

# Паспорт программы

**Необходимость создания программы:** ухудшение здоровья обучающихся в связи с изменениями экологической обстановки, отношения к своему здоровью, социального благополучия.

**Основные разработчики программы:**

**ЦЕЛЬ:** формирование у обучающихся второй ступени понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

**ЗАДАЧИ:**

- отработать систему выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- создать информационный банк о состоянии здоровья подростков;
- организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и учителями-предметниками;
- формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
- осуществлять медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья подростков;

**Сроки реализации программы.** 2013 – 2018 гг.

**Перечень основных блоков:**

- Педагогический (работа классного руководителя, учителя физической культуры, учителей-предметников);
- Психологический (классные руководители)
- Социальный (взаимодействие с родителями, учреждениями дополнительного образования);
- Блок двигательной активности (физическое развитие)

**Исполнители.** Педагоги школы

**Ожидаемые результаты.**

В результате реализации программы будут:

- снижена заболеваемость или стабилизация здоровья (в зависимости от первоначального диагноза),
- повышено качество обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус подростков;
- апробированы элементы методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам;
- увеличено число детей и подростков, соблюдающих нормы и требования здорового образа жизни;
- разработана школьная программа по здоровьесбережению;
- разработаны рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения;

- включено в план работы школы регулярное проведение недель здоровья (1 раз в четверть);
- организована система кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.

### **Система управления и контроля за реализацией программы.**

Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет педагогический совет школы.

Формы контроля: результативность работы рассматривается 1 раз в год на МО классных руководителей.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В соответствии с законом № 273 – ФЗ “Об образовании в Российской Федерации” здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования.

Развитие школы идет по пути интенсификации, увеличения физических и психических нагрузок на ребенка. И сегодня уже необходимо говорить о начале глобальной катастрофы всей современной цивилизации. По данным НИИ педиатрии:

- 14 % детей практически здоровы;
- 50 % детей имеют отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата;
- 35 – 40 % детей страдают хроническими заболеваниями.

Беспокоят специалистов и другие недуги современной молодежи, такие как зависимость от табака, алкоголя и наркотиков.

Таким образом, появилась острая необходимость решения данной проблемы в масштабе страны, региона, города школы и отдельно взятого класса.

Выявлены причинно-следственные факторы, негативно влияющие на здоровье детей:

- интенсификация учебного процесса и гиподинамия;
- стрессовая ситуация в семье и школе;
- несоблюдение санитарно-гигиенических требований к организации учебного процесса;
- недостаточная подготовка родителей и педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей;
- недостатки в существующей системе физического воспитания;
- низкий уровень медицинского обслуживания, направленного, как правило, только на оказание экстренной, необходимой медицинской помощи;

Программа по здоровьесбережению составлена на основании следующих нормативных документов: Конституции РФ; Конвенции о правах ребенка; закона РФ “Об основных гарантиях прав ребенка”; закона РФ “Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан”; закона № 273 - ФЗ “Об образовании в Российской Федерации”; письма Минобразования РФ от 26.06.2003 г. № 23-51-513/16 “Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования”; письма Минобразования РФ от 28.04.2003 № 13-51-86/13 “Об увеличении двигательной активности обучающихся ОУ// Вестник образования – 2003, июль №7; “Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждениях,

СанПиН 2.4.2.1178-02” // Официальные документы в образовании – 2003, №3; приказа Минобразования, Минздравоохранения РФ от 31.05.2002 № 176/2017 “О мерах по улучшению охраны здоровья детей в РФ” // Официальные документы в образовании 20/2002; письма Минобразования “О работе экспериментальных общеобразовательных учреждений по направлению “Здоровьесберегающие технологии”” // Официальные документы в образовании - 2002, №26; письма Минобразования РФ от 21.02.2001 №1 “О классах охраны зрения в общеобразовательных и специальных (коррекционных) ОУ”; приказа Минобразования РФ от 28.02.2000 г. № 619 “О концепции профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде” // Вестник образования – 2000, апрель №8; письма Минобразования России от 26.01.2000 г. № 22-06-86 “О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков”; санитарных правил “Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждениях” // Вестник образования – 2000, №1; решения коллегии Минобразования РФ от 08.04.1997 г. № 4/2 “Об организации работы с детьми со школьной дезадаптацией”; закона от 29.11.2000 г. №821 “Об образовании в Кемеровской области”; региональной программы “Здоровье и образование”; приказа Минобразования России и Минздрава России от 30.06.98 № 186/272 “О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях”).

