



АДМИНИСТРАЦИЯ ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 601
Приморского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 601 Приморского района Санкт-Петербурга)

ПРИНЯТО

решением Педагогического совета
ГБОУ школы № 601
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 28.08.2024

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 170 от 02.09.2024
директор ГБОУ школы № 601
Приморского района Санкт-Петербурга
_____ В.А. Якимова

Программа сохранения и укреплению здоровья
детей и подростков

Срок реализации 2024-2029 учебный год

Разработчик: Зам. директора по ВР Соколова Ш.А.

Санкт-Петербург
2024

Программа сохранения и укреплению здоровья Детей и подростков «Школа здоровья»

«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, духовнонравственное благополучие, оптимальный двигательный режим (культура движений), закаливание организма, рациональное 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.

Служба здоровья образовательного учреждения – организационная форма взаимодействия специалистов ОУ по обеспечению здоровья участников образовательного процесса, формированию их здорового образа жизни.

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

1. Обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые ЗУН по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.
2. Создать в школе организационно-педагогические, санитарно-гигиенические и другие условия здоровьесбережения.
3. 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 технологий урока, берегающих здоровье обучающихся.
3. Планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащимися.
4. Развитие психолого-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического состояния учащихся.
5. Привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся.

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 психоактивных веществ;
- 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 повторения знаний, умений и навыков*
- *Принцип постепенности.*
- *Принцип индивидуализации и доступности.*
- *Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.*
- *Принцип наглядности.*
- *Принцип активности.*
- *Принцип оздоровительной направленности*
- *Принцип формирования ответственности у учащихся за свое здоровье и здоровье окружающих людей.*

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. **Программа предусматривает:**

- мониторинг физического развития и здоровья детей, работу по реализации программы (внедрение системы мер по сохранению и укреплению здоровья воспитанников) – 2020-2025 гг.
- предусматривает улучшение состояния здоровья детей и подростков; отслеживание в динамике показателей их физического и психического развития – 2025 г.

Этапы и сроки реализации программы

Программа реализуется в 2024-2029 годы в три этапа

I этап - диагностический (2024 -2027 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.

II этап - основной (2025- 2029 годы):

- реализация основных мероприятий Программы в рамках комплексной модернизации и развития школы;

III этап – оценочный (2029 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 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, классы (группы), педагогические кадры школы

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.

1. 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”;

- ✓ анкета “Жизненно-важные навыки ” (изучение отношений учащихся к проблеме наркомании);
- ✓ дискуссия “Мифы о безвредности пива” (анализ уровня осведомленности учащихся о вреде употребления пива; определение склонности учащихся к алкоголизации). ✓ курительные смеси: за и против

III. Проведение нетрадиционных мероприятий:

- оформление стенда “Профилактика вредных привычек”;
 - организация встреч учащихся со специалистами-психологами, наркологами;
 - проведение акции “Наркотикам – нет!” с выпуском плакатов, рисунков, стенгазет
- Проведение спортивных игр, диспутов способствует раскрепощению школьника, учить сдерживать себя, развивать творческую, познавательную активность, воспитывает чувство коллективизма, ответственность и взаимную требовательность.

Перечень кружков по формированию культуры ЗОЖ

№	Название	Класс	Руководитель
1	Айкидо	1-8	Киселев А.Е.
2	Футбол	1-8	Беяков И.А.
3	Волейбол	5-9	Кульманова Г.А.
4	Черлидинг	1-6	Агджоян С.А

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения – обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Перед школой стоит задача создания условий для сохранения здоровья учащихся, то есть создания механизма формирования здоровьесберегающей среды.

План работы школы по сохранению и укреплению здоровья учащихся.

1. Диагностика, коррекция и развитие учащихся

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки
1.			
1.1	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; -выявление учащихся специальной медицин-ской группы; -ведение строгого учета детей по группам здо-ровья; - формирование групп здоровья по показателям.	Мед.сестра	ежегодно
1.2	Проведение диспансеризации учащимся школы.	Мед.сестра	ежегодно
1.3	Проведение медицинского осмотра учащихся 9-х,11-х классов.	Мед.сестра	ежегодно
1.4	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.	Врачи, медсестра	ежегодно
1.5	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	Мед. сестра	ежегодно
1.6	Анализ случаев травматизма в школе.	Директор	ежегодно
1.7	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководители	ежегодно
1.8	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Мед.сестра	ежедневно в течение года

1.9	Осмотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> • проветривание; • освещение; • отопление • вентиляция • уборка 	Зам. директора по АХЧ, медсестра, учителя	ежедневно в течение года
1.10.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	Заместитель директора по УВР, мед.сестра	ежегодно
1.11.	Постоянный контроль за школьной столовой. Обеспечение льготным горячим питанием нуждающихся учащихся	Директор школы, медсестра Соц.педадгог	ежедневно в течение года

2. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
3	Обеспечение соблюдения правил ТБ в школе	Постоянно	Директор, преподаватель ОБЖ
4	Содержание в исправности электрохозяйства и всех средств пожаротушения	Постоянно	Директор завхоз
5	Регулярное проведение объектовых тренировок	По графику	Директор, преподаватель ОБЖ
6	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по ТБ в учебных кабинетах	По плану внутришкольного контроля	Администрация школы
7	Разработка плана мероприятий по охране труда и ТБ в школе	Сентябрь	Администрация школы
8	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья школьников, - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь	Директор
9	Составление социального паспорта по классам, составление списков: - учащихся группы риска,	Сентябрь	Классные руководители

	<ul style="list-style-type: none"> - неблагополучных семей, - многодетных семей, - малообеспеченных семей, - неполных семей, - детей-инвалидов 		
10	Учет посещаемости учащихся школы	В течение года	Зам. директора по УВР, классные руководители
11	Организация дежурства по школе	Сентябрь	Зам. директора по ВР, классные руководители
12	Составление графика работы технического персонала	Сентябрь	Директор
13	Оформление листков здоровья в классных журналах	Сентябрь	Классные руководители, медицинский работник
16	Проведение динамических пауз в 1-х кл	Постоянно	Учителя начальных классов
17	Составление графика работы спортивных секций и спортивного зала	Сентябрь	Зам. директора по ВР
18	Оформление стенда «Здоровый образ жизни»	Октябрь	Учителя ф.к.
19	Рейды: <ul style="list-style-type: none"> - по проверке внешнего вида учащихся, - по сохранности библиотечных учебников, - по выполнению школьниками режима дня 	По плану внутришкольного контроля	Зам. директора по ВР, совет старшиклассников, стар.вожатая управляющий совет
20	Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов	В течение года	Директор
21	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Учитель физкультуры
22	Обеспечение готовности школьных помещений, системы отопления для работы в зимний период	К началу зимнего периода	Директор
23	Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды	Февраль-май	Учителя начальных классов
24	Обеспечение требований к охране труда при проведении итоговой аттестации	Май-июнь	Зам. директора по УВР
25	Организация ремонта учебных кабинетов	Летний период	Зав. кабинетами

26	Обеспечение требований ТБ во время ремонта школы и трудовой практики учащихся	В летний период	Директор, начальник лагеря
27	Подготовка актов по приемке школы	Июль-август	Директор
28	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов	Август-сентябрь	Директор
29	Приемка школы к новому учебному году	Август	Директор

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
2	Проведение вводного инструктажа по правилам ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь Март	Директор, преподаватель ОБЖ, классные руководители
3	Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий	В течение года	Зам. директора по УВР
4	Проведение классных часов и бесед, включающих инструктажи по правилам дорожного движения	По плану воспитательной работы	Классные руководители, преподаватель ОБЖ
5	Создание библиотеки методической литературы по проблеме здорового образа жизни	В течение года	Библиотекарь
6	Обеспечение соблюдения правил ТБ и ПБ во время проведения новогодних мероприятий и на каникулах	Во время каникул	Директор, преподаватель ОБЖ

4. Оздоровительно- профилактическая работа

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
--------------	--------------------	--------------	----------------------

1.	Обеспечение соблюдения санитарногигиенических требований на уроках, профилактики близорукости и сколиоза, режима проветривания кабинетов на переменах	Постоянно	Зам. директора по УВР, учителя
2.	Контроль соблюдения режима дня учащимися	Постоянно	Классные руководители
3.	Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок учащимся	По графику	Мед. работник
4.	Организация работы по пропаганде здорового образа жизни среди учащихся (лекции, беседы, вечера)	По отдельному плану	Классные руководители
6.	Оказание социальной поддержки подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	Постоянно	Классные руководители
7.	Акция «Молодежь за здоровый образ жизни»	Октябрь-декабрь	Классные руководители
8.	Проведение физкультминуток на уроках	Ежедневно	Учителя-предметники
9	Проведение Дней здоровья	1 раза в год	Учителя ф.к.
10	Работа спортивных секций	Систематически	Учителя ф.к.
11	Проведение субботника по уборке школьной территории	Сентябрь Май	Зам директора по ВР, кл. руководители
12	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	Май-сентябрь	Классные руководители, учитель биологии
13	Организация летнего оздоровительного лагеря при школе	Июнь	Соц. педагог, учителя предметники
14	Организация отдыха и оздоровления учащихся в летний период	Июнь-август	Соц. педагог, учителя предметники
15	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива	Июнь-август	Директор, профком
16	Проведение медосмотра педагогов школы	Август-сентябрь	Администрация

4.1 Физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия

№ п\п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Подвижные игры на свежем воздухе	В течение года	Классные руководители
2.	Проведение Дня здоровья	1 раза в год	Директор, педагог-организатор, учителя ф.к.

3.	Легкоатлетический кросс «Золотая осень»	Сентябрь	Учителя ф.к.
4.	Легкоатлетическая эстафета	Май	Учителя ф.к
5.	Спортивные игры: волейбол	Ноябрь	Учителя ф.к
6.	Соревнование по волейболу между классами	Декабрь	Учителя ф.к.
7.	Айкидо: соревнования между классами	Январь	Учителя ф.к.
8.	Общешкольное мероприятие посвященное 23 февраля	Февраль	Учителя ф.к.
9.	Футбол	Сентябрь, май	Учителя ф.к.
10.	Эстафета «Веселые старты»	Март- Апрель	Учителя ф.к.
11.	Районные соревнования: легкая атлетика, мини-футбол	По плану	Учителя ф.к.

5. Работа по преодолению у учащихся вредных привычек

№	Мероприятия	Дата	Ответственные
1.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска»	Систематически	Зам. директора по ВР, кл. руководители
2.	Тематические классные часы о вреде алкоголя, курения и употребления наркотиков, курительных смесей	По плану	Классные руководители
3.	Оформление стенда ««Скажи наркотикам нет»,	Ноябрь	Вожатая, классные руководители
4.	Встречи, учащихся с работниками полиции, медицинскими работниками	Ноябрь-декабрь, апрель	Администрация
5.	Акция «Мы за трезвость»	Октябрь	Стар.вожатая. волонтеры
6.	Акция «XXI век без наркотиков». Всемирный день борьбы со СПИДом	Декабрь	Стар.вожатая. волонтеры
7.	Акция «Нет – курению!» Международный день отказа от курения.	Ноябрь	Стар.вожатая. волонтеры
8.	Анкетирование учащихся по проблемам наркомании, алкоголизма, курения	В течение года	Соц.педагог

6. Работа с родителями.

№	Содержание работы	дата	ответственные
---	-------------------	------	---------------

1.	Включение в повестку родительских собраний выступлений по темам оздоровления учащихся	Ноябрь, январь, апрель	Директор
2.	Приглашение на родительские собрания медицинских работников	По плану	Классные руководители, медработники
3.	Организация индивидуальных консультаций для родителей	В течение года	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

Ожидаемые результаты реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"> • Будут созданы условия для укрепления и сохранения здоровья школьников, повышения качества образования за счет эффективного использования современных инновационных технологий. • Будет создана система методической поддержки преподавателей в области инновационных технологий. • Будет создан банк данных с методическими разработками, передовым и педагогическим опытом.
Организация контроля за исполнением программы	Осуществляется методическим советом школы, заместителями директора по УВР, по ВР, директором школы.

«Ученик и его здоровье»

Главные идеи:

-сохранение собственного здоровья – одна из основных обязанностей;

-образ жизни человека, отношение к своему здоровью определяет здоровье будущих поколений;

-экологическое воспитание и экологическая культура должны стать основой здравого смысла в сохранении человеком своего здоровья, его поведения и поступках;

-социальное благополучие и успешность человека невозможны без сохранения физического и психического здоровья;

-воспитание привычки к постоянным занятиям физкультурой и спортом не с целью спортивных достижений, а с целью ежедневного оздоровления своего организма;

-стремление к воспитанию в человеке воли, характера, стремления к достижению невозможного.

Главная цель: формирование у учащихся всех возрастов понимания значимости здоровья для собственного самоутверждения.

Задачи воспитания:

-знакомить учащихся с традициями и обычаями бережного отношения человека к собственному здоровью;

-создавать условия для формирования у учащихся культуры сохранения собственного здоровья;

-формировать у учащихся отношение к мужскому и женскому здоровью как бесценному дару природы;

-создавать возможность учащимся демонстрировать свои достижения и усилия по сохранению здоровья;

-способствовать преодолению вредных привычек, учащихся средствами физической культуры и занятием спортом.

№ п\п	Название мероприятий	Сроки проведения	Ответственные
1.	Кросс «Золотая осень» (4-10 классы)	октябрь	Учителя физкультуры
2.	День Здоровья (1-10 классы)	октябрь	Учителя физкультуры
3.	Классные часы, беседы, практикумы по ОБЗР (1-11 классы)	сентябрь	педагог ОБЗР
4.	Спортивные соревнования муниципального уровня	В течение года	Учителя физкультуры
5.	Конкурс рисунков по ПДД	В течение года	Педагог ОБЗР, Отв. за профилактику ДДТТ
6.	«В стране дорожных знаков» - общешкольные классные часы	Сентябрь-октябрь	Педагог ОБЗР

8.	День борьбы с распространением СПИДа, ВИЧ	декабрь	Кл. руководители, Зам. директора по ВР, Педагог-организатор
9.	Антинаркотические акции	В течение года	Педагог-организатор
10.	«Мы против курения!»- мероприятие, посвященное Дню отказа от курения (1-11 классы)	декабрь	Педагог-организатор
12.	Спортивный турнир «А, ну-ка, парни!» (5-11 классы)	февраль	Учителя физкультуры
13.	Встречи с медицинскими работниками (1-11 классы)	В течение года	Кл. руководители
16	«Безопасное колесо»	май	Педагог ОБЗР
18.	«Я здоровьем дорожу» кросс – 9 мая, первенство по волейболу	май	Учителя физкультуры

Литература

- 1.Абросимова М.Ю. Здоровье молодежи. Казань «Медицина», 2020
- 2.Ананьев В.А. Психология здоровья: пути становления новой отрасли человекознания. СПб. 2000
- 3.Гафаров В.В. Личность и ее взаимодействие с социальной средой: непроторенная дорога. Новосибирск. СО РАН, 2010.
- 4.Назарова Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие. М. «Академия» 2019.
5. Свияш А.Г. Здоровье в голове, а не в аптеке. ЗАО Центрополиграф. 2017.
- 6.Счастье быть здоровым / под ре. С.А. Муравьев, Г.А. Макарова. Екатеринбург «Фотек» 2020.