

ПРИНЯТА  
Протокол заседания  
педагогического совета  
от 30.08.2024 № 1

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МБОУ  
СОШ с.Афанасьево  
Измалковского округа  
Липецкой области  
от 30.08.2024 №354

**Программа здоровьесбережения**  
**«Школа – территория здоровья»**  
**Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения**  
**«Средняя общеобразовательная школа с.Афанасьево**  
**Измалковского округа Липецкой области»**  
**на 2024 – 2028 годы**

**2024 год**

## 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> | 2024-2028                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><i>Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность</i></p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработка системы 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 школьника.</li> <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 проведение Месяца здоровья и дней здоровья.</li> <li>9. Создание комнаты психологической разгрузки для обучающихся.</li> <li>10. Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.</li> </ol> |
| <p><i>Методы реализации программы</i></p>                                                     | <p>Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, общешкольные мероприятия, тематические классные часы и</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                     |                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                     | родительские собрания, внеклассная работа, внеурочная деятельность.                                                                                             |
| <i>Условия реализации программы</i> | Проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья.                                       |
| <i>Управление, контроль</i>         | Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностных компетентности. Общее руководство осуществляет администрация школы. |

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

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. «Конвенция ООН о правах ребенка» 1989 г.
2. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»
3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года
5. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400)
6. Стратегия развития информационного общества в Российской Федерации на 2017–2030 годы (утверждена Указом Президента от 09.05.2017 № 203)
7. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р)
8. Основы государственной молодежной политики до 2025 года (утверждены распоряжением Правительства от 29.11.2014 № 2403-р)
9. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р)
10. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей

и молодежи»

## 11. Устав, локальные акты Школы

### **Пояснительная записка**

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Забота о сохранении здоровья учащихся важнейшая обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива и самого ребенка. Здоровье - основа формирования личности. Таким образом, проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, будут актуальны всегда. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

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

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

В качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья учащихся и 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.

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

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

### **Материально-техническое обеспечение**

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

здоровья и охраны труда обучающихся. Здание школы расположено на благоустроенном участке. Территория школы ограждена забором. На территории школы расположена многофункциональная спортивная площадка. 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 и среднего образования – по классно-кабинетной системе.

В школе просторные, оборудованные кабинеты, спортивный зал с инвентарем и необходимым оборудованием, раздевалки, душевые, отдельные для девочек и мальчиков, спортивная площадка, стадион для активных игр и прогулок, настольный теннис, столовая (организовано горячее питание, разнообразное меню), актовый зал. Учебные кабинеты оборудованы мебелью и обеспечены необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающими гигиеническим требованиям. Школа подключена к сети Internet. Используется лицензионное программное обеспечение.

Информационно-коммуникативные технологии широко используются во внеурочной деятельности школы. Организован доступ обучающихся и педагогов к средствам ИКТ и Интернет-ресурсам для поиска информации, 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**

#### **1. Функции администрации:**

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- 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 – 2024-2025 гг

II этап – 2025 – 2028 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 нашей 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 календарный план воспитательной работы мероприятий, направленных на формирование мотивации здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, 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 психолого - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;
- организация психолого -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, 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**

*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.
- Физвоспитание в режиме дня школы.
- Внеклассная физкультурно-спортивная работа.
- Контроль за выполнением обучающимися образовательного учреждения нормативов двигательной активности.
- Комплексная оценка физической подготовленности обучающихся образовательного учреждения.

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

- Организация образовательной работы в ОУ в рамках учебных дисциплин 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 физической культуры 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 закаливающие 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> | <b>Модель выпускника средней школы</b> |
|------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------|

|                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| -знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;<br>-владение основами личной гигиены и здорового образа жизни | - знание основ строения и функционирования организма человека;<br>- знание изменений в организме человека в пубертатный период;<br>-умение оценивать свое физическое и психическое состояние;<br>- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;<br>-поддержание физической формы;<br>- телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;- гигиена умственного труда | стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;<br>- убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек;<br>- знание различных оздоровительных систем;<br>- умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;<br>-способность вырабатывать индивидуальный образ жизни;<br>- гигиена умственного труда |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

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

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);
- культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их);

