

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 425 имени академика П.Л.Капицы  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

СОГЛАСОВАНО  
Педагогический совет

Протокол № 13  
от 15 июня 2020 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор  
Асанова Ирина Николаевна

---

«16 » июня 2020 г.

Комплексная программа  
по организации здоровьесберегающей деятельности  
«Наше здоровье»  
2020 -2023

2020 год

Наименование программы	Программа «Наше здоровье»
Направление	Учебно-развивающее
<b>Нормативно-правовые основания для разработки программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Конвенция о правах ребенка</li> <li>2. "Конституция Российской Федерации" (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ, от 05.02.2014 № 2-ФКЗ, от 21.07.2014 № 11-ФКЗ)</li> <li>3. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 № 751 "О национальной доктрине образования в Российской Федерации"</li> <li>4. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ</li> <li>5. Федеральные государственные образовательные стандарты</li> <li>6. Национальная образовательная инициатива "Наша новая школа" (утв. президентом РФ от 4 февраля 2010 г. № Пр-271)</li> <li>7. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ (ред. от 28.11.2015) "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации"</li> <li>8. СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи</li> </ol>
<b>Разработчик программы</b>	Коллектив ГБОУ школы №425 имени академика П.Л.Капицы Кронштадтского района Санкт-Петербурга
<b>Социальные партнеры программы</b>	Отдел здравоохранения администрации Кронштадтского района Санкт-Петербурга, Сектор физической культуры и спорта администрации Кронштадтского района Санкт-Петербурга, Отдел по молодежной политике Кронштадтского района Санкт-Петербурга, ГБУ ДО ЦППМСП Кронштадтского района Санкт-Петербурга.
<b>Участники программы</b>	Учащиеся Педагоги Родители Социальные партнеры
<b>Сроки</b>	Сентябрь 2020 г.- июнь 2023 г.
<b>Цель программы</b>	сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения Образовательной программы. Формирование ценностей здорового образа жизни

<b>Система управления и контроля реализации программы</b>	Контроль реализации мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности.
<b>Формы контроля</b>	Результативность работы рассматривается на МО классных руководителей.

## Пояснительная записка

*«Результатом нашей работы  
должна стать осознанная молодым поколением  
необходимость в здоровом образе жизни,  
в занятиях физической культурой и спортом.  
Каждый молодой человек должен осознать,  
что здоровый образ жизни – это успех, его  
личный успех»*

Владимир Путин

Предлагаемая программа организации деятельности ГБОУ школы № 425 по созданию условий сохранения и укрепления здоровья школьников, пропаганды здорового образа жизни среди всех участников образовательного процесса является описанием последовательной системной работы для обеспечения перехода образовательного учреждения в статус «Здоровьесберегающее образовательное учреждение».

Данная программа «Наше здоровье» может быть охарактеризована как комплексная модель, поскольку включает в себя все наиболее распространенные в настоящее время виды здоровьесберегающей деятельности школы, применяемые в системе образования. Система здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения ГБОУ школы № 425 отвечает статье 41 «Охрана здоровья учащихся» Федерального закона № 273-ФЗ от 29.12.2012 года «Об образовании в Российской Федерации»

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление и сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Эта проблема в последнее время приобрела статус приоритетного направления. Идея здоровьесбережения учащихся в образовании – красная нить национального проекта «Образование», президентской инициативы «Наша новая школа», Федеральных государственных образовательных стандартов. Формирование здорового образа жизни должно происходить непрерывно и целенаправленно.

За период обучения в школе необходимо обеспечить обучающимся возможность сохранения здоровья, дать им необходимые знания, сформировать умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Наиболее эффективным при организации работы, ориентированной на формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, является комплексный подход. Тематика здоровья, так или иначе, пронизывает весь образовательный процесс. Темы здоровья, здорового образа жизни достаточно легко интегрируются в урочную, внеурочную деятельность, воспитательную работу, работу с семьями обучающихся.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни (далее – Программа) в соответствии с определением ФГОС – комплексная программа формирования у обучающихся знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка.

Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как гражданственность, здоровье, безопасность человека и государства.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

- ✓ неблагоприятные экологические, социальные и экономические условия;
- ✓ факторы риска, имеющие место в школе, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;

- ✓ чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагоприятных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков, и всего населения страны в целом.

Наиболее эффективным путём формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся является направляемая и организуемая взрослыми самостоятельная работа школьников, способствующая активной и успешной социализации ребёнка в школе, развивающая способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены.

Однако только знание основ здорового образа жизни не обеспечивает и не гарантирует их использования, если это не становится необходимым условием ежедневной жизни ребёнка в семье и школе.

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни — необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы образовательного учреждения, требующий соответствующей экологически безопасной, здоровьесберегающей организации всей жизни образовательного учреждения, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, организации рационального питания.

Одним из компонентов формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся является просветительская работа с их родителями (законными представителями), привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми, к разработке программы школы по охране здоровья обучающихся.

Основной **целью** программы «Наше здоровье» ГБОУ школы № 425 является содействие всем участникам образовательного процесса по созданию условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и приобретение знаний, умений, навыков, необходимых для формирования устойчивой мотивации к сохранению, укреплению здоровья и к здоровому образу жизни

Для достижения стратегической цели должны быть решены следующие **задачи**:

- совершенствование системы физкультурно-оздоровительной работы;
- организация методической поддержки педагогам в реализации цели программы;
- разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствования здоровьесберегающих инновационных технологий обучения и воспитания, адекватных возможностям детей;
- обеспечение формирования у учащихся мотивации к стремлению заботиться о своем здоровье и умению вести ЗОЖ;
- у педагогов - мотивации к валеологизации учебно-воспитательного процесса, освоению валеологических технологий в учебном процессе, к деятельности по сохранению собственного здоровья;
- у родителей - мотивации совместной деятельности по вопросам формирования ЗОЖ детей через систему просветительской работы;
- установление эффективных путей взаимодействия с родителями, различными специалистами в области здоровьесбережения;
- мониторинг отслеживания состояния здоровья детей.

#### **Принципы, которые легли в основу создания программы:**

- Учет возрастных особенностей обучающихся.
- Принцип учета индивидуальных возможностей и способностей школьников предусматривает поддержку всех учащихся с использованием разного по трудности и объему предметного

содержания, а соответственно, помощи и взаимопомощи при усвоении программного материала каждым учеником.

- Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов учебно-воспитательного процесса. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.

- Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций. Прежде всего, имеется в виду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия по материализованной программе к речевому и умственному выполнению действий, переход от поэтапных действий к автоматизированным.

- Обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок — субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга не в ущерб здоровью.

- Рациональная организация двигательной активности. Сочетание методик оздоровления и воспитания.

- Обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, произвольной и эмоциональной активации необходимы для предотвращения переутомления детей.

### **Целостность системы формирования здорового и безопасного образа жизни обучающихся включает:**

- системность деятельности по вопросам здоровьесбережения

- взаимодействие образовательного учреждения с органами исполнительной власти, правоохранительными органами, научными учреждениями, учреждениями дополнительного образования детей, культуры, физической культуры и спорта, здравоохранения и другими заинтересованными организациями по вопросам охраны и укрепления здоровья, безопасного образа жизни обучающихся;

- преемственность и непрерывность обучения здоровому и безопасному образу жизни (здоровью) на различных ступенях, уровнях образования;

- комплексный подход в оказании психолого-педагогической, медико- социальной поддержки различных групп, обучающихся;

- непрерывность отслеживания сформированности здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

### **Участники Программы:**

- обучающиеся

- классные руководители учителя

- предметники другие специалисты (психолог, логопед, социальный педагог);

- родители (законные представители)

**Сроки реализации программы: 2020-2023 гг.**

### **Ожидаемые результаты:**

- ✓ повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей;
- ✓ осознанное отношение детей, их родителей и педагогов к своему здоровью как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;

### **Этапы организации работы школы по реализации Программы**

*Первый этап* –подготовительный.

