

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Репьевская средняя общеобразовательная школа»  
с. Репьевка Тюльганского района Оренбургской области

Рассмотрено  
на ШМО классных руководителей  
Протокол №1 от 30.08.2018г.  
Руководитель ШМО Ганя /Г.П.Пахомова/



## **Программа по охране и укреплению здоровья детей и подростков**

### **«Школа – территория здоровья»**

**Срок реализации программы: 2018-2023 учебный год**

2018г.

*«Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней».*

### ***Краткое обоснование создания программы***

В последнее время все очевиднее становится катастрофическое ухудшение здоровья учащихся. Развитие школы идет по пути интенсификации, увеличения физических и психических нагрузок на ребенка. Школьникам, испытывающим проблемы со здоровьем, трудно учиться. Лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем заниматься производительно-полезным трудом. Профилактика же детских заболеваний является хорошо окупаемым национальным вложением, более экономичным и результативным, чем дорогостоящее лечение. Поэтому проблема сохранения здоровья учащихся и привития им навыков здорового образа жизни, сегодня очень актуальны. Модернизация системы образования требует внедрения кардинально нового подхода в обучении, который должен органично войти в повседневную деятельность школы и лежать в основе всего образовательного процесса. Программа «Школа здоровья» является комплексной, в ней особое внимание уделено медико-биологическим, психологическим и социальным аспектам физического и нравственного здоровья детей. Программа разработана с целью оптимального использования здоровьесберегающих технологий в процессе образования учащихся и ориентирована на охрану и укрепление их здоровья для получения полноценного образования. Путем реализации программы раскрываются возможности образовательного учреждения в осуществлении здоровьесберегающей деятельности, в пропаганде здорового образа жизни, в формировании культуры здоровья воспитанников.

Выделяют несколько компонентов здоровья:

- Соматическое здоровье – текущее состояние органов и систем организма человека.
- Физическое здоровье – уровень роста и развитие органов и систем организма.
- Психическое здоровье – состояние психической сферы, душевного комфорта.
- Социальное здоровье – это моральное самообладание, адекватная оценка своего «Я», самоопределение личности в семье, школе, социальной группе.
- Нравственное здоровье – это система ценностей, установок и мотивов поведения человека в обществе.

Основная задача школы – создание необходимых условий, гарантирующих охрану и укрепление здоровья школьника. Иными словами, если задача медицины – воздействовать на причины болезни, то задача педагогики – воздействовать на причины здоровья. Школа может и должна заниматься изучением таких причин.

Причины здоровья – это категория, характеризующая условия формирования конкретного человека, становления и развития его психических и духовных качеств, физического совершенства, целевой жизненной установки.

#### **Факторы, влияющие на причины здоровья ученика:**

- Уровень учебной нагрузки на организм учащихся.
- Состояние лечебно-оздоровительной работы в школе.
- Состояние внеурочной воспитательной работы в школе.
- Уровень психологической помощи учащимся.
- Состояние микроклимата в школе и дома.

Таким образом, создание активной среды, в которой обучение ребенка происходит не за счет ресурсов его здоровья, а вследствие специально организованной системы развития внутреннего потенциала школьника, становится актуальной задачей школы.

### ***Основные термины и понятия Программы***

**Духовное здоровье** - система ценностей и убеждений.

**Здоровый образ жизни** - благоприятное социальное окружение, духовно-нравственное благополучие, оптимальный двигательный режим (культура движений), закаливание организма, рацио-

нальное питание, личная гигиена, отказ от вредных пристрастий (курение, употребление алкогольных напитков, наркотических веществ), положительные эмоции.

**Здоровье** - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов (определение ВОЗ).

**Здоровьесберегающая педагогика** - это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.).

**Здоровьесозидающая образовательная среда** – совокупность компонентов ОУ, их функциональных взаимосвязей и субъектов – педагогов, учащихся (воспитанников) и родителей, в деятельности которых реализуется обеспечение условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

**Культура здоровья** – сознательная система действий и отношений, определяющих качество индивидуального здоровья человека, слагающаяся из ценностного отношения к своему здоровью и здоровью других людей и являющаяся основой здорового образа жизни.

Межведомственное взаимодействие – организация совместной работы различных структур, имеющих разную ведомственную принадлежность, для решения актуальных комплексных проблем, например, здоровьесбережения и здоровьесозидания.

**Нравственное здоровье** - это комплекс характеристик мотивационной и потребностно - информативной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.

**Психическое здоровье** - высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение); это состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (медицинское определение).



**Сетевое взаимодействие** – установление взаимосвязи между различными образовательными учреждениями или их подразделениями (в данном случае – службами здоровья). Основу сетевого взаимодействия составляют не структурные преобразования, а многочисленные социальные связи, обеспечивающие условия для создания общего образовательного пространства. Сетевое взаимодействие основывается на следующих принципах: открытость и общедоступность определенных ресурсов членов сети как для других членов сети, так и для непрофессиональной общественности; преимущественно «горизонтальное», не иерархическое взаимодействие членов сети.



**Социальное здоровье** - это здоровье общества, а также окружающей среды для каждого человека.



**Социальное партнерство** – технология координации разнонаправленной взаимовыгодной деятельности различных социальных субъектов, вынужденных в силу дефицита ресурсов, иных ограничивающих факторов объединить усилия, материальные возможности и инфраструктуру. Основными категориями социальных партнеров ОУ могут быть органы законодательной и исполнительной власти, учреждения, общественные организации и отдельные категории граждан, заинтересованные в совместной разработке механизмов сохранения и укрепления здоровья детей.

**Физическое здоровье** - совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде (педагогическое определение); состояние роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции (медицинское определение).

### ***Цели программы***

  Обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

  Создать в школе организационно-педагогические, санитарно-гигиенические и другие условия здоровьесбережения.

  Продолжать диагностику состояния здоровья обучающихся с целью динамического наблюдения за их развитием.

### ***Задачи программы***

1. Нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня.
2. Освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование на уроке здоровьесберегающих технологий.

3. Организация полноценного сбалансированного питания учащихся.
4. Развитие психолого-логопедо-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического состояния учащихся.
5. Привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся.

## **Функции различных категорий работников школы**

### 1. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация контроля уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций и спортивного клуба;
- 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;
- организация работы службы школьной медиации в школе и школьного уполномоченного по правам участников образовательного процесса, а также отряда ЮИД

### 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, классных часов по профилактике детского травматизма на дорогах, пожарной безопасности;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения, употребления курительных смесей
- организация и проведение профилактических работ с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН и ЗП, ПДН, УФСНК, медработниками;
- 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 правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

## **Участники программы:**

- обучающиеся
- педагогическое сообщество
- родители
- социальные партнеры (МУЗ ЦРБ, ФАП с. Репьевка, МБУДОД «Центр дополнительного образования», ГИБДД, ПДН, УФСКН, КДН и ЗП и др.).

### *Приоритетные направления*

#### **1. Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья воспитанников, обучающихся в данном учебном заведении.**

*Основные задачи направления:*

- организация здоровьесберегающей деятельности, совершенствование системы физического воспитания с учетом индивидуального подхода к учащимся;
- разработка комплекса мероприятий по воспитанию культуры здоровья детей и подростков;
- формирование у воспитанников мотивации на сохранение и укрепление здоровья, потребности быть здоровым;
- построение образовательного процесса с учетом психофизиологических особенностей учащихся;
- устранение негативных факторов образовательного процесса, отрицательно влияющих на здоровье;
- совершенствование материально-технической базы школы, способствующей укреплению здоровья.

#### **2. Организация системы взаимодействия педагогического коллектива школы и родителей по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.**

*Основные задачи направления:*

- организация просветительской работы среди родителей;
- формирование мотивации у родителей на ведение здорового образа жизни в семье;
- привлечение родителей к осуществлению совместной оздоровительной работы в школе и профилактической работы с детьми.

#### **3. Организация и проведение мероприятий по охране и укреплению здоровья.**

*Основные задачи направления:*

- проведение мониторинга за состоянием здоровья учащихся;
- работа по организации и проведению мероприятий по профилактике употребления наркотиков, психоактивных веществ, алкоголя, табака;
- внедрение во внеурочную деятельность школы кружков, элективных курсов по формированию культуры ЗОЖ;
- осуществление адресной социально-педагогической, психологической и медицинской помощи воспитанникам;
- организация активных форм досуга.

#### **4. Формирование системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни.**

### *Основные задачи направления:*

- формирование мотивации на сохранение и укрепление здоровья у участников образовательного процесса;
- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих педагогических технологий;
- осуществление психолого-педагогического и медико-физиологического контроля показателей физического и психического здоровья воспитанников;

### *Методическое обеспечение программы:*

Создание банка здоровьесберегающих педагогических технологий.

1. Разработка методических рекомендаций, дидактических материалов по вопросам здоровья и здорового образа жизни.
2. Включение в план методической работы школы мероприятий по проблеме здоровьесбережения.

### *Методы здоровьесберегающих образовательных технологий:*

- фронтальный;
- групповой;
- практический метод;
- познавательная игра;
- ситуационный метод;
- игровой метод;
- соревновательный метод;
- активные методы обучения;
- воспитательные, просветительские и образовательные программы;
- метод индивидуальных занятий.

### *Приёмы здоровьесберегающих образовательных технологий:*

- защитно-профилактические (личная гигиена и гигиена обучения);
- компенсаторно-нейтрализующие (физкультминутки; оздоровительная гимнастика, тренинги, позволяющие частично нейтрализовать стрессовые ситуации);
- стимулирующие (элементы закаливания, физические нагрузки и др.);
- информационно-обучающее (письма, адресованные родителям, учащимся, педагогам).

### *Принципы здоровьесберегающих технологий:*

- «Не навреди!».
- Принцип сознательности.
- Принцип систематичности и последовательности.
- Принцип индивидуализации и доступности.
- Принцип наглядности.
- Принцип активности.

## **2. Прогноз результатов работы по реализации программы**

В работе по сохранению и укреплению здоровья учащихся примут участие педагогический коллектив школы, медработники, родители. В результате совместной работы названных выше служб ожидается:

1. Создание активной здоровьесберегающей инфраструктуры школы, способствующей сохранению здоровья и формированию мотивации участников образовательного процесса на здоровый образ жизни.
2. Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
3. Мотивация педагогического коллектива на повышение своего профессионального уровня в овладении и использовании здоровьесберегающих технологий.
4. Снижение уровня заболеваемости среди детей и подростков.
5. Создание благоприятного морально-психологического климата в школе, реализация принципов педагогики сотрудничества.
6. Улучшение организации питания учащихся;
7. Повышение уровня материально-технического оснащения образовательного учреждения.

### ***Прогнозируемая модель ученика.***

*Это – человек:*

- *относящийся к здоровью как к важной личной и общественной ценности;*
- *знающий механизмы и способы поддержания здоровья;*
- *физически развитый;*
- *стремящийся к физическому совершенствованию;*
- *без вредных привычек;*
- *знающий и владеющий приемами и способами оздоровления своего организма.*

### **Этапы и сроки реализации программы**

Срок реализации Программы: 2018-2023 годы

#### **I этап - диагностический (2018 -2019 учебный год):**

- анализ тенденций в состоянии здоровья и образа жизни обучающихся, воспитанников;
- выявление проблем, определение целей и задач школы по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса;
- описание опыта решения проблем здоровья участников образовательного процесса, подготовка проекта Программы.

#### **II этап - основной (2019 - 2022 годы):**

- реализация основных мероприятий Программы;
- мониторинговые исследования.

#### **III этап – оценочный (2023 год):**

- оценка эффективности Программы;
- утверждение нормативных и методических материалов, разработанных в ходе реализации Программы;
- издание основных научно-методических материалов, обобщающих опыт участников Программы;
- разработка проекта перевода результатов Программы в режим функционирования в школе.
- прогнозирование дальнейшего развития школы в сфере здоровьесбережения

### **Методика оценки эффективности реализации программы**

**Мониторинг** здоровьесберегающей и здоровьесозидающей деятельности школы. Основу мониторинга составляет модель психофизиологического мониторинга. Участие в мониторинге дает возможность соотнести работу конкретного образовательного учреждения: с общегородскими

данными; с данными образовательных учреждений, участвующих в реализации программы по обеспечению здоровья участников образовательного процесса; с гигиеническими нормативами (частично).

#### **Решаемые задачи:**

- сбор и анализ первичной информации, выявляющей результативность деятельности образовательных учреждений по сохранению и укреплению здоровья;
- повышение культуры здоровья участников образовательного процесса.

#### **Объекты мониторинга:**

- внутришкольная образовательная среда (инфраструктура и кадровый потенциал школы, организация учебного процесса, организация медицинских, физкультурных и педагогических мероприятий по охране и укреплению здоровья учащихся);
- деятельность педагогов школы по сохранению и укреплению здоровья учащихся, повышению культуры здоровья;
- образ жизни учащихся (социальные условия, режим дня, питание, досуговая деятельность, социальные риски);
- функциональное состояние учащихся и состояние их здоровья.

#### **Субъекты мониторинга:**

воспитанники и учащиеся всех возрастных групп, педагогические кадры школы

#### **Рекомендуемые темы классных часов и бесед:**

##### **1-4 классы**

**Тема 1: Режим дня.** Организация учебного труда школьника. Биоритмы в жизни человека. Работоспособность и утомление. Активный отдых. Составление индивидуального режима дня в соответствии с возрастными особенностями ребенка.

**Тема 2: Опорно-двигательная система.** Общие сведения о строении и функционировании. Возрастные особенности скелета и мышц. Изучение своей осанки. Профилактика сколиоза и плоскостопия. Разучивание комплекса упражнений для формирования правильной осанки.

**Тема 3: Мое питание.** Общие понятия о питании и пищеварительной системе человека. Питательные вещества. Витамины. Полезные и вредные продукты питания. Режим питания. Профилактика заболеваний пищеварительной системы.

**Тема 4: Органы дыхания и их гигиена.** Общие понятия о дыхательной системе. Как надо правильно дышать? Заболевания органов дыхания и их профилактика. Что разрушает легкие? Разучивание комплекса дыхательной гимнастики. Как уберечься от простуды?

##### **5-9 классы**

**Тема 1: Профилактика вредных привычек.** Привычки полезные и вредные. Что такое психоактивное вещество? Алкоголь и болезни. Вред и опасность курения. Наркотики сокращают жизнь. Тренинг: как сказать “нет”? Предупреждение токсикомании.

**Тема 2: Угроза здоровью и жизни в природной среде.** Природа – источник здоровья и опасности для человека. Правила поведения в природной среде. Опасности, подстерегающие в лесу, на воде. Ядовитые растения, грибы. Меры по предотвращению отравлений. Ядовитые змеи, лесные звери и насекомые. Меры предосторожности при встрече с ними. Правила пользования огнем в лесу.

**Тема 3: Здоровье и его сохранение.** Сущность понятий “здоровье” и “болезнь”. Основные факторы, формирующие здоровье. Факторы риска болезней. Понятие “здоровый образ жизни”. Основные



принципы здорового образа жизни. Валеологический самоанализ (анкетирование и тестирование по различным аспектам здоровья и здорового образа жизни). Каким ты хочешь быть в старости? (анализ образа жизни родителей и прогнозирование своего здоровья).

**Тема 4: Организм человека и его строение.** Органы и системы органов, входящие в состав организма, их основные функции. Что определяет нормальное развитие организма? Как оценить физическое развитие? Валеологический анализ (анкетирование, позволяющее оценить особенности собственного развития).

**Тема 5: Как следует питаться.** Причины нарушений работы пищеварительной системы. Заболевания и функциональные нарушения. Рациональное и сбалансированное питание. Потребность в белках, жирах и углеводах. Вода, минеральные соли, макро– и микроэлементы. Их содержание в продуктах питания и влияние на сохранение здоровья.

**Тема 6: Забота о коже и ее производных.** Как устроена кожа человека? От чего защищает кожа? Травмы и заболевания кожи (ожоги, сыпь, воспаления, грибковые заболевания, чесотка и др.). Правила ухода за кожей. Гигиена волос и ногтей. Почему выпадают волосы?

## **10-11 классы**

**Тема 1: Обмен веществ и энергии.** Что такое обмен веществ? Основные причины нарушения обмена веществ. К чему приводит переедание и привычка есть много сладкого? Валеологический самоанализ: анализ своих роста-весовых показателей и примерного дневного рациона питания. Составление суточного рациона и меню.

**Тема 2: Мозг и нервы.** Строение нервной системы. Что случается с человеком при повреждениях головного и спинного мозга? Отрицательное влияние на мозг алкоголя и курения. Что укрепляет нервы? Валеологический самоанализ: опросник, позволяющий оценить опасность для нервной системы своего поведения и коррекция своего образа жизни.

**Тема 3: Кровь и кровеносная система.** Состав крови и ее значение. Сердце и его работа. Показатели, по которым можно судить о работе сердца. Большой и малый круги кровообращения. Сердечно-сосудистые заболевания, их причины и профилактика. Группы крови, переливание, донорство.