Базовыми компонентами на всех 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

| №п/п      | Мероприятие                                                                                                                                                                                                                                                     | Ответственные                                           | Сроки                    | Планируемый результат                          |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------|
| <b>1.</b> | <b>Медицинское направление</b>                                                                                                                                                                                                                                  |                                                         |                          |                                                |
| 1.1       | Медико-педагогическая экспертиза:<br>- анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе;<br>-выявление учащихся специальной медицинской группы;<br>- ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям | Классный руководители (согласно предоставленным данным) | Ежегодно                 | Медицинские листы здоровья в классных журналах |
| 1.2       | Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.                                                                                                                                                                                              |                                                         | Ежегодно                 | План медосмотров                               |
| 1.3       | Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся                                                                                                                                                                                                    |                                                         | Ежегодно                 | План прививок                                  |
| 1.4       | Анализ случаев травматизма в школе                                                                                                                                                                                                                              | Заместитель директора                                   | Ежегодно                 | Материалы отчетов                              |
| 1.5       | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни                                                                                                                                                                                                              | Классные руководители, заместитель директора            | Ежегодно                 | Материалы отчетов                              |
| 1.6       | Контроль за качеством питания и питьевым режимом                                                                                                                                                                                                                | Директор, завхоз, представители родительского комитета  | Ежедневно в течение года |                                                |
| 1.7       | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> <li>• проветривание</li> <li>• освещение</li> <li>• отопление</li> <li>• вентиляция</li> </ul>                                                                   | Завхоз, учителя, заместитель директора                  | Ежедневно в течение года |                                                |

|           |                                                                                                                                             |                                               |                          |                              |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------|------------------------------|
|           | • уборка                                                                                                                                    |                                               |                          |                              |
| 1.8       | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)                                                   | Заместитель директора                         | Ежегодно                 | Справка                      |
| 1.9       | Постоянный контроль за школьной столовой                                                                                                    | Завхоз, директор школы, заместитель директора | Ежедневно в течение года |                              |
| <b>2.</b> | <b>Просветительское направление</b>                                                                                                         |                                               |                          |                              |
| 2.1       | Организация просветительской работы с родителями (лекторий)                                                                                 | Заместитель директора                         | Ежегодно                 | График проведения лектория   |
| 2.2       | Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.                                                                    | Заместитель директора                         | 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                         | Ежегодно                 | План работы                  |
| 2.7       | Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма. | Заместитель директора                         | Ежегодно                 | План работы                  |
| 2.8       | Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры.                   | Учителя-предметники                           | В течение года           | Планы уроков                 |
| <b>3.</b> | <b>Психолого-педагогическое направление</b>                                                                                                 |                                               |                          |                              |
| 3.1       | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся по экспериментальным программам:                      | Классные руководители, педагог-психолог       | Ежегодно                 | Диагностические исследования |

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                       |          |                              |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------|------------------------------|
|     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей;</li> <li>- изучение умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах;</li> <li>- изучение психологических возможностей и готовности детей к школе;</li> <li>- выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения;</li> <li>- разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения</li> </ul> |                       |          |                              |
| 3.2 | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Учителя-предметники   | Ежегодно |                              |
| 4.  | <b>Спортивно-оздоровительное направление</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                       |          |                              |
| 4.1 | Организацию спортивных мероприятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Руководитель ШСК      | Ежегодно | План работы                  |
| 4.2 | Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Заместитель директора | 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 | Ежегодно | План работы                  |
| 5.  | <b>Диагностическое направление</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                       |          |                              |
| 5.1 | Мониторинг состояния здоровья детей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Классные руководители | Ежегодно | Результаты мониторинга       |
| 5.2 | Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Педагог - психолог    | Ежегодно |                              |

**Ежегодный примерный календарный план реализации программы  
здоровьесбережения**

***Сентябрь***

- Организация дежурства по школе и по классам.
- Налаживание работы 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 здоровью и сохранению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровью и сохранению.
- 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.

#### *Октябрь*

- Организация работы учащихся по трудоустройству и поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка классов к зиме.
- Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в районной спартакиаде.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Физкультминутки (ежедневно).
- Подвижные игры на переменах (ежедневно).
- 

#### *Ноябрь*

- Проведение мероприятий по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании.
- Экскурсии.
- Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на местности.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
- Отчёты о проделанной работе по здоровью и сохранению.

### *Декабрь*

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

### *Январь*

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

### *Февраль*

- Месяц здоровья.
- 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.
- Проведение экскурсий на природу.
- Презентация уроков чистоты.

### *Июнь*

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

## **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.