Анализ состояния и планирование работы школы по данному направлению, в том числе по:

- ✓ организации режима дня детей, их нагрузкам, питанию, физкультурно-оздоровительной работе, сформированности элементарных навыков гигиены, рационального питания и профилактики вредных привычек;
- ✓ организации проводимой и необходимой для реализации Программы просветительской работы школы с обучающимися и родителями (законными представителями);
- ✓ выделению приоритетов в работе школы с учётом результатов проведённого анализа, а также возрастных особенностей, обучающихся на всех ступенях образования.

*Второй этап* – основной.

Организация просветительской, учебно-воспитательной и методической работы школы по данному направлению.

1. Просветительская, учебно-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, включает:

- ✓ внедрение в систему работы школы дополнительных образовательных курсов, которые направлены на формирование ценностей здоровья и здорового образа жизни и могут реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс;
- ✓ лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья обучающихся, профилактике вредных привычек;
- ✓ проведение конкурсов, праздников, дней здоровья и других активных мероприятий, направленных пропаганду здорового образа жизни;
- ✓ проведение мониторингов здоровья обучающихся
- ✓ создание здоровьесберегающего характера образовательного процесса

2. Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников школы и повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает:

- ✓ проведение соответствующих лекций, консультаций, семинаров, круглых столов, родительских собраний, педагогических советов по данной проблеме;
- ✓ оформление образовательного пространства наглядной агитацией по вопросам формирования здорового образа жизни;
- ✓ привлечение педагогов, медицинских работников и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

*Третий этап* - заключительный.

Сбор и анализ результатов выполнения программы.

Коррекция деятельности.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Системная работа по формированию здорового образа жизни, сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса организуется по направлениям:

### **1. Здоровьесозидающее образовательное пространство**

*Соответствие состояния и содержания классных помещений, рекреаций, холлов в соответствии с требованиями здоровьесбережения.*

### **2. Рациональная организация учебной и внеурочной деятельности**

*Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки, обеспечение психологической безопасности, внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе, реализация индивидуального подхода к обучающимся.*

### **3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, реализация дополнительных программ, мероприятий направленных на пропаганду здорового образа жизни..**

*Полноценная эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья, рациональная организация уроков физкультуры, организация двигательной активности обучающихся в течении дня, расширение физического воспитания в системе дополнительного образования, проведение спортивных праздников, дней здоровья, участие в спортивных состязаниях. Разработка и внедрение в систему работы программ, модулей, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни. Организация взаимодействия с социальными партнерами в области физической культуры и здоровьесбережения*

### **4. Организация оздоровительно-профилактической работы**

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

### **5. Просветительская работа с родителями (законными представителями)**

*Проведение тематических родительских собраний, мастер-классов, тренингов в области здоровьесбережения, совместная работа педагогов и родителей по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, творческих мероприятий.*

### **6. Управление реализацией программы формирования здорового и безопасного образа жизни**

*Эффективная работа по выявлению имеющихся отклонений в реализации программы.*

Каждый раздел программы имеет конкретные направления работы

<b>1. Здоровьесозидающее образовательное пространство</b>	
<b>Цель раздела:</b> Совершенствование здоровьесберегающей инфраструктуры как объективного условия для охраны здоровья, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников.	
<b>Критерий</b>	<b>Направления работы</b>
Соответствие состояния и содержания классных помещений, физкультурного зала, рекреаций, холлов в соответствии с требованиями здоровьесбережения, организация питания.	<ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечение соответствия состояния и содержания здания и помещений школы экологическим требованиям, санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;</li><li>- обеспечение наличия и необходимого оснащения помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;</li><li>- организация качественного горячего питания обучающихся, в том числе горячих завтраков;</li><li>- оснащение кабинетов, физкультурного зала, спортплощадки необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;</li><li>- обеспечение наличия помещений для медицинского персонала;</li><li>- обеспечение наличия необходимого (в расчёте на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов,</li></ul>



