

**Министерство образования и науки Самарской области
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа
с. Кошки
муниципального района Кошкинский Самарской области**
446800, Самарская область, муниципальный район Кошкинский, село Кошки, ул. Мира 2,
тел. 21171, 22569, факс 22451, E-mail: kosh_sch@samara.edu.ru
ИНН 6381019224 КПП 638101001

ПРИНЯТО
педагогическим советом ГБОУ СОШ с. Кошки
1 сентября 2018 г.

УТВЕРЖДЕНО
директором ГБОУ СОШ с. Кошки

В.М. Гусаров

Протокол № 1 от 01.09.18 г.

ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ ГБОУ СОШ с. Кошки

«ЗДОРОВЬЕ»

Срок реализации: 2018 – 2024 годы

**с. Кошки
2018 год**

Программа «ЗДОРОВЬЕ»
ГБОУ средней общеобразовательной школы с. Кошки

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка:

Здоровье — один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. Именно здоровье людей должно служить главной «визитной карточкой» страны. Если мы не будем, заботясь о своем здоровье, — у нас не будет будущего.

Таким образом, здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Можно ли обучать детей так, чтобы сохранилось или даже укрепилось состояние их здоровья? Теоретически - да, практически- не получается. Врачи- педиатры, наблюдающие состояние здоровья школьников, а также данные государственной медицинской статистики свидетельствуют о негативных изменениях в организме учащихся в процессе их обучения в школах разного типа. Еще в начале XX века основоположник отечественной школьной гигиены Ф.Ф. Эрисман внес понятие «Школьные болезни», возникновение которых обусловлено обучением детей. К этим болезням была 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-психические расстройства как предпатологические и патологические состояния, 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), сердечно – сосудистых заболеваний.

Местом формирования здоровья ребенка сегодня является, к сожалению, не семья, где опыт родителей часто недостаточен, не медицинские учреждения, занимающиеся болезнями и больными детьми, а система образования. Но школа, без помощи родителей и медицинских учреждений не сможет решить проблемы сохранения здоровья детей и привития навыков здорового образа жизни. Мы сможем решить эти проблемы только сообща. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Именно поэтому разработанная программа «Здоровье» направлена на активное использование здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование учащихся.

1.2.Участники программы:

учащиеся,
классные руководители,
учителя – предметники,
родители обучающихся,
учителя физической культуры,
специалисты (психологи, логопеды),
администрация школы,
медицинский работник, закреплённый за школой,
технический персонал

1.3.Нормативно-правовая база программы «Здоровье»:

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 06.03.2019).
- Конвенция ООН о правах ребенка от 20.11.1989
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р
- Указ Президента РФ от 29.10.2015 N 536 "О создании Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации "Российское движение школьников""
- Указ Президента РФ от 29.05.2017 N 240 Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства.
- Постановление Главного Государственного врача Российской Федерации от 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (изм. от 24.11.2015 №81)
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 (в ред. приказа № 1576 от 31.12.15).
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (в ред. приказа № 1577 от 31.12.15).
- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 (в ред. приказа №613от 29.06. 2017).
- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 N 1015 (ред. от 17.07.2015) "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования".
- Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от 04.12.2007 N 329-ФЗ
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 272-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"

Федерации" в части совершенствования нормативно-правового регулирования статуса физкультурно-спортивных обществ"

- Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. N 540 "Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)"
- Закон Самарской области от 08.12.2014 № 123-ГД «О физической культуре и спорте в Самарской области»
- Распоряжение Губернатора Самарской области от 01.08.2014 № 414-р «О внедрении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на территории Самарской области»
- Устав ГБОУ СОШ с. Кошки

1.4. Сроки реализации программы: 2018 – 2024 год.

1.5. Основные понятия:

Здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов (ВОЗ). Это состояние жизнедеятельности, соответствующее биологическому возрасту ребенка, гармоничного единства физических и интеллектуальных характеристик, формирования адаптационных и компенсаторных реакций в процессе роста (Ю.Е. Вельтищев).

