

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Зайцевореченская общеобразовательная средняя школа»

СОГЛАСОВАНО

Управляющий совет школы

\_\_\_\_\_ А.М. Иголкина

«30» 08. 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Г.Б. Мацвей \_\_\_\_\_

Приказ №185-О от 30.08.2024г.

# **ПРОГРАММА**

## **«ЗДОРОВЬЕ»**

на 2024 – 2027 учебные годы

### Информационная карта программы

1.	Полное название программы	Комплексно-целевая программа «Здоровье»
2.	Тип программы	Комплексно-целевая программа.
3.	Цель программы	Целью данной программы является поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как одному из главных путей в достижении успеха.
4.	Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.</li><li>2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.</li><li>3. Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.</li><li>4. Организовать систему профилактических работ по предупреждению детского травматизма на дорогах, предотвращению роста заболеваемости учащихся школы.</li><li>5. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.</li></ol>
5.	Продолжительность	3 года.
6.	Ожидаемые результаты программы	В ходе осуществления программы предполагается достичь следующих результатов: - создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению

		<p>здоровья, воспитанию и развитию личности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уменьшить количество школьников, имеющих хронические заболевания дидактогенного характера (сколиозы, снижения зрения);</li> <li>- не допустить снижения количества здоровых детей;</li> <li>- уменьшить количество детей, имеющих болезни органов пищеварения;</li> <li>- обеспечить повышение умственной и физической работоспособности учащихся.</li> <li>- выработать у учащихся формы поведения, помогающие избежать опасности для жизни здоровья.</li> </ul>
7.	Учреждение представившее программу	МБОУ Зайцевореченская общеобразовательная средняя школа
8	Краткое содержание программы	<p>Формирование здорового образа жизни у обучающихся - длительный процесс, требующий непрерывной работы при тесном взаимодействии семьи и школы. Поэтому наша программа направлена на формирование гигиенической культуры всех представителей школьной структуры: обучающихся и их родителей, администрации и педагогического состава. К воспитательно-оздоровительной работе подключены также медработники, психолог, логопед, специалист по безопасности. Программа знакомит обучающихся с самым тонким инструментом познания окружающего мира - с самим собой. Она создает единый "антропоцентрический" - предмет, в котором информация по анатомии, физиологии, антропологии служит само принятию и самоуважению. Дает обучающемуся возможность открыть в себе сенсорные ощущения, зрительно-</p>

		<p>моторные связи, эмоциональные колебания. Учит методам конструктивного переживания внутренних конфликтов. Многие параметры образовательной среды регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья школьников. Именно поэтому программа "ЗДОРОВЬЕ" направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и привитие учащимся навыков здорового образа жизни.</p>
9.	Разработчик программы	<p>Учитель физической культуры, руководитель МО спортивно-оздоровительного цикла Бубенщикова Виктория Григорьевна</p>
10.	Адрес, телефон	<p>п. Зайцева Речка, ул. Почтовая, д. 11 т. 8(3466)21-37-09</p>
11.	Участники программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обучающиеся;</li> <li>2. Классные руководители;</li> <li>3. Учителя - предметники;</li> <li>4. Школьная медсестра;</li> <li>5. Врачи-специалисты;</li> <li>6. Школьные специалисты (психолог, социальный педагог);</li> <li>7. Родители.</li> </ol>
12.	Сроки реализации программы	<p>3 года (2021-2024учебный год)</p>

## **Основания для разработки программы**

1. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г. №287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
3. Приказ Министерства просвещения РФ 286 от 31.05.2021 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Концепция развития дополнительного образования детей // утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р;
6. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ (ред. От 02.07.2021) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 г. №16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

### **I. АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ**

Можно ли детей обучать так, чтобы сохранилось или даже укрепилось состояние здоровья? Теоретически - да, практически не получается. Врачи-педиатры, наблюдающие которого состояние здоровья школьников, а также данные государственной медицинской статистики свидетельствуют о негативных изменениях в организме учащихся в процессе их обучения в школах разного типа. Ещё в начале XX века основоположник отечественной школьной гигиены Ф.Ф. Эрисман внес понятие "школьные болезни", возникновение которых обусловлено обучением детей. К этим болезням им было отнесена близорукость (нарушение зрения), а также сколиоз (боковое нарушение позвоночника) и анемия (низкий уровень гемоглобина в крови). В современных условиях "школьные болезни" сохраняются, хотя их структура изменилась.

У наших школьников чаще выявляются нервно-психологические расстройства, которые специалисты увязывают с организацией учебно-воспитательного процесса в школе.

К другим заболеваниям, часто возникающим у школьников, относятся нарушение зрения (миопия, рефракционная или осевая, и т. д.), болезни костно-мышечной системы (сколиоз, патологический кифоз или лордоз, плоскостопие).

Заболеваемость детей школьного возраста держится на высоком уровне и составляет примерно 2400-2600 заболеваний на 1000 детей, так каждый школьник на протяжении учебного года условно болеет 2,4-2,6 раза. Это свидетельствует о низкой сопротивляемости организма к патогенным микроорганизмам и вирусам, а также к неблагоприятным воздействиям окружающей среды. У современных школьников стали чаще выявлять такие нарушения физического развития, как дефицит массы тела и низкий рост. Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Опыт некоторых школ показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует не только прочным знаниям, но и одновременно способствует укреплению здоровья школьников.

Биологическая реакция организма школьника зависит от его адаптационных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды.

Формирование здорового образа жизни проходит в несколько этапов: накопление знаний о здоровье, выработка мотиваций на адекватное поведение, которое трансформируется в гигиеническое поведение. Именно гигиеническое поведение является фундаментом здоровья.

Мы рассматриваем категорию "здоровье", в первую очередь, как медико-педагогическую, что позволяет привлечь огромный потенциал педагогов к деятельности по формированию здоровья учащихся. Кроме того, в процессе учебы позитивный стереотип поведения вырабатывается более эффективно. Это предпочтительнее, чем смена стереотипов у взрослого человека.

Работа по формированию здорового образа жизни сочетает педагогические постулаты:

*\* Последовательность*

*\* Непрерывность*

*\* Преемственность*

**- которые содержат медико-психологические закономерности:**

*\* информированность*

*\* мотивационно-ценностные ориентации*

*\* навыки*

\* поведение

\* уровень здоровья

Формирование здорового образа жизни у обучающихся - длительный процесс, требующий непрерывной работы при тесном взаимодействии семьи и школы. Поэтому наша программа направлена на формирование гигиенической культуры всех представителей школьной структуры: обучающихся и их родителей, администрации и педагогического состава. К воспитательно-оздоровительной работе подключены также медработники, психолог, логопед, специалист по безопасности.

Здоровьесберегающая работа в школе проводится в трех направлениях:

\* педагогическом

\* социально-психологическом

\* медицинском

### *Система работы школы по созданию модели "Здоровье"*

<b>Педагогический аспект</b>	<b>Социально-психологический аспект</b>	<b>Медицинский аспект</b>
1. Расширение тематики по здоровому образу жизни и предмета ОБЖ, межпредметное обучение.	Работа с классом и обучающимися повышенного педагогического внимания	Контроль санитарно-гигиенических условий во всех структурных подразделениях школы.
2. Современное проведение уроков ОБЖ с медицинской службой школы	Коррекция девиантного поведения и нарушений социальной адаптации в форме психопрофилактических бесед и специальных занятий	Гигиена обучающегося в течении учебного года
	Межличностные отношения: "учитель-ученик", "ученик-ученик", "ученик-родитель", учитель-родитель".	
3. Курс социально-психологической адаптации 1-х, 5-х	Психолого-педагогическое консультирование	Диагностика и коррекция проблем нейропсихологического

классов	обучающихся, родителей и учителей	характера у обучающихся начальной школы.
4. Подготовка обучающихся к сдаче ГИА	Психологический мониторинг здоровья учащихся	
5. Просветительская деятельность	Социологические исследования: анкетирование как форма обратной связи	Современная работа школьной медсестры и поликлиники по оздоровлению обучающихся (график АКДО)
6. Использование здоровьесберегающих технологий и проектная деятельность обучающихся	Исследовательская деятельность	Физкультура как метод коррекции и профилактики хронических заболеваний
7. Проведение физкультминуток на уроках	Работа в классах	Повышение функционального состояния организма и двигательной активности методом механотерапии (тренажеры)
8. Организация активного отдыха на переменах, динамической паузе и прогулках	Дежурство на переменах, дежурство в классах	Организация и контроль сбалансированного питания в школьном пищеблоке
9. Активизация спортивно- физкультурной работы Спортивного клуба "Юность"	Соревнования, "Веселые старты" и т.д. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.	

10. Спортивный месячник и дни здоровья как форма развития адаптационных способностей обучающихся и закрепления навыков здорового образа жизни.		Привитие учащимся навыков личной гигиены, здорового образа жизни и понимания необходимости его пропаганды.
11. Военно- спортивный клуб «Патриот».	Практическая подготовка юношей и девушек к службе в Вооруженных силах РФ.	Повышение функционального состояния организма и двигательной активности.
12. Кружок ЮИДД (юные инспектора дорожного движения).	Создание условий для социальной практики ребенка в его реальной жизни, накопление нравственного и практического опыта.	Получение медицинских знаний и применение их на практике.
13. Воспитание культуры питания. Организация горячего питания.	Формирование культуры питания.	Уровень удовлетворенности обучающихся и их родителей по сохранению и укреплению здоровья.
14. Летний оздоровительный лагерь.		Сбалансированное питание, витаминизация, оздоровление.
15. Санитарно – эпидемиологический режим в учреждении в условиях covid – 19	Формирование навыков психологической гигиены	Создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся

В школе апробируются новые методики здоровье - сберегающих технологий, проводится мониторинг здоровья, организация встречи с социальными службами района, обсуждаются этапы работы на педагогических советах.

Врамка предмета «Окружающий мир» в начальной школе и ОБЗР, в среднем и старшем звене, рассматриваются темы режима дня, учебы и отдыха, здорового питания, соблюдения санитарно-гигиенических норм и правил, профилактика вредных привычек. Данные вопросы освещаются также на уроках физической культуры, биологии, химии. В рамках базового

компонента на уроках ОБЗР в средней и старшей школе, особенное внимание уделяется проблемам здорового образа жизни, основам медицинских знаний, а также научно-информационному обеспечению учебного процесса. Отдельные темы (профилактика стресса; гармоничность семейных-брачных отношений; профилактика заболеваний, передающихся половым путем, включая ВИЧ/СПИД-инфекцию; профилактика употребления психоактивных веществ и др.) передаются совместно с психологом, врачами.

В школе 1-х, 5-х классах проводятся занятия по социально-психологической адаптации к школе.

В рамках **педагогического блока** школьники занимаются проектной деятельностью, старшеклассники проходят подготовку по отдельным темам ЗОЖ (о вреде курения, употребления алкогольных напитков, наркотических веществ и др.) для проведения бесед учащимися средней школы, проводятся дополнительные занятия по отдельной наиболее актуальной тематике, представляющей интерес для подростков в реальной жизни (вне сетки учебных часов).

Одно из направлений работы - лекторий для родителей. Здесь освещаются вопросы психофизиологического развития детей в разные возрастные периоды и основы здорового образа жизни. Внимание родителей акцентируется на формировании социальной адаптации, нравственного здоровья, гармоничности развития детей, гигиенического поведения.

Учителя используют в своей работе методические рекомендации по проблемам здорового образа жизни, профилактики ВИЧ/СПИД и других инфекций, передающихся половым путем, тестирование знаний по профилактике наркомании, тематические брошюры и видеофильмы, памятки для школьников и родителей.

Дополнительное образование вносит существенный вклад в учебно-воспитательный процесс, в воспитание и оздоровление учащихся школы и реализуется во второй половине дня.

Своеобразие этого направления заключается в том, что вместе с задачами гармоничного развития личности оно несет в себе обязательный оздоровительный компонент и является частью оздоровительной программы.

Дополнительное образование обеспечивает развитие творчески активной личности ребенка, что способствует, в свою очередь, получению базового образования, а также возможности социально адаптироваться в современном обществе.

Оздоровление детей в летнем оздоровительном лагере – социально-педагогическое явление, эффективность которого обусловлена разнообразием возможных форм воспитательной и образовательной деятельности, интенсивностью общения детей и взрослых в этот период.

В лагере создаются благоприятные возможности для привлечения всех воспитанников к занятиям физической культурой и спортом, природоохранной работе, для расширения и углубления знаний об окружающем мире, развития творческих способностей детей. Дети приобретают ценный и полезный опыт проведения досуга, который

запоминается на всю жизнь. Лагерь дает шанс каждому ребенку раскрыть свои потенциальные возможности, испытать личную инициативу и завоевать уважение.

**Второй блок работы** школы по оздоровлению обучающихся - **социально-психологический**. Это важный раздел деятельности в современных условиях, так как стрессовые ситуации постоянно сопровождают развитие нервных заболеваний, психологические отклонения, девиантное поведение. Такое состояние затрудняет условие школьной программы, нарушает межличностные контакты со сверстниками, учителями и родителями, подталкивает к общению с группами асоциального поведения, приобщению к курению, употреблению алкогольных напитков и наркотических веществ.

В школе постоянно проводится мониторинг психологического состояния учащихся и оказывается психологическая помощь детям из группы риска. Формирование здоровых, доброжелательных отношений в школьном коллективе достигается, в частности, в результате психолого-педагогического консультирования и психолого-коррекционной работы.

Ведется работа по психологической готовности выпускников к ГИА, ЕГЭ. Проводится диагностика обучающихся на личностную тревожность и самооценку, коррекционная работа на формирование положительного отношения к экзаменам. Организуется психологический лекторий для родителей: «Подготовка к ГИА, ЕГЭ».

На протяжении ряда лет под руководством психолога в школе проводится работа по изучению субъективного восприятия учащимися учебной нагрузки. Результаты исследования позволяют проводить коррекцию расписания уроков и создать более комфортные условия обучения.

В школе широко используется социологический метод - проводятся опросы, посвященные этическим проблемам: о воспитанности, социальной адаптации, выборе профессии и др. Данный метод позволяет находить более адекватные формы взаимодействия учителей и обучающихся.

**Третий блок программы - медицинский**. Большое внимание уделяется медицинской профилактике, санпросветительской работе, мониторингу здоровья обучающихся, который проводится ежегодно медицинским работником школы и специалистом по безопасности.

В рамках просветительской работы с родителями, классные руководители, медицинский работник школы, педагог-психолог проводят родительские собрания, посвященные вопросам сохранения здоровья детей, приглашают на мероприятия для родителей специалистов учреждений здравоохранения.

В школе функционирует медицинский осмотр обучающихся (АКДО), основная цель которого - приближение медицинской помощи к детям, осуществление мониторинга их здоровья, проведение профилактических и лечебно-коррекционных мероприятий.

В школе сформированы аптечки с необходимым набором лекарственных средств для каждого кабинета.

Большое внимание уделяется организации питания школьников. Медработник осуществляет гигиенический контроль столовой.

Данные о состоянии здоровья учеников вносятся в "листки здоровья", передаются учителям для профилактической работы с конкретными детьми и классом в целом в соответствии с заключением врачей. Проводится регулярный анализ и обсуждение на педсоветах данных о состоянии здоровья школьников.

В рамках сохранения и укрепления здоровья обучающихся в период пандемии, продлено действие санитарных правил в условиях коронавируса до 2024 года. Эти правила предполагают, запрет на мероприятия с участием нескольких классов, измерение температуры на входе в здание, проводить усиленную уборку и обработку помещений. Также, за каждым классом закреплен собственный кабинет для занятий, имеются дозаторы для обработки рук, в классах установлены рециркуляторы для очистки воздуха. Проводится проветривание кабинетов.

В каникулярный период работает летний оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей. Оздоровление – это оптимальный двигательный режим, закаливание, сбалансированное питание, рациональный распорядок дня, гигиенические навыки, здоровый образ жизни. Вовлечение детей в различные формы физкультурно – оздоровительной деятельности, расширение знаний об охране здоровья, утренняя гимнастика (зарядка), встречи с медицинским работником БУ ХМАО-Югры «Окружная клиническая больница», организация горячего двухразового питания детей, спортивные мероприятия, подвижные игры на свежем воздухе.

Таким образом, можно утверждать, что разносторонняя деятельность творческого коллектива делает процесс формирования здоровья в школе управляемым.

Программа знакомит обучающихся с самым тонким инструментом познания окружающего мира - с самим собой. Она создает единый "антропоцентрический" - предмет, в котором информация по анатомии, физиологии, антропологии служит само принятию и самоуважению. Дает обучающемуся возможность открыть в себе сенсорные ощущения, зрительно-моторные связи, эмоциональные колебания. Учит методам конструктивного переживания внутренних конфликтов.

Изменение поведения школьника немислимо без активного участия в этом процессе педагогов и всего персонала школы. Только с изменением уклада школы можно ожидать реальных результатов в изменении отношения обучающихся к собственному здоровью.

Многие параметры образовательной среды регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья школьников.

Именно поэтому программа "ЗДОРОВЬЕ" направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и привитие учащимся навыков здорового образа жизни.

В реализации программы "Здоровье" задействованы все службы школы: администрация, педагоги, психолог, медицинский работник и технический персонал.

## **II. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ**

Целью данной программы является поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как одному из главных путей в достижении успеха.

Исходя, из этой конкретной ситуации в школе и в соответствии с поставленной целью можно определить следующие задачи деятельности педагогического коллектива.

## **III. ЗАДАЧИ**

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течении всего времени обучения.
2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
3. Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
4. Организовать систему профилактических работ по предупреждению детского травматизма на дорогах, предотвращению роста заболеваемости учащихся школы.
5. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

## **IV. ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

*Здоровый физически, психически, нравственно, адекватнооценивающий свое место и предназначении в жизни выпускник.*

В ходе осуществления программы предполагается достичь следующих результатов:

- создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья, воспитанию и развитию личности;
- уменьшить количество школьников, имеющих хронические заболевания дидактогенного характера (сколиозы, снижения зрения);
- не допустить снижения количества здоровых детей;
- уменьшить количество детей, имеющих болезни органов пищеварения;
- обеспечить повышение умственной и физической работоспособности учащихся.

- выработать у учащихся формы поведения, помогающие избежать опасности для жизни здоровья.

## V. УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ

1. Обучающиеся;
2. Классные руководители;
3. Учителя - предметники;
4. Школьная медсестра;
5. Врачи-специалисты;
6. Школьные специалисты (психолог, социальный педагог);
7. Родители.

## VI. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

\* Учебно-воспитательная работа - научно основанная и строго регламентированная.

1	Организация режима ступенчатого повышения нагрузки для учащихся первого класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям.	Сентябрь- ноябрь
2	Анализ расписания уроков.	Сентябрь, январь.
3	Организация перемен и длительный динамической паузы с обязательным пребыванием на свежем воздухе (1-4-е классы).	В течении года.
4	Организация перемен и создание на переменах таких условий, которые способствовали бы двигательному режиму учащихся разных возрастов.	В течении года.
5	Включение вопросов с определенной оздоровительной направленностью в план учебных программ по биологии, ОБЖ, психологии и др.	В течении года.
6	Контроль за выполнением норм самообслуживания.	Октябрь, Декабрь, Март.
7	Контроль за правильным использованием ТСО. Соблюдение норм СанПиН при использовании интерактивной доски.	Ноябрь, Февраль.
8	Анализ уроков с оздоровительной точки зрения.	Декабрь
9	Повышение грамотности учителей по сохранению здоровья учащихся.	В течении года.

10	Структурирование учебных программ на основе оздоровительных принципов.	Май
----	--	-----

\* Диагностическая работа - комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья, как учащихся, так и учителей; изучение подвижности адаптационных перестроек и работоспособности под действием природных и социальных факторов среди обитания.

1	Создание паспорта "Здоровье".	Сентябрь, октябрь.
2	Осуществление контроля за соблюдением норм учебной нагрузки (дневной, недельной, годовой).	На протяжении года.
3	Проведение оценки степени трудности новых учебных программ и методов обучения с целью адаптации их к функциональным возможностям учащихся разных возрастных групп.	Сентябрь- Март
4	Запуск медико-педагогического мониторинга детей и подростков при зачислении их в школу (с учетом сложности программы обучения).	Апрель -Май

\* Профилактическая и коррекционная работа - предупреждение и своевременное выявление отклонений в развитии и состоянии здоровья воспитанников, а при наличии каких-либо недугов профилактика обострения и прогрессирования болезненного процесса.

1	Плановый медосмотр	Март-Апрель
2	Мониторинг естественной и искусственной освещенности учебных кабинетов.	Сентябрь- Октябрь
3	Формирование, сохранение и корректировка здоровья учащихся и педагогов.	В течении года
4	Мониторинг санитарного состояния учебного помещения - отопление, вентиляция, освещенность, водоснабжение, канализация.	В течении года
5	Контроль пищевого рациона (достаточность, сбалансированность, правильность, сочетание продуктов).	В течении года
6	Контроль за состоянием рабочей мебели.	В течении года
7	Ознакомление педагогического коллектива с конечным результатом медосмотра.	После медосмотра

\* Информационно-просветительская работа - пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем вопросам сохранения

здоровья, включает такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.

1	Использование различных форм массовой пропаганды здорового образа жизни: организация лекций, проведение мероприятий, дни здоровья и др.	В течении года
2	Использование наглядной агитации: выпуск стенгазет, оформление уголков здоровья в классных комнатах, воспитание учащихся личным примером учителей привлекательность внешнего вида, доброжелательность в общении, забота о собственном здоровье, занятия спортом, отказ от вредных привычек).	В течении года

## **VII. ФУНКЦИИ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ РАБОТНИКОВ ШКОЛЫ В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **1. Функции медицинской службы школы:**

- проведение диспансеризации учащихся школы;
- медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы;

### **2. Функции директора и его заместителей:**

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство по организации медико – психолого – логопедической службы в школе;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация преподавания вопросов сохранения здоровья на уроках биологии, ОБЗР, химии, физики, и других предметов;
- организация и контроль уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных кружков;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе «Здоровья» и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организация работы психологической службы в школе.

### **3. 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 профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работников ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы «Здоровье».
- 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.

### **VIII. СОТРУДНИЧЕСТВО ШКОЛЫ С ДРУГИМИ УЧРЕЖДЕНИЯМИ**

УЧРЕЖДЕНИЕ	ЗАДАЧИ И НАПРАВЛЕНИЯ	ФОРМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ
Взрослая районная поликлиника	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение.	Профосмотры, диспансеризации, медицинская помощь.
Стоматолого-гигиеническая помощь	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение.	Профосмотры и при необходимости, лечение.
ГИБДД	Предупреждение детского травматизма	Лекции, беседы, ролевые игры для учащихся.
Полиция, участковый инспектор	Профилактика употребления наркотиков, психотропных веществ.	Лекции, беседы, ролевые игры для учащихся.

### **IX. ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»**

**на 2024 – 2027 учебные годы**

1. Исследование и комплексная оценка состояния образовательной среды и состояния здоровья учащихся. Медицинская диагностика.				
№	Мероприятия	срок	класс	ответственный
1	Оформление медицинских карт и листов Здоровья в классных журналах. Комплектация на их	сентябрь	1-11	Мед.сестра, Кл.руководит., учитель физкультуры

	основе физкультурных групп.			
2	Диспансеризация в поликлинике	По мере необходимости	1-11	Мед.сестра, кл.руководитель, специалисты поликлиники
3	Профосмотры в поликлинике	По мере необходимости	1-11	Мед.сестра, кл.руководитель, специалисты поликлиники
4	Профосмотры детей в условиях школы	В течение года	1-11	Мед.сестра, Специалист по безопасности
5	Анализ случаев травматизма в школе	В течение года	1-11	Мед. Сестра,
6	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	В течение года	1-11	Мед. Сестра, кл.руковод. Соц.педагог

## 2. Мониторинг психофизического здоровья учащихся

1	Тестирование в рамках Комплексной программы оценки психофизического состояния и функционирования возможностей организма человека.	В течение года	1-11	Психолог, учителя физкультуры
2	Психологический мониторинг здоровья учащихся: - тест на адаптацию в нач. школе, адаптация в средней школе; - тест на тревожность; - мотивация; - мышление.	В течение года	1-11	Психолог
3	Реализация адаптированной образовательной программы для лиц с ограниченными возможностями здоровья.	В течение года	1-11	Учителя, психолог, зам.дир.по УР

## Контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в школьном учреждении

1	Эстетическое оформление класса и школы.	В течение года	1-11	Учителя, учитель ИЗО
---	---	----------------	------	----------------------

2	Рациональное расписание уроков, не допускающие перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	В течение года	1-11	Зам.дир.по УР
3	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: - проветривание; -освещение; - отопление; - вентиляция; - уборка.	Ежедневно 1 раз в нед. 2 раза в год 2 раза в год  Ежедневно	Все помещения	Заведующий хозяйством, мед.сестра.
4	Контроль за качеством питания и питьевым режимом	Ежедневно	1-11	Мед.сестра
5	Диагностика загруженности учащихся домашними занятиями	В течение года	1-11	Зам.дир.по УР, учителя предметники
6	Организация активного отдыха на переменах.	Постоянно	1-4	Кл.руковод. Педагог организатор

### 3. Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний.

1	Прививки детей согласно приказа Минздрава	В течение года	1-11	Мед.сестра
2	Профилактическая работа во время эпидемий	В течение года	1-11	Мед.сестра
3	Создание условий для профилактики при COVID-19	В течение года	1-11	Мед.сестра
4	Профилактическая работа через беседы, уголки здоровья, сан бюллетени, полезные советы	В течение года	1-11	Мед.сестра

### 4. Физическое воспитание, организация активно-двигательного досуга

1	Профилактика нарушения осанки на уроках физкультуры	В течение года	1-11	Учитель физкультуры
2	Подвижные перемены с использованием возможностей спортивного зала, рекреаций	В течение года	1-11	Учитель физкультуры, уч.нач.кл
3	Организация школьных	В	1-11	Кл.руков.

	соревнований и участие школьников в районных областных соревнованиях.	течение года		Учитель физкультуры
4	Организация дней здоровья, прогулок, экскурсий.	В течение года	1-11	Зам.дир.по ВР. Кл.руководитель
5	Работа спортивного кружка «Теннис»	В течение года	1-11	Педагог дополнительного образования
6	Работа спортивного клуба «Юность»	В течение года	1-11	Учитель физкультуры
7	Работа военно-спортивного клуба «Патриот»	В течение года	1-11	Учитель физкультуры
8	Работа кружка «Юные инспектора дорожного движения»	В течение года	1-11	Учитель физкультуры
9	Работа летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей	Июнь-Июль	1-11	Начальник лагеря, медсестра, воспитатели

#### 5. Мероприятия по улучшению питания учащихся

1	Организация и поддержка бесплатного льготного горячего питания для учащихся школы из многодетных, малообеспеченных семей.	В течение года		Директор, медсестра, ответственный за питание
2	Организация витаминизации питания учащихся в течение учебного года	В течение года		Директор, медсестра, ответственный за питание
3	Введение в рацион питания йодсодержащих препаратов	В течение года		Медсестра, ответственный за питание

#### 6. Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек

1	Тематические уроки в рамках курсов ОБЖ и биологии.	В течение года	1-11	Учителя ОБЗР, Биологии
2	Тематические классные часы	В	1-11	Кл.руководители,

	(Приложение 1)	течение года		медсестра
3	Тематические родительские собрания (Приложение 2)	В течение года	1-11	Кл.руководители, медсестра
4	Конкурсы, викторины (Приложение 3)	В течение года	1-11	Педагог-организатор. Кл.руководители

### Заключение

Данная программа «Здоровье» рассчитана на три года и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

В этом учебном году следует уделить особое внимание решению следующих задач:

- отработка системы выполнения уровня здоровья обучающихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения;
- создание условий для обеспечения охраны здоровья обучающихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни;
- просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей; а также углубиться в вопросы, связанные с мониторингом спортивно-оздоровительной работы в школе.

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включенности педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.

**Тематические классные часы**

1 – 4 классы

1. Режим дня.
2. Закаливание организма.
3. Культура поведения в общественных местах.
4. Культура поведения за столом.
5. Культура питания.
6. В гостях у Мойдодыра.
7. Культура одежды.
8. Профилактика простудных заболеваний.
9. Береги здоровье смолоду.

5 – 8 классы

1. Режим дня.
2. Что такое здоровье?
3. Способы укрепления здоровья.
4. Культура питания.
5. Культура одежды.
6. Гигиена мальчика и девочки.
7. Профилактика простудных заболеваний, заболеваний органов зрения.
8. О вредных привычках.
9. О вреде никотина.
10. О вреде алкоголя.
11. Имя беды – наркотик.
12. Покончить с грубостью.
13. Определение здорового образа жизни.

9 – 11 классы

1. Береги здоровье смолоду.
2. О вкусах не спорят, о манерах надо знать.
3. Гармония тела.
4. Роль спорта в жизни человека.
5. Как одеваться: стильно, модно, удобно?
6. Система питания старшеклассника.
7. Культура гигиены девушки.
8. Культура гигиены юноши.
9. Покончить с грубостью.
10. Победить зло.

11. Стресс.
12. Традиции и табакокурение.
13. Исторические аспекты винопития Руси.
14. Юридическая ответственность за злоупотребление ПАВ.
15. Почему принимают наркотики.
16. Когда возникает интерес к наркотикам.
17. Наркотики и их жертвы.

Тематика родительских собраний

1. Психологические особенности учащегося (по возрастам).
2. Режим дня и гигиенические нормы.
3. Режим питания.
4. Встреча с сотрудником ПДН ОВД.
5. Семейные конфликты (ведет психолог).
6. Как уберечь вашего ребенка от наркотиков.

Конкурсы, викторины.

1. Конкурсы рисунков:
  - «Осторожно, дети!»;
  - «Я за здоровый образ жизни»;
  - «Зеленая аптека».
2. Конкурс плакатов:
  - «Жизнь без наркотиков»;
  - «Нет вредным привычкам».
3. Викторины:
  - «Красный, желтый, зелёный»;
  - «Кушайте на здоровье».
4. Ролевая игра «Суд над наркотиком».
5. Веселые старты.
6. Спортивные соревнования «Моя спортивная семья».
7. Товарищеские встречи по разным видам спорта.