	<p>обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (социальный педагог, логопед, учителя физической культуры, психолог, медицинский работник, хореограф).</p> <p>- обеспечение питьевого режима</p>
<p><b>2.Рациональная организация учебной и внеурочной деятельности</b></p>	
<p><b><u>Цель раздела:</u></b>  Совершенствование организации учебной и внеурочной деятельности обучающихся как педагогического условия для охраны здоровья, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников.</p>	
<p>Критерий</p>	<p>Направления работы</p>
<p>Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки, обеспечение психологической безопасности, внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе, реализация индивидуального подхода к обучающимся.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обучения;</li> <li>- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);</li> <li>- введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;</li> <li>- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;</li> <li>- индивидуализация обучения, учёт индивидуальных особенностей развития обучающихся: темпа развития и темпа деятельности, обучение по индивидуальным образовательным траекториям;</li> <li>- ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем под строгим контролем медицинского работника.</li> <li>- контроль отсутствия психологических перегрузок, обеспечение психологической безопасности</li> <li>- использование здоровьесберегающих педагогических технологий в образовательном процессе</li> <li>- осуществление контроля за адаптацией в 1 и 5 классах</li> <li>-осуществление психолого-педагогического сопровождения учебного процесса</li> <li>- обучение педагогов в области сохранения и укрепления здоровья, формирования мотивации к соблюдению здорового образа жизни</li> <li>- включение материалов пропагандирующих здоровый образ жизни в материал уроков и во внеурочную деятельность</li> </ul>
<p><b>3.Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, реализация дополнительных программ, мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни.</b></p>	

<p><b><u>Цель раздела:</u></b>  Создание педагогических условий для эффективной организация физкультурно-оздоровительной работы обучающихся.  Совершенствование организации физкультурно-оздоровительной работы обучающихся, включая обеспечение рациональной организации режима обучающихся, нормального физического развития, повышения адаптивных возможностей организма, формирование ЗОЖ как стиля жизни.</p>	
<b>Критерий</b>	<b>Направление работы</b>
Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима, нормального физического развития и двигательной подготовленности, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья	<ul style="list-style-type: none"> <li>- полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья;</li> <li>- рациональная организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на всех ступенях образования;</li> <li>- организация динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;</li> <li>- организация работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;</li> <li>- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, спортивных праздников).</li> <li>- реализация программ дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности</li> <li>- взаимодействие с социальными партнерами по сохранению и укреплению здоровья участников образовательных отношений и пропаганде здорового образа жизни</li> </ul>
<b>4. Организация оздоровительно- профилактической работы</b>	
<p><b><u>Цель раздела:</u></b> Организация и проведение мероприятий по охране и укреплению здоровья. 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</p>	
<b>Критерий</b>	<b>Направления работы</b>
Организация профилактической и оздоровительной работы, направленной на сохранение и укрепление здоровья; Формирование ценностного отношения к ЗОЖ и своему здоровью; Создание условий и оказание помощи учащимся в овладении системой знаний,	<p><b>Медико-педагогическая диагностика состояния здоровья</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• медицинский осмотр детей, врачами-специалистами (педиатром, окулистом, отоларингологом, хирургом, неврологом);</li> <li>• медицинский осмотр детей и профилактическая работа стоматологического кабинета;</li> <li>• мониторинг состояния здоровья, заболеваемости с целью выявления наиболее часто болеющих детей; определение причин заболеваемости с целью проведения более эффективной коррекционной и профилактических работ; <ul style="list-style-type: none"> <li>• диагностика устной и письменной речи (мониторинг речевого развития первоклассников)</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Профилактическая работа по предупреждению заболеваний:</b></p>

<p>умений, навыков, способствующих сохранению и развитию здоровья;</p> <p>Участие обучающихся в реализации социальных проектов школы;</p> <p>Усвоение приемов анализа трудных жизненных ситуаций и нахождение различных вариантов преодоления жизненных трудностей, выработка умения принимать адекватные решения.</p>	<p>- проведение плановых прививок медработником школы (в т.ч. вакцинация против гриппа); профилактика простудных заболеваний;</p> <p>-создание в школе условий для соблюдения санитарно-гигиенических навыков: мытья рук, переодевания сменной обуви и т.д</p> <p>Максимальное обеспечение двигательной активности детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• согласно письму МО РФ «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы» (от 25.09.2000г. № 2021/11-13), проведение физкультминуток на каждом уроке продолжительностью по 1,5-2 минуты (рекомендуется проводить на 10-й и 20-й минутах урока). В комплекс физминуток включены различные упражнения с целью профилактики нарушения зрения, простудных заболеваний, заболеваний опорно - двигательного аппарата.</li> </ul> <p>Организация рационального питания предусматривает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• назначение ответственного за организацию горячего питания в школе;</li> <li>• создание бракеражной комиссии в составе: медицинский работник школы, учитель, ответственный за организацию питания; выполнение требований СанПиН к организации питания в общеобразовательных учреждениях;</li> </ul> <p>, соблюдение основных принципов рационального питания: соответствие энергетической ценности рациона возрастным физиологическим потребностям детей (учет необходимой потребности в энергии детей младшего школьного возраста);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• сбалансированность рациона питания детей по содержанию белков, жиров и углеводов для максимального их усвоения</li> <li>• восполнение дефицита витаминов в питании школьников за счет корректировки рецептур и использования обогащенных продуктов; максимальное разнообразие рациона путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки; соблюдение оптимального режима питания.</li> <li>• создание благоприятных условий для приема пищи (необходимые комплекты столовых приборов: ложки столовые, чайные, вилки; на столах салфетки; мытье рук перед едой) и обучение культуре поведения за столом;</li> </ul> <p>100% охват обучающихся начальной школы горячим питанием; рейды комиссии по питанию с участием родителей с целью проверки организации питания обучающихся в школе (проверяют наличие документов, санитарное состояние столовой, анализ меню, анкетирование, опрос обучающихся).</p> <p>5. Работа психолого-педагогической и медико-социальной службы организация работы ПМПк по психолого-медико-педагогическому сопровождению обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, трудностями в обучении и отклонениями в поведении.</p> <p>6. Работа логопедической службы по рабочим программам для групповых и индивидуальных занятий «Коррекционно-развивающее обучение обучающихся с нарушениями речи».</p>
--	---

## 5. Просветительская работа с родителями (законными представителями)

**Цель раздела:** Создание условий для взаимодействия семьи и школы в интересах развития личности ребёнка, сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся.

Критерий	Направления работы
Лекционная работа	Организация лекций для родителей по ЗОЖ, с приглашением школьных педагогов, медицинских работников, психолога, администрации школы.
Организация общешкольных и районных мероприятий	В мероприятиях принимают участие семьи в различных номинациях – «мама и ребёнок», «папа и ребёнок», «полная семья».
Индивидуальная работа с родителями	Консультирование, беседы, консультации со специалистами школы.

## 6. Управление реализацией программы формирования здорового и безопасного образа жизни

**Цель раздела:** контроль реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, повышение качества учебно-воспитательного процесса, взаимодействия с родителями, педагогами.

Критерий	Направления работы
Изучение и контроль за реализацией Программы в учебно-воспитательном процессе	Утверждение планов работы в рамках программы; Создание материально-технической базы для реализации программы. Обеспечение специалистов нормативно-правовой методической литературой; Контроль за эффективностью использования оборудованных площадок, залов в целях сохранения здоровья обучающихся; Контроль за режимом работы специалистов; Организация проведение семинаров в рамках программы формирования здорового и безопасного образа жизни; Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм в обеспечении образовательного процесса; Проверка соответствия нормам и утверждение расписания школьных занятий; Контроль за качеством горячего питания обучающихся; Контроль за повышением квалификации специалистов.
Изучение и контроль взаимодействия с родителями	Информирование родителей о направлениях работы в рамках программы (родительские собрания, сайт школы); Знакомство с нормативно-правовой базой; Совместные родительское собрания с администрацией школы и специалистами по проблеме здоровьесбережения;
Диагностика эффективности реализации программы	Сформированность физического потенциала: состояние здоровья обучающихся по итогам углубленного медицинского осмотра; развитость физических качеств (уровень обученности по физической культуре).

	<p>Сформированность нравственного потенциала личности выпускника: осознание значимости ЗОЖ в сохранении здоровья (по итогам анкетирования).</p> <p>Удовлетворенность обучающихся школьной жизнью:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уровень удовлетворенности обучающихся школьной жизнью;</li> <li>- уровни эмоционально–психологического климата в коллективах.</li> </ul>
--	---

## **Общее представление о здоровьесберегающей среде в ГБОУ школе № 425**

Приоритетной задачей нашей школы, выбравшей концепцию здоровье сберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании ЗОЖ 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**

(все, с чем учащийся соприкасается в течение дня):

- Родители, их взаимоотношения с ребенком;
- Школьная среда;
- Организация и содержание внеурочного времени;
- Педагогическая среда (конкретный процесс на уроках);
- Психологическая среда (общение с учителями и учащимися);
- Санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы).

## **Условия формирования здоровьесберегающей среды в ГБОУ школе № 425**

1.Позиционирование ОУ в качестве здоровьесберегающего учреждения:

- разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ;
- учет в любом решении ОУ вопросов, связанных с влиянием данного решения на здоровье школьников;
- проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья;
- учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития школы.
- 

2. Изменение меры ответственности всех участников образовательного процесса за состояние их здоровья:

- внесение изменения в перечень должностных обязанностей учителей с учетом пунктов, касающихся их деятельности в сфере здоровья;

## Модель личности ученика.

Подготовка к ЗОЖ ребенка на основе здоровые берегающих технологий является приоритетным направлением деятельности школы. В качестве основополагающей линии развития школы в этом направлении выбрана концепция здоровые берегающего образования. Центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям развития его всесторонней личности. Здоровые берегательные технологии предоставляют ученику большую свободу выбора в процессе обучения, ученик не подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя. 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 здоровые бережения. 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 здоровые бережения учащихся.

Для этого была создана прогнозируемая модель личности ученика:

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

	силы, выносливости, ловкости; - 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 ЗОЖ;
- 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 Методического совета школы;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
- контроль организации учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования ЗОЖ.

## Календарный план реализации программы «Здоровье»

### Сентябрь

- Организация дежурства по школе и по классам.
- Инструктаж классных руководителей по охране здоровья детей.
- Налаживание работы кружков и секций, организация внеурочной деятельности.
- Включение в планы родительских собраний, планы МО 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.
  - Акция «Жизнь в позитиве»
  - Организация питания учащихся.
  - Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
  - Составление социального паспорта класса, паспорта здоровья класса.
  - Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях и спартакиаде школьников
  - Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию ЗОЖ.
  - Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).
  - Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.
  - Организация работы ГПД.

### Октябрь

- Акция «Мы дружим со спортом».
- Работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.
- Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в районной спартакиаде.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию ЗОЖ. Беседа для учащихся и родителей «Детский травматизм»
- Физкультминутки (ежедневно).
- Подвижные игры на переменах (ежедневно).
- Акция «На прогулку все семьей»

### Ноябрь

- Выявление и анализ хронических заболеваний детей и контроль за их освобождением от физкультуры, перевод в группу здоровья.
- Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме «Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
- Организация физкультурных праздников, игр на местности.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
- Отчёты о проделанной работе по здоровью и сохранению.

### Декабрь

- Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
- Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
- Спортивные соревнования

### Январь

- Открытые воспитательные часы «Тренинг ЗОЖ».
- «Весёлые старты» (по плану)
- Физкультминутки и динамические паузы.

### Февраль

- Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.



- День защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию ЗОЖ.

#### **Март**

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию ЗОЖ
- Анализ здоровья трудных подростков.
- Конкурс «Мама, папа, я – спортивная семья».

#### **Апрель**

- Всемирный день здоровья.
- Благоустройство школьной территории.
- Динамические паузы, физкультминутки.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию ЗОЖ.
- Комплектование школьного оздоровительного лагеря

#### **Май**

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся летом.
- «Весёлые старты».
- Всемирный день борьбы с курением.
- Анализ работы по сохранению здоровья учащихся за год.
- Психологический час « Как противостоять вредным привычкам»
- Планирование оздоровительной работы с детьми в летний период.

#### **Июнь**

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа пришкольного лагеря.

### **Ожидаемые результаты формирования по ступеням образования**

Ступень	уровень	Задачи педагогов	Прогнозируемые результаты
Начальное звено: 1- 2 классы	Примитивно - поведенческий	Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры	Отсутствие вредных привычек
3 классы		Приобщение к гигиенической культуре	
4 классы		Организация ЗОЖ	
Среднее звено: 5-7 классы	эмоциональный	Приобщение к ЗОЖ	Стремление к ЗОЖ
8-9 классы		Формирование полового самосознания и ЗОЖ	
10- 11 классы		Воспитание грамотного отношения к медико- профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека	

**Рекомендуемые тематические классные часы по реализации программы «Здоровье»**

<b>Класс</b>	<b>Тема</b>
<b>1</b>	1. Режим дня. 2. Перемена с увлечением. 3. «Путешествие в страну здоровья» 4. Культура поведения за столом.
<b>2</b>	1. «Будешь опрятным, станешь аккуратным» 2. Правила гигиены. 3. Культура поведения в общественных местах. 4. Мой друг – Мойдодыр
<b>3</b>	1. Человеческая память и беспамятство. 2. Культура одежды. 3. Профилактика простудных заболеваний. 4. Береги здоровье смолоду
<b>4</b>	1. Режим дня. 2. «Кожа человека и ее здоровье 3. Закаливание организма 4. «Путешествие по стране Здоровье»
<b>5</b>	1. «Привычки и здоровье» – беседа с элементами тренинга. 2. «Курение. Влияние на организм человека». 3. «Я становлюсь увереннее!» 4. «Влияние алкоголя на детский организм»
<b>6</b>	1. «Здоровье превыше всего...» 2. «Пирамида здорового питания» 3. Культура питания 4. Культура одежды
<b>7</b>	1. Что такое здоровье? 2. Способы укрепления здоровья. 3. Гигиена мальчика и девочки. 4. Профилактика простудных заболеваний, заболеваний органов зрения
<b>8</b>	1. Здоровый образ жизни. 2. «В здоровом теле – здоровый дух!» 3. Формула здоровья – диспут. 4. Вредные привычки.
<b>9</b>	1. «Здоровье – залог успеха». 2. Культура гигиены девушки. 3. Культура гигиены юноши. 4. Покончить с грубостью
<b>10</b>	1. «Вредные привычки и их влияние на здоровье человека». 2. Роль спорта в жизни человека. 3. Как одеваться стильно, модно, удобно? 4. «О вкусах не спорят, о манерах надо знать»
<b>11</b>	1. Гармония тела. 2. Система питания старшеклассника. 3. Береги здоровье смолоду. 4. Стресс.

## **Заключение**

Данная программа «Наше здоровье» рассчитана на 3 года и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

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.

Результатом реализации программы является включение здоровьесберегающих технологий в уклад школьной жизни.