Образовательная среда- совокупность факторов, формируемую укладом жизнедеятельности школы: материальные ресурсы школы, организация учебного процесса, питания, медицинской помощи, психологический климат.

Медико-гигиенические требования к условиям реализации основных образовательных программ общего образования.

Научно-обоснованные нормы и требования системы здравоохранения к организации образовательного процесса, разработанные с учетом состояния здоровья учащихся, нормами учебной нагрузки с учетом характера учебных предметов и видов деятельности, используемых при обучении; требований к оформлению и изданию книг, учебников и учебных пособий; соблюдения личной гигиены, практических средств сохранения и укрепления здоровья учащихся; к участку и зданию общеобразовательных учреждений, их оборудованию и оснащению; световому и микроклиматическому режиму; учебной мебели, техническим средствам обучения, школьным ранцам, сменной обуви; к организации питания учащихся начальных классов и медицинскому обеспечению.

Под экологической культурой мы понимаем - часть общечеловеческой культуры, которая определяет характер и качественный уровень отношений между человеком и социально-природной средой; проявляется в системе ценностных ориентаций и деятельности человека.

Физическое воспитание – это вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств,

овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях.

Спорт представляет собой собственно соревновательную деятельность, специальную подготовку к ней, а также межчеловеческие отношения и нормы, ей присущие.

Спортивное воспитание - это воспитание, связанное со спортом.

1.6. Цель программы

Поиск оптимальных средств экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

1.7. Ценности: физическое, социально-психологическое и духовное здоровье человека; здоровый образ жизни

1.8. Задачи:

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его динамики в течение всего времени обучения.

2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.

3. Организовать деятельность по пропаганде и популяризации Комплекса ГТО и олимпийского движения.

4. Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

5. Организовать систему работы по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни.

6. Организовать систему просвещения родителей учащихся в вопросах сохранения здоровья детей.

7. Создать условия для формирования навыков здорового образа жизни у всех участников образовательного процесса.

1.9. Ожидаемые результаты:

<i>Ожидаемые результаты в начальной школе</i>	<i>Ожидаемые результаты в основной и средней школе</i>
ценностное отношение к своему здоровью, здоровью родителей, членов своей семьи, педагогов, сверстников;	устойчивое ценностное отношение к своему здоровью, здоровью родителей, членов своей семьи, педагогов, сверстников;
элементарные представления о единстве и взаимовлиянии различных видов здоровья человека: физического, психического (душевного), социального (здоровья семьи и школьного коллектива);	осознание единства и взаимовлияния различных видов здоровья человека: физического, духовного (нравственного состояния личности), социально-психологического (качество отношений в семье, школьном коллективе, других социальных общностях, в которые включен подросток);
элементарные представления о влиянии нравственности человека на состояние его здоровья и здоровья окружающих его людей;	осознание непосредственного влияния нравственности человека на состояние его здоровья и здоровья окружающих его людей;
понимание важности физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества	осознание важности физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества, всестороннего развития личности;
знание и выполнение санитарно-гигиенических правил, соблюдение здоровьесберегающего режима дня;	знание и выполнение санитарно-гигиенических правил, способов и вариантов рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены;
интерес к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях;	интерес к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях, туристическим походам, занятиям в спортивных секциях, военизированным играм;
первоначальные представления об оздоровительном влиянии природы на человека;	представление об оздоровительном влиянии экологически чистых природных факторов на человека;
первоначальные представления о возможном	представления о возможном негативном влиянии

негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека;	компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека
отрицательное отношение к невыполнению правил личной гигиены и санитарии, уклонению от занятий физкультурой.	умение преодолевать отрицательное отношение к невыполнению правил личной и общественной гигиены и санитарии, уклонению от занятий физической культурой, спортом, туризмом;
представление о пагубном влиянии курения, употребления алкогольных напитков, наркотиков и других психоактивных веществ (ПАВ) на здоровье и жизнь человека	резко негативное отношение к курению, употреблению алкогольных напитков, наркотиков и других психоактивных веществ (ПАВ); отрицательное отношение к лицам и организациям, пропагандирующим курение и пьянство, распространяющим наркотики и другие ПАВ.