**Цель программы** — формирование у обучающихся второй ступени понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

**Миссия программы** — научить “безопасному плаванию по жизни”

#### **Задачи:**

- отработать систему выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- создать информационный банк о состоянии здоровья подростков;
- организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и учителями-предметниками;
- формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
- осуществлять медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья подростков.

#### **Основные блоки программы:**

- педагогический (работа классного руководителя, учителя физической культуры, учителей-предметников);
- психологический (работа классного руководителя);
- социальный (взаимодействие с родителями, учреждениями дополнительного образования);
- блок двигательной активности (физическое развитие).

Задача классного руководителя в педагогическом блоке – стать организатором, координатором совместного творчества (сотворчества) детей, родителей, педагогов-предметников, медиков, которое помогало бы каждому его подопечному осознать здоровье как самоценность, выбрать здоровый образ жизни, поддерживало и развивало детские инициативы в этой области. Эта совместная деятельность может быть не только интересной и увлекательной, она выгодна с точки зрения здоровья для каждого участника этого процесса.

Социально-профилактическая работа в социальном блоке по формированию ценностного отношения к здоровью из эпизодической должна перейти на уровень системы. Данная профилактика должна стать частью всей системы воспитания.

Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни должно также стать одним из основных направлений работы психолого-социальной службы школы. Проведение мониторингов по выявлению учащихся “группы риска” поможет педагогу-психологу наметить формы и методы избирательной профилактики с разными группами учащихся, что даст позитивный результат. Комплексный психолого-педагогический подход к проблеме позволит аккумулировать эффект от взаимодействия всех специалистов.

Отдельным блоком выделен блок физического развития, в котором акцентируется внимание на увеличение двигательной активности. Блоки реализуются через основные направления работы. (см. Приложение ):

**5 класс** – “Здоровье – это здорово!”, под девизом “Твой завтрашний успех начинается сегодня”;

**6 класс** – “Здоровье – это спорт!” под девизом “Не тешься успехом долго, намечай новую цель, снова добивайся, снова побеждай”;

**7 класс** – “Здоровье – это победа над собой!” под девизом “Не стремись победить других, все победы начинаются с победы над самим собой”;

**8 класс** – “Здоровье – это умение общаться!” под девизом “Для успеха в жизни умение общаться с людьми не менее важно, чем обладание талантом”;

**9–11 классы** “Здоровье – это жизнь!” под девизом “Успешный человек тот, кто научился учиться и знает, как изменить себя”.

В учебной деятельности здоровьесберегающий компонент реализуется в ходе уроков. Во внеурочной деятельности программа “Я – здоровый человек!” опирается на школьную программу воспитательной работы “Будущее в настоящем” (см. Приложение1).

### **Основные направления и предполагаемые результаты реализации программы**

Направления работы	Исполнители	Предполагаемые результаты
<b>5 класс</b> – “Здоровье – это здорово!”, по девизом “Твой завтрашний успех начинается сегодня”;	Классный руководитель, учителя-предметники	- создание благоприятного психо-эмоционального фона; -развитие адаптационных возможностей; - формирование у обучающихся потребности ЗОЖ.
<b>6 класс</b> – “Здоровье – это спорт!” под девизом “Не тешься успехом долго, намечай новую цель, снова добивайся, снова побеждай”;	Классный руководитель, учитель физической культуры	- совершенствование физических качеств; - формирование приоритетного отношения к своему здоровью.
<b>7 класс</b> – “Здоровье – это победа над собой!” под девизом “Не стремись победить других,	Классный руководитель, учителя-предметники	- развитие самопознания; - формирование психологической культуры

все победы начинаются с победы над самим собой”;		личности.
<b>8 класс</b> – “Здоровье – это умение общаться!” под девизом “Для успеха в жизни умение общаться с людьми не менее важно, чем обладание талантом”;	Классный руководитель, учителя-предметники	- совершенствование коммуникативных навыков, качеств толерантной личности.
<b>9 класс – 11 классы</b> “Здоровье – это жизнь!” под девизом “Успешный человек тот, кто научился учиться и знает, как изменить себя”.	Классные руководители, учителя-предметники	Формирование здоровой целостной личности

## **Механизм осуществления программы**

1. Внедрение научно-методических подходов к созданию условий, способствующих формированию, сохранению и укреплению здоровья подростков.
2. Организация и внедрение в практику работы мероприятий, направленных на охрану и укрепление здоровья детей и семьи.
3. Обеспечение непрерывного здоровьесберегающего образования подростков и специалистов структур – участников программы по вопросам культуры здоровья и здорового образа жизни.

## **Основные положения концепции формирования здоровьесберегающей образовательной системы в школе**

Здоровьесберегающий образовательный процесс школы – это соответствие факторов, сопровождающих образовательную деятельность (педагогических, психологических, психосоциальных, технических и др.) санитарно-гигиеническим требованиям, целям формирования, укрепления и сохранения здоровья.

1. Необходимым условием здоровьесбережения является формирование валеологической культуры учащихся (потребность в здоровом образе жизни).
2. Формирование здоровьесберегающей среды успешно реализуется в условиях взаимосвязи и взаимодействия всех блоков: управленческого, педагогического, психологического, воспитательного, т.е. требует создания целостного, единого здоровьесберегающего пространства.
3. Установление этих взаимосвязей и взаимодействий должно системно осуществляться на уровне целей, содержания, форм и методов работы по формированию здоровьесберегающей среды.
4. Одним из аспектов формирования валеологической культуры является создание учащимся условий для самопознания, самоопределения, самоорганизации и самооценки в процессе их обучения, воспитания и развития.
5. Эффективным инструментом формирования здоровьесберегающей среды является создание внутреннего валеологического пространства (оценка санитарно-гигиенических условий ОУ, рекомендации по созданию психологического климата,

- оценка предметно-пространственной среды, рекомендации по улучшению работы столовой, внесение корректив в режим питания детей).
6. Повышению уровня образовательного процесса способствует здоровьесберегающая оценка учебного плана, расписания, учебных программ. Рекомендации по профилактике утомления, двигательной активности.
  7. Одним из аспектов формирования здоровьесбережения является создание информационно-теоретического блока. Разработка рекомендаций для педагогов, родителей, выпуск методических пособий. Просветительская работа, касающаяся вреда алкоголя, наркотиков, курения и др. факторов риска здорового образа жизни с освещением не только физиологических, но и психологических, нравственных, экономических, юридических аспектов этих проблем.
  8. Развертывание целевой программы здоровьесбережения в новых условиях развития школы будет успешным при адекватном психологическом, научно-методическом, материально-техническом, информационном обеспечении образовательного процесса.

## **Целевая программа формирования здоровьесберегающего образовательного пространства 2013 - 2018г.**

### **Этап 1 (2013-2014 годы)**

Цель этапа - управленческое содействие реализации здоровьесберегающего образовательного процесса в школе.

**Основные задачи этапа и направления деятельности в системе управления:**

Цель: обеспечение необходимых нормативно-правовых, программных и научно-методических, организационно-управленческих, мотивационных, информационно-аналитических условий для комплексного решения проблемы сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов.

**В блоке управления:**

1. Создание системы мониторинга здоровья учащихся на основе комплексных психолого-медико-педагогических исследований:

- отбор показателей, методик, определяющих степень эффективности способов профессионально-педагогической деятельности, сохраняющих и укрепляющих здоровье;
- анализ динамики изменения состояния здоровья учащихся;
- выделение «факторов риска», связанных с социально-психологическим неблагополучием, неадекватной организацией образовательного процесса (на основе анализа общей учебной нагрузки, характера причин социальной и школьной дезадаптации);

2. Обеспечение контроля со стороны администрации, учителей физической культуры, организация взаимодействия с классными руководителями.

#### 4. Создание системы оздоровления педагогического коллектива.

##### **В педагогическом блоке:**

1. Обеспечение реализации здоровьесберегающего содержания образования в системе общего и дополнительного образования, во внеклассной работе.
2. Накопление, отбор, систематизация материалов учебно-методических комплексов содержащих здоровьесберегающие технологии.
3. Организация педагогической деятельности в школе, направленной на изучение проблем сохранения и укрепления здоровья.
4. В тематике и содержании внеклассных мероприятий усилить здоровьесберегающую, профилактическую направленность.
5. Организация форм просвещения с молодыми и вновь прибывшими членами педагогического коллектива.
6. Развитие форм работы ученического самоуправления.
7. Продолжение тематического оформления предметно-пространственной среды кабинетов, мастерских, помещений школы;
8. Корректировка и тиражирование методических рекомендаций по проведению физкультминуток (физкультпауз, динамических пауз) с целью правильного и оптимального их выбора учителями-предметниками на различного вида учебных занятиях;
9. Разработка семейных программ оздоровления на основе информации о состоянии здоровья детей в ОУ;

##### **В психологическом обеспечении:**

###### ***Психологическая диагностика***

1. Провести анализ существующих диагностических методик и диагностического минимума, утвержденного районным отделом образования.
2. Осуществить корректировку пакета диагностического инструментария, в связи с появлением новых современных автоматизированных методик.
3. Разработать пакет диагностических методик, направленных на изучение эмоционального благополучия педагогов, а также особенностей педагогической деятельности.
4. Разработать и обеспечить реализацию пакета диагностических методик, направленных на изучение особенностей воспитания в семье, а также возможных нарушений в личности ребенка.

###### ***Профилактическая работа***

1. Разработать единую программу профилактической работы с учащимися по предупреждению девиаций у подростков и обеспечить ее реализацию.
2. Обеспечить реализацию комплексной системы мероприятий совместно со всеми субъектами службы сопровождения.
3. Разработать и ввести в практику работы классного руководителя лекторий для родителей по профилактике отклонений в поведении учащихся.
4. Обеспечить реализацию существующих рекомендаций по профилактике эмоционального выгорания педагогов.
5. Разработать систему психологического сопровождения учащихся начальных классов

## **Консультирование**

1. Продолжить работу по психологическому консультированию всех участников образовательного процесса.

### **Блок медицинский**

Цель: обеспечить комплексность применения медицинских средств для сохранения и укрепления здоровья.

#### **Задачи:**

- проведение комплексного анализа состояния здоровья учащихся и педагогов в динамике,
- обеспечение своевременного движения аналитической информации по уровням организационной структуры управления и субъектам образовательного процесса,
- обеспечение комплексных профилактических мер, используя школьные ресурсы, для профилактики и реабилитации учащихся и педагогов,
- эффективное взаимодействие с муниципальными учреждениями здравоохранения,
- индивидуальная работа с родителями по осуществлению контроля за состоянием здоровья детей, выполнением рекомендаций врачей.

## **Этап II (2015-2016 годы)**

Цель этапа: создание условий (управленческих, дидактических, методических, мотивационных и др.), обеспечивающих сохранение здоровьесберегающего образовательного пространства; ориентированных на сохранение и укрепление здоровья учащихся и ИПК.

### **Основные задачи этапа и направления деятельности.**

#### **В системе управления:**

1. Анализ результатов, полученных на первом этапе реализации программы.
2. Развитие Центра охраны здоровья МКОУ СОШ № 4 как структурного подразделения, содействующего укреплению здоровья обучающихся и педагогов МКОУ СОШ № 4: разработка нормативно-правового и программно-методического пакета документов, регламентирующих деятельность центра в соответствии с новыми отраслевыми нормативными документами.
3. Создание системы мониторинга здоровья учащихся на основе комплексных психолого-педагогических исследований.
4. Создание компьютерной программы для накопления и обработки школьной базы данных.
5. Развитие форм методической и научно-методической работы, направленных на повышение компетентности педагогов в вопросах сохранения и укрепления собственного здоровья и здоровья детей и формирование навыков здорового образа жизни.

#### **В содержании образования:**

1. Внедрение в образовательный процесс современных социальных технологий, направленных на исключение всех видов насилия в семье, школе, других местах, где находятся дети.



2. Расширение использования средств закаливания, физического воспитания в системе профилактики, сохранения и укрепления здоровья школьников.
3. Создание и развитие системы антиалкогольного и антинаркотического воспитания школьников.
4. Освоение новых форм работы (урочной, внеклассной) по здоровьесбережению участников образовательного процесса с активным привлечением родителей.
5. Развитие инновационных физкультурно-оздоровительных программ для учащихся.
6. Расширение сети спортивных кружков и секций за счет привлечения для их ведения специалистов системы дополнительного образования.

#### **В психологическом обеспечении.**

1. Формирование системы мер, мероприятий, форм работы, направленных на осуществление психолого-педагогической поддержки детям, находящимся в трудной жизненной ситуации.
2. Содействие психическому, психофизическому и личностному развитию детей на всех ступенях школьного образования.

#### **Блок медицинский**

1. Разработка системы мероприятий по уменьшению риска возникновения заболеваний и повреждений, связанных с социальными аспектами жизни детей:

- обеспечение здорового рациона в школьной столовой;

2. Обеспечение комплексности применения медицинских средств для сохранения и укрепления здоровья.

## **Этап III (2017-2018)**

Цель этапа: корректировка целевой программы здоровьесбережения для комплексного решения проблемы сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов.

Задачи:

1. Корректировка программы по результатам реализации двух этапов.
2. Исследование динамики состояния здоровья участников образовательного процесса с целью определения дальнейших перспектив развития программы.
3. Отбор параметров мониторинга, определяющих уровни сформированности валеологической культуры выпускника.
4. Обновление валеологического компонента в содержании образования с учетом перехода на новые программы.
5. Создание банка дидактических материалов и дидактических комплексов с валеологическим содержанием.
6. Формирование банка используемых в образовательном процессе новых валеологических и психолого-педагогических технологий.

**Результатом реализации программы здоровьесбережения будет являться обеспечение соответствующих условий для сохранения и укрепления физического, психического и социального здоровья учащихся в образовательном процессе; создание оптимальных условий, обеспечивающих безопасность здоровья детей в школе; признание здоровья ребенка как высшей цели педагогической деятельности**

**и создание в школе атмосферы престижности здорового образа жизни, стремления к успеху.**

***Контроль исполнения целевой программы будет обеспечен следующими организационно-управленческими действиями:***

- включение задач и основных направлений реализации программы в ежегодные планы работ педагогического коллектива МКОУ СОШ № 4;
- корректировка программных мероприятий на педагогических советах, заседаниях координационного методического совета, совещаниях при директоре;
- ежегодный отчет на совещаниях при директоре по исполнению программных мероприятий;
- анализ реализации основных направлений целевой программы на ежегодных научно-практических конференциях.

### **Содержание программы**

1. Паспорт программы
2. Актуальность программы
3. Цели и задачи программы.
4. Нормативно-правовая и документальная основа
5. Педагогические средства
6. Основные направления программы
7. Ожидаемые конечные результаты программы.

Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе, состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья обучающихся. Программа построена на сотрудничестве учителей, родителей, медицинского работника.

### **Нормативно-правовая и документальная основа**

- Конституция РФ.
- Конвенция о правах ребенка.
- Закон №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- ФГОС начального общего образования второго поколения.
- СанПин.

### **Педагогические средства**

- Диагностика состояния здоровья
- Санитарно-просветительская работа: стенды, круглые столы, конференции.
- Методические рекомендации по формированию у учащихся гигиенических навыков.

- Программы учебных предметов и курсов (ОБЖ, «Окружающий мир», физическое воспитание, основы здорового образа жизни), формирующие основы здорового образа жизни
- Дни Здоровья
- Программы летнего, осеннего, зимнего, весеннего оздоровительного сезона.
- Школьные плановые соревнования; программы спортивно-массовой, оздоровительной работы.

**Участниками программы являются:** учащиеся, классные руководители, фельдшер, закрепленный за школой, родители.

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей.

Для этого нами создана прогнозируемая **модель личности ученика:**

Физически, нравственно, духовно здоровая личность.

Образованная, адаптированная к условиям нестабильного социума.

Осознание необходимости здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности как условий благополучного существования человека.

Правильная организация своей жизнедеятельности.

Стойкий интерес к познавательной и двигательной деятельности.

Устойчивый интерес к регулярным занятиям физическими упражнениями.

Потребность в самостоятельной двигательной активности.

Самоконтроль, личностное саморазвитие.

Творческая продуктивность.

Данная программа конкретизируется в виде плана работы, в течение которого решаются следующие вопросы:

1. четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
2. гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
3. планомерная организация питания учащихся;
4. совершенствование здоровьесберегающих технологий обучения; привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся.

**Основные направления программы:**

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей;
- обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи;
- введение в содержание воспитания и образования детей занятий о своём здоровье и навыков ценностного отношения к нему;
- обеспечение двигательной активности детей;
- пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, агитбригады, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки экологии, ОБЖ, окружающего мира, физической культуры);
- широкое привлечение учащихся и их родителей к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

В рамках данных направлений мы должны осуществлять следующие простые и вместе с тем очень важные **действия**:

1. Убеждать учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Во время учебного дня в школе проводить динамические паузы, подвижные игры.
3. Задавать посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
4. Следить за сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
5. Проводить ежедневную влажную уборку, проветривание классных комнат на переменах, озеленять классные помещения комнатными растениями.
6. Ежемесячно проводить генеральную уборку классных помещений (обтирать плафоны, мыть парты и стулья моющими средствами).
7. Обеспечивать каждого учащегося горячим питанием в столовой.
8. Следить за условиями теплового режима, освещённости классных помещений.
9. Привлекать учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях.
10. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проводить беседы, воспитательные часы с учётом возрастных особенностей детей.
11. Способствовать созданию комфортной атмосферы в классных коллективах.
12. Применять **разнообразные формы работы**:
  - Учет состояния детей: анализ медицинских карт учащихся, определения группы здоровья, учет посещаемости занятий.
  - Физическая и психологическая разгрузка учащихся: организация работы спортивных секций, кружков, клубов, динамические паузы, организация

спортивных перемен, дни здоровья, физкультминутки для учащихся, организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.  
Урочная и внеурочная работа: открытые уроки, классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности, спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол, шахматы, настольный теннис, легкая атлетика.

• **Ожидаемые конечные результаты программы**

1. Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников.
2. Повышение приоритета здорового образа жизни.
3. Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.
4. Повышение уровня самостоятельности и активности школьников.
5. Участие в командных соревнованиях, личных первенствах по различным видам спорта.
6. Снижение заболеваемости острыми респираторными заболеваниями
7. Повышение мотивации к учебной деятельности
8. Повышение уровня знаний по вопросам здоровьесбережения
9. Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья школьников.

## **План работы по программе здоровьесбережения на 2013-2018 учебный год**

### **Сентябрь**

1. Организация работы спортивных секций, кружков.
2. Организация питания в школьной столовой.
3. День здоровья: школьный осенний кросс.
4. Оформление стенда «Курить – здоровью вредить»
5. Лекторий для родителей «Режим дня школьника»
6. Создание на школьном сайте странички «Здоровье»
7. Физминутки (контроль, разработка комплексов).
8. Активный отдых с родителями (походы, прогулки)

### **Октябрь**

1. Проверка состояния школьных кабинетов: соблюдение норм СанПин, требований гигиены и здоровьесбережения.
2. Правила личной гигиены и их использование учащимися при посещении столовой, на переменах (контроль).
3. День здоровья: осенние старты.
4. Конкурс на лучшее сочинение, посвященное пропаганде здорового образа жизни (2-4

- классы). Размещение лучших сочинений на сайте школы.
5. Составление социологических карт по классам.
  6. Организация игр на переменах дежурным учителем.
  7. Обеспечение требований техники безопасности на уроках и во внеурочной деятельности (контроль).

### **Ноябрь**

1. Каникулы: «Оздоровительный отдых» (организация полосы выживания, «веселых стартов», круглый стол «Активный образ жизни»). Освещение на школьном сайте.
2. Конкурс рисунков «Я люблю спорт»
3. День здоровья. «Веселые старты»
4. Разучивание русских народных игр с учащимися.
5. Турнир по шахматам.
6. Оформление стенда «Вредным привычкам – нет»
7. Лекторий для родителей «Уроки физкультуры: нужны ли они школьнику?»
8. Охват горячим питанием учащихся, калорийность блюд, нормы питания (контроль)

### **Декабрь**

1. Подготовка и проведение лекции по проблеме своевременного предупреждения вирусных заболеваний «Гриппу – бой!»
2. День здоровья
3. классные часы, посвященные здоровому образу жизни.
4. Строительство снежного городка.
5. Организация активного отдыха на переменах (контроль)

### **Январь**

1. Общешкольное родительское собрание «Береги здоровье смолоду»
2. День здоровья: зимние забавы.
3. Конкурс на лучший рисунок «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» и «В здоровом теле – здоровый дух».
4. Проведение конкурса на самый спортивный класс. (конкурсы, викторины, спортивное портфолио класса).
5. Школьные соревнования Освещение результатов на информативном стенде, страничке «Здоровье».
6. Витаминизация блюд.
7. Профилактическая работа во время эпидемии гриппа.

### **Февраль**

1. Круглый стол «Почему дети и родители не всегда понимают друг друга»
2. День здоровья: молодецкие утехы.
3. Конкурс на лучшую страничку классного уголка, посвященную проблемам воспитания здорового образа жизни.
4. Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом:
  - определение группы здоровья
  - занятость в спортивных секциях в школе.

### **Март**

1. Витаминизация блюд.
2. Беседа для родителей и учащихся «Школьник и компьютер»
3. Конкурс плакатов «Мы за здоровый образ жизни».
4. Организация активного отдыха на переменах (контроль)

### **Апрель**

1. Правила личной гигиены и их использование учащимися при посещении столовой, на переменах (контроль)
2. День здоровья в рамках «Всероссийского дня здоровья»
3. Проведение мониторинга среди учащихся о результатах работы программы.
4. Физзарядка. Организация активного отдыха на переменах (контроль)
5. Проведение декады по предупреждению дорожно-транспортного травматизма.

### **Май**

1. Круглый стол для родителей и учащихся «Полезно ли загорать?»
2. Общешкольное родительское собрание «Нам стоит подвести итог...»
3. День здоровья: летние игры.
4. Конкурс сочинений «Почему я выбираю здоровый образ жизни». Размещение на школьном сайте.
5. Методические рекомендации по формированию у учащихся гигиенических навыков. Размещение на страничке «Здоровье».

### **Июнь**

1. Организации летнего отдыха учащихся. Летний лагерь здоровья.
2. День здоровья: лагерной смене – ура! (спортивные игры, соревнования, эстафеты)
3. Беседа и оформление стенда «Правила безопасности на воде».
4. Озеленение школьной территории.