**Тема 4: Иммунитет и его укрепление.** Что такое иммунитет? Органы иммунной системы. Что ослабляет иммунитет и что его укрепляет? Значение прививок. Детские инфекции и их профилактика. Воздушно-капельные инфекции и их профилактика.

### **План мероприятий по профилактике табакокурения, алкогольной и наркотической зависимости.**

Цель: углубление теоретических знаний учащихся о вреде, который наносит употребление психоактивных веществ, об уменьшении шансов на жизненный успех.

#### **Основные задачи:**

- предупреждение табакокурения, алкогольной, наркотической и других видов зависимостей;
- формирование представлений о вреде болезненных пристрастий и причинах их возникновения;
- приобретение знаний о мерах профилактики и борьбы с вредными привычками;
- пропаганда здорового образа жизни и повышение уровня культуры здоровья участников педагогического процесса.

#### **Содержание мероприятий.**

## I. Тематика лекций и бесед для учащихся 5-11 классов.

### *1. Здоровье нации и вредные привычки:*

- что такое здоровье: общие понятия и определения;
- признаки, сущность, механизмы здоровья;
- компоненты здоровья и их взаимосвязь;
- факторы, формирующие здоровье;
- вредные привычки как факторы риска;
- причины возникновения вредных привычек.

### *2. Курение и его опасность для организма:*

- история употребления табака в России, странах Европы;
- влияние табакокурения на основные функции организма человека;
- пассивное курение, его опасность;
- курение и потомство;
- профилактические мероприятия по борьбе с курением.

### *3. Алкоголь, его опасность для организма:*

- история употребления алкоголя в России, странах Европы;
- мотивы и факторы, обуславливающие употребление алкоголя;
- влияние алкоголя на состояние физиологических систем организма;
- алкоголизм и потомство.

### *4. Основные виды психоактивных веществ:*

- легальные (алкоголь, табак) и нелегальные (наркотики) психоактивные вещества;
- понятие о психостимуляторах;
- психическая и физическая зависимость;
- позиция государства и общества в вопросе профилактики болезненных пристрастий;
- профилактические мероприятия и борьба с наркоманией на различных уровнях.

## II. Проведение анкетирования и дискуссий с целью определения уровня осведомленности молодежи о вредных привычках, об употреблении ПАВ и о методах их профилактики:

- ✓ дискуссия “Ожидаемая продолжительность жизни в соответствии с образом жизни”;
- ✓ социально-психологическое тестирование обучающихся на предмет раннего выявления немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ по методике цветowych метафор И.Л. Соломина;
- ✓ анкета “Что ты знаешь о СПИДе?” (анализ уровня осведомленности учащихся о СПИДе);
- ✓ дискуссия “Мифы о безвредности пива” (анализ уровня осведомленности учащихся о вреде употребления пива; определение склонности учащихся к алкоголизации).
- ✓ дискуссия “Курительные смеси: за и против” и др.

## III. Проведение нетрадиционных мероприятий:

- регулярное обновление сменного стенда “Уголок здоровья”;
- организация встреч учащихся со специалистом-психологом, наркологом;
- проведение акций “Сообща, где торгуют смертью!”, “Наркотикам – нет!”, “Спорт – альтернатива

пагубным привычкам”, “Красная ленточка”, “Скажи курению – нет! ” с выпуском плакатов, рисунков, стенгазет, санбюллетеней;

Проведение круглых столов, защиты рефератов, ролевых игр, диспутов способствует раскрепощению школьника, учит сдерживать себя, развивать творческую, познавательную активность, воспитывает чувство коллективизма, ответственность и взаимную требовательность.

Перечень объединений по формированию культуры ЗОЖ

№	Название	Класс	Руководитель
1	Юный шахматист	1-4	В.А.Косых
2	Азбука здоровья	1-4	А.М.Голикова
3	Формула здорового питания	5-8	К.К.Макаева
4	ЮИД «Светофор»		В.А.Косых
5	Спортивный клуб «Старт»	5-11	В.А.Косых

### План работы школы по сохранению и укреплению здоровья учащихся.

#### 1. Диагностика, коррекция и развитие учащихся

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Сбор информации о состоянии здоровья обучающихся	сентябрь	зав.ФАП
2.	Анализ заболеваемости учащихся, учет учащихся по группам здоровья	октябрь-ноябрь	зав.ФАП
3.	Мониторинг состояния здоровья учащихся	в течение года	классные руководители
4.	Обновление банка данных о заболеваемости учеников. Анализ заболеваний и их динамика.	1 раз в год	зав.ФАП
5.	Проведение подвижных игр на свежем воздухе	1 раз в неделю	учитель физкультуры
6.	Проведение на уроках специальной гимнастики на осанку, гимнастики для снятия утомления глаз учащихся	систематически	учителя - предметники
7.	Проведение ежедневной общешкольной зарядки	систематически	учитель физкультуры

#### 2. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий	постоянно	директор школы
2	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	постоянно	директор школы
3	Обеспечение соблюдения правил ТБ в школе	постоянно	директор школы

4	Содержание в исправности электрохозяйства и всех средств пожаротушения	постоянно	директор школы
5	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по ТБ в учебных кабинетах	по плану внутришкольного контроля	администрация школы
6	Разработка плана мероприятий по охране труда и ТБ в школе	сентябрь	администрация школы
7	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья школьников, - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил ТБ, ПБ и охраны труда	сентябрь	директор школы
8	Составление социального паспорта по классам, составление списков: - учащихся группы риска, - неблагополучных семей, - многодетных семей, - малообеспеченных семей, - неполных семей, - детей-инвалидов	сентябрь	классные руководители
9	Учет посещаемости учащимися школы	в течение года	зам. директора по УВР, классные руководители
10	Организация дежурства по школе	сентябрь	зам. директора по ВР, классные руководители
11	Составление графика работы технического персонала	сентябрь	директор школы
12	Оформление листков здоровья в классных журналах	сентябрь	классные руководители, медицинский работник
13	Организация горячего питания в школьной столовой	в течение учебного года	директор школы
14	Проведение подвижных игр на свежем воздухе	Постоянно	учителя начальных классов
15	Проведение динамических пауз в начальных классах	постоянно	учителя начальных классов
16	Составление графика работы спортивного клуба «Старт»	сентябрь	зам. директора по ВР
17	Оформление Уголка Здоровья	октябрь	зам. директора по ВР
18	Рейды: - по проверке внешнего вида учащихся, - по сохранности библиотечных учебников, - по выполнению школьниками режима дня	по плану внутришкольного контроля	зам. директора по ВР, Совет лидеров
19	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	постоянно	учитель физкультуры
20	Обеспечение готовности школьных помещений, системы отопления для работы в зимний период	к началу зимнего периода	директор школы

21	Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды	июнь	учителя начальных классов
----	--	------	------------------------------

### 3. Инструктивно-методическая и учебно-воспитательная работа

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Организация работы с учащимися, мотивированными на успешное обучение, путем участия в олимпиадах, предметных неделях, различных конкурсах с целью профилактики учебных перегрузок	в течение года	зам. директора по УВР, руководители ШМО
2	Проведение вводного инструктажа по правилам ТБ, ПБ и охраны труда	сентябрь март	директор школы, классные руководители
3	Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий	в течение года	зам. директора по УВР, руководители ШМО
4	Проведение классных часов и бесед, включающих инструктажи по правилам дорожного движения	по плану воспитательной работы	классные руководители
5	Проведение тематических классных часов по нравственному воспитанию	по плану воспитательной работы	классные руководители
6	Обеспечение соблюдения правил ТБ и ПБ во время проведения новогодних мероприятий и на каникулах	во время каникул	директор
7	Организация круглых столов по обмену опытом в разработке эффективных форм и методов работы, направленных на оздоровление учащихся	Ноябрь Март	зам. директора по УВР

### 4. Оздоровительно- профилактическая работа

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований на уроках, профилактики близорукости и сколиоза, режима проветривания кабинетов на переменах	постоянно	зам. директора по УВР, педагоги
2.	Контроль соблюдения режима дня учащимися	постоянно	классные руководители
3.	Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок учащимся	по графику	медицинский работник
4.	Организация работы по пропаганде здорового образа жизни среди учащихся (лекции, беседы, вечера)	в течение года	классные руководители
5.	Обучение школьников эффективным поведенческим стратегиям: умению решать жизненные проблемы, эффективно общаться, владеть своими эмоциями и т. д.	по плану	классные руководители
6.	Оказание социальной поддержки подросткам,	постоянно	классные

	оказавшимся в трудной жизненной ситуации		руководители
7.	Акция «Спорт как альтернатива пагубным привычкам»	декабрь	классные руководители
8.	Проведение физкультминуток на уроках	ежедневно	учителя-предметники
9	Проведение Дня здоровья	апрель	учитель физической культуры
10	Работа спортивного клуба «Старт»	в течение года	учитель физической культуры
11	Проведение субботника по уборке школьной территории	сентябрь, май	классные руководители
11	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	май-сентябрь	классные руководители
12	Организация летнего оздоровительного лагеря при школе	июнь	зам. директора по ВР, учителя
13	Организация отдыха и оздоровления учащихся в летний период	июнь	зам. директора по ВР, учителя
	Единый урок безопасности в сети Интернет	30 октября	классные руководители

#### ***4.1 Физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия***

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Легкоатлетический кросс «Кросс Нации»	сентябрь	учитель физической культуры
2.	День здоровья	апрель	учитель физической культуры
3.	Акция «Лыжня России»	январь	учитель физической культуры
5.	Спортивные игры	ноябрь	учитель физической культуры
6	Соревнование по волейболу между классами	декабрь	учитель физической культуры
7.	Месячник оборонно-массовой и спортивной работы	февраль	учитель физической культуры
8	Футбол	сентябрь, май	учитель физической культуры
9.	Эстафета «Веселые старты»	февраль	учитель физической культуры

#### ***5. Работа по преодолению у учащихся вредных привычек***

№	Мероприятия	Дата	Ответственные
1.	Тематические классные часы о вреде алкоголя, курения и употребления наркотиков, курительных смесей	в течение года	классные руководители
2.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска»	по необходимости	зам. директора по ВР, классные руководители
3.	Размещение в Уголке здоровья материала «Скажи наркотикам нет»	ноябрь	зам. директора по ВР

4.	Встречи учащихся с работниками полиции, медицинскими работниками	в течение года	администрация школы
5.	Анкетирование учащихся по проблемам наркомании, алкоголизма, курения.	в течение года	Классные руководители
6.	Антинаркотические акции	в течение года	Классные руководители
7.			

### *6. Работа с родителями.*

№	Содержание работы	дата	ответственные
1.	Включение в повестку родительских собраний тем оздоровления учащихся.	по плану	зам. директора по ВР
2.	Приглашение на родительские собрания медицинских работников	по плану	зам. директора по ВР, классные руководители
3.	Организация индивидуальных консультаций для родителей	в течение года	классные руководители
4.	Выступление на родительских собраниях по результатам диагностики	по плану	классные руководители
5.	Участие родителей на спортивно-оздоровительных мероприятиях	по плану	классные руководители
4.	Родительский лекторий «Методы оздоровления детей в домашних условиях»	раз в четверть	классные руководители

<b>Ожидаемые результаты реализации Программы</b>	<input type="checkbox"/> Будут созданы условия для укрепления и сохранения здоровья школьников, повышения качества образования за счет эффективного использования современных инновационных технологий. <input type="checkbox"/> Будет создана система методической поддержки преподавателей в области инновационных технологий. <input type="checkbox"/> Будет создан банк данных с методическими разработками, передовым и педагогическим опытом.
<b>Организация контроля исполнения программы</b>	Осуществляется методическим советом школы, заместителями директора по УВР, по ВР, директором школы.

### **Нормативно-правовая база**

1. Конституция Российской Федерации
2. Конвенция о правах ребенка
3. Закон Российской Федерации «Об образовании»
4. Национальный проект «Здоровье»

5. Распоряжение Правительства РФ от 07.08.2009 года № 1101-Р «Стратегия развития физической культуры и спорта РФ на период до 2020 года»

#### **Литература**

1. Абросимова М.Ю. Здоровье молодежи. Казань «Медицина», 2007
2. Ананьев В.А. Психология здоровья: пути становления новой отрасли человекознания. С-П. 2000
3. Гафаров В.В. Личность и ее взаимодействие с социальной средой: непроторенная дорога. Новосибирск. СО РАН, 2008.
4. Назарова Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие. М. «Академия» 2001.
5. Свияш А.Г. Здоровье в голове, а не в аптеке. ЗАО Центрполиграф. 2007.
6. Счастье быть здоровым / под ре. С.А. Муравьев, Г.А. Макарова. Екатеринбург «Фотек» 2009.