1.9. Способы определения результативности программы «ЗДОРОВЬЕ»:

1. Положительная динамика количественной оценки на основе анкетирования всех участников образовательного процесса:

«Оценка оздоровительного потенциала образовательного учреждения» разработана на основе оздоровительного потенциала образовательного учреждения. Данную анкету заполняет директор учреждения на основании данных, которые ему предоставляют школьный медицинский работник, руководитель хозяйственной части и другие ответственные специалисты. (Анкета 1)

Количественная оценки здоровьесберегающей активности педагогического коллектива.(Анкета 2)

«Оценка эффективности здоровьесберегающего образовательного процесса». Анкета 3 рассматривает средние данные по классам, полученные на основании усреднения индивидуальных характеристик всех учеников. Наиболее важными характеристиками, способными отразить эффективность здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения, могут служить следующие:

- режим дня учащихся,
- заболеваемость учащихся класса в течение учебного года,
- двигательная подготовленность учащихся класса.

2. Положительная динамика показателей по методике диагностики личностного роста воспитанника авторов Степанов П.В., Григорьев Д.В., Кулешова И.В., по которой личностный рост целесообразно рассматривать как развитие гуманистических ценностных отношений личности к миру, к людям, к самому себе. Основополагающая ценность гуманизма – ценность Человека. Она может проявляться в двух ипостасях: как ценность другого человека и как ценность своего собственного Я. Развитие ценностного отношения ребенка именно к этим феноменам и будет свидетельствовать о его личностном росте.

3. Положительная динамика по разным направлениям диагностической деятельности программы «ЗДОРОВЬЕ», указанных в разделе 2 пункт 2.1. «Основные виды деятельности по программе «ЗДОРОВЬЕ».

2. Содержательный раздел

2.1. Основные виды деятельности по программе «Здоровье»

<i>Диагностическая деятельность.</i>	<i>Развивающая деятельность</i>	<i>Профилактическая и коррекционная деятельность</i>	<i>. Консультативная деятельность</i>
<p>- диагностический мониторинг физического состояния, гармоничности развития, физической подготовленности и работоспособности детей, контроль за состоянием функций опорно-двигательного аппарата и органов зрения;</p> <p>- диагностика готовности ребенка к поступлению в школу с выявлением степени морфофункциональной зрелости ребенка;</p> <p>- диагностика состояния адаптационных механизмов, предупреждение психосоматической</p>	<p>ориентирована на оказание помощи педагогическому коллективу в осуществлении индивидуального подхода в обучении и воспитании детей, развитии их способностей и склонностей.</p>	<p>определяется необходимостью формирования у педагогов и детей потребности в знаниях о здоровом образе жизни, желания использовать их в работе с ребенком, а также своевременным предупреждением и устранением возможных отклонений в состоянии здоровья и физического развития, обусловленных неумелым обучением и воспитанием.</p> <p>Профилактическая и коррекционная работа проводится как с отдельными детьми, педагогами, так и с их</p>	<p>ориентирована на повышение валеологической культуры педагогов и родителей; расширение кругозора по вопросам здорового образа жизни. При осуществлении консультативной работы необходимо решать следующие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none">- консультация педагогов, родителей по проблеме оздоровления детей. Консультации могут носить как индивидуальный, так и групповой характер;- индивидуальные и коллективные занятия с детьми по вопросам здорового образа жизни;- повышение валеологической грамотности

<p>дезадаптации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - контроль за сбалансированностью питания; - мониторинг причин, влияющих на ухудшение состояния здоровья и нарушение гармоничности физического развития. 		<p>группами. В процессе профилактической и коррекционной работы осуществляются следующие конкретные мероприятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прием детей в первые классы, диагностика физиолого-гигиенической готовности степень биологической зрелости с целью раннего выявления возможных отклонений в состоянии здоровья; - разработка комплекса развивающих, профилактических и коррекционных упражнений для занятия с детьми. Совместно с педагогами и родителями намечает программу индивидуальной работы с целью их улучшