально-психологического климата



Оптимизация системы психологической помощи учащимся



Организация физкультурно-массовых мероприятий

Внедрение здоровьесберегающих технологий в УВП

## **Материально-техническое обеспечение**

В школьном здании созданы необходимые условия для сохранения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Здание школы расположено на благоустроенном участке. Территория школы частично ограждена забором, которому 34 года. Плановое ограждение территории школы назначено на 2025 год. На территории школы расположена спортивная площадка, стоимостью 1000000 рублей, имеется стадион и спортивные сооружения, которые требуют ремонта. Здание подключено к районным инженерным сетям – холодному и горячему водоснабжению, отоплению.

Материально – техническая база - необходимое условие функционирования и развития образовательного учреждения. Совершенствование материально-технического обеспечения современным учебным и спортивным оборудованием, информационно-техническими средствами являются современными требованиями к образовательному учреждению. В школе созданы оптимальные материально-технические условия для осуществления учебно-воспитательного процесса. Школа имеет необходимый набор помещений для изучения обязательных учебных дисциплин. Учащиеся начального общего образования обучаются в учебных помещениях, закрепленных за каждым классом, основного образования – по классно-кабинетной системе.

В школе просторные, оборудованные кабинеты, компьютерный класс, 2 спортивных зала с инвентарем и необходимым оборудованием, тренажерный зал (ЛФК), раздевалки, душевые, отдельные для девочек и мальчиков, спортивная площадка для активных игр и прогулок, настольный теннис, столовая (организовано горячее питание, разнообразное меню), медицинский кабинет, актовый зал, зал хореографии, библиотека с читальным залом, класс компетенций (профориентационный), кабинеты дополнительного образования (школьный театр, медицентр, музей «Память сердца», кабинет декоративно-прикладного искусства), кабинет кулинарии, швейная мастерская, столярная мастерская. В школе имеются кабинеты физики, химии, истории, биологии, изо, музыки, психолога, логопеда, кабинет ранней помощи для родителей, имеющих детей от 0 до 3х лет. Кабинеты обеспечены необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающими гигиеническим требованиям. Школа работает полный день, организована группа продленного дня для учащихся 1-7 классов. 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,

оформление 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 работников школы по здоровьесбережению**

### **1. Функции администрации:**

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

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

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы 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 – 2023-2024 гг.

II этап – 2024 – 2025 гг.

*I этап - определение концептуальной линии развития ОУ (1 год):*

- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

*формирование научно-методической базы ОУ здоровьесберегающего типа(1 год):*

- совершенствование материально-технической базы ОУ;
- разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования;
- подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;
- программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся

*2 этап – разработка программ деятельности здоровьесберегающего образовательного учреждения (1 год):*

- внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в ОУ;
- разработка программы обучения педагогов технологиям здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на уроках.

*практическая реализация программы развития ОУ здоровьесберегающего типа.*

- Работа педагогов всех МО школы по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- Проверка результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения
- Разработка программ самоаудита здоровьесберегающей деятельности ОУ;
- Публикация полного пакета материалов функционирования собственного здоровьесберегающего ОУ.

## **Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении**

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 (конкретный процесс на уроках).
- Психологическая среда (общение с учителями и учащимися).
- Санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы).

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

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

- регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья обучающихся,
- использование в школе рекомендованных методов профилактики заболеваний,
- обсуждение данных мониторинга здоровья учащихся на педсоветах,
- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья,
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований,
- проведение физкультминуток,
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня,

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы,
- планомерная организация питания учащихся,
- реабилитационную работу.

*Блок просветительско-воспитательной работы* предполагает:

- организацию «Дней здоровья», 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, экологии, ОБЖ, физической культуры).

*Блок рациональной организации учебного процесса* предполагает:

- соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;
- использование приемов индивидуализации обучения;
- строгое соблюдение гигиенических требований к использованию технических средств в учебном процессе;
- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование деятельности психолога - 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, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

*Блок здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения* предполагает:

- соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;
- наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровьесберегающую работу;
- оснащённость физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, школьной столовой.

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

- проведение в образовательном учреждении постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;
- повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения;
- обеспеченность образовательным учреждением необходимой научно-методической литературой

### **Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения**

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

- Позиционирование школы в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения.
- Вовлечение школы в сетевое взаимодействие системы здоровьесберегающих школ, научно-педагогических и общественных организаций.
- Готовность учителей к участию в здоровьесберегающей работе.
- Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования.
- Организация самоаудита школы - 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 здоровьесберегающей 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.
- Сдача норм ГТО.

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

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

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

- Программа профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися.
- Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде обучающихся.
- Организация безопасной поддерживающей образовательной среды.



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

- Оценка комплексных показателей состояния здоровья обучающихся.

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

- Программа диагностики психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья.
- Программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся.
- Оценка сформированности у обучающихся, их родителей и учителей школы мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации в форме отчетов образовательного учреждения.

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

1. *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.

2. *Средства двигательной направленности* (здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта):

- Уроки физкультуры с комплексами физических упражнений.
- Физкультминутки на уроках и подвижные перемены.

- Различные виды оздоровительной гимнастики (пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура.
  - Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.
3. *Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ* (психологические здоровьесберегающие технологии):
- Обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик.
  - Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер обучающихся в процессе их развития.
  - Функционирование кабинета психологической разгрузки.
4. *Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса* (здоровьесберегающие образовательные технологии):
- Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс.
  - Системный подход к организации образовательной деятельности.
  - Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровьесберегающей направленности для всех ступеней обучения.
5. *Профилактические и закалывающие средства* (воспитательная работа по формированию ЗОЖ):
- Организация просветительского лектория.
  - Культурно-массовые мероприятия.
  - Работа с семьей обучающегося (пропаганда здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории).
  - Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии).

## Модель личности ученика

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности данной программы. В качестве основополагающей линии развития нашей школы в этом направлении выбрана концепция здоровьесберегающего образования. Школа должна стать «антропоцентричной», т.е. центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, соответственно, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям его всестороннего личностного развития.

Модель технологий обучения в здоровьесберегающей школе существенно отличается от других существующих моделей и педагогических систем. Она предоставляет ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках не ученик подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя, а учитель, обладая разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем ребенка. Это требует разработки новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации обучения и здоровьесбережения. Учет индивидуальных особенностей учащихся в педагогической деятельности – это комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими путями:

- вариативностью образовательной среды на основе принципов профилизации обучения;
- дифференциацией обучения;
- индивидуализацией учебного процесса с учетом личностных особенностей учащихся;
- разработкой индивидуальных образовательных программ для детей с особенностями развития и педагогически запущенных детей;
- индивидуальными портфолио в системе дистанционного образования;

Работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения учащихся

<b>Модель выпускника начальной школы</b>	<b>Модель выпускника основной школы</b>
-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; -умение оценивать свое физическое и психическое

	<p>состояние;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;</li> <li>-поддержание физической формы;</li> <li>- телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;- гигиена умственного труда.</li> </ul>
--	--

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.

### **Методы контроля над реализацией программы**

- проведение заседаний педагогического совета школы;
- посещение и взаимопосещение уроков, внеклассных мероприятий;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;

- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

### План деятельности по реализации программы

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
<b>1.</b>	<b>Медицинское направление.</b>			
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; - выявление учащихся специальной медицинской группы; - ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.	Классный руководитель (согласно предоставленным данным)	ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья
1.3.	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.	Детская поликлиника	ежегодно	План медосмотров
1.4.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	Детская поликлиника	ежегодно	план прививок
1.5.	Анализ случаев травматизма в школе.	заместитель директора по ВР	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	зам. директора	ежедневно в	

	режимом.	по хозяйственной части, представители родительского комитета, шеф-повар	течение года	
1.8.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> <li>• проветривание;</li> <li>• освещение;</li> <li>• отопление</li> <li>• вентиляция</li> <li>• уборка</li> </ul>	замдиректора по хозяйственной части, учителя, зам директора по ВР	ежедневно в течение года	
1.9.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	заместитель директора по УВР	ежегодно	справка по оценке расписания
1.10.	Постоянный контроль за школьной столовой.	зам. директора по хозяйственной части, зам. директора по ВР	ежедневно в течение года	
<b>2.</b>	<b>Просветительское направление</b>			
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	заместитель директора по ВР	ежегодно	график проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	заместитель директора по ВР	ежегодно	тематика лектория
2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы

2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.5.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»	заместители директора	ежегодно	протокол педсовета
2.6.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ).	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	заместитель директора по ВР, мед.сестра	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
<b>3.</b>	<b>Психолого-педагогическое направление.</b>			
3.1.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся по экспериментальным программам: - 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 с целью профессионального самоопределения; - разработка и внедрение системы медико-	классные руководители, зам. директора по ВР, психологи	ежегодно	диагностические исследования

	физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения.			
3.2.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	учителя-предметники, председатели ШМО	ежегодно	планы уроков
<b>4.</b>	<b>Спортивно-оздоровительное направление.</b>			
4.1.	Организацию спортивных мероприятий.	зам. директора по ВР, учитель физической культуры	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы кружков и секций
4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы
<b>5.</b>	<b>Диагностическое направление</b>			
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	зам. директора по ВР, узкие специалисты, мед.сестра	ежегодно	результаты мониторинга
5.2.	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития».	зам. директора по ВР, узкие специалисты	ежегодно	материалы семинара



## Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения

### *Сентябрь*

- Организация дежурства по школе и по классам.
- Работа кружков и секций, организация клубной деятельности.
- Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровьесбережению.
- Организация питания учащихся.
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- «Уроки чистоты».
- Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях и спартакиаде.
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Старты здоровья.
- Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.
- Организация работы спецмедгруппы.

### *Октябрь*

- Организация работы учащихся по 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 районной спартакиаде.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Физкультминутки (ежедневно).
- Подвижные игры на переменах (ежедневно).

### *Ноябрь*

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».
- Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме « Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
- Экскурсии.
- Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на местности.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически).
- Отчёты о проделанной работе по здоровьесбережению.

### *Декабрь*

- Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
- Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.
- Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

### *Январь*

- Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».
- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

### *Февраль*

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

### *Март*

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

### *Апрель*

- Всемирный день здоровья.

- Благоустройство школьной территории.
- День здоровья.
- Динамические паузы, физкультминутки.

*Май*

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.
- «Весёлые старты».
- Проведение экскурсий на природу.
- Презентация уроков чистоты.

*Июнь*

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летних каникул.

**Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ**

**по ступеням образования**

<b>Ступень</b>	<b>Уровень</b>	<b>Задачи педагогов</b>	<b>Прогнозируемые результаты</b>
Начальное звено: 1-2-е классы	Примитивно-поведенческий	Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры	Отсутствие вредных привычек
3-и классы		Приобщение к гигиенической культуре	
4-е классы		Организация здорового образа жизни	
Среднее звено: 5-6-е классы	Эмоциональный	Приобщение к здоровому образу жизни	Стремление к ведению здорового образа жизни
7-е классы		Формирование полового	

8-9е классы		самосознания и здорового образа жизни	
		Воспитание грамотного отношения к медико- профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека	

### **Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в школе**

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

1. Будет сформирована система физкультурно - оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка.
2. Будет осуществляться систематический контроль за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики.
3. Снизится заболеваемость всех участников образовательного процесса.
4. Будет создан компьютерный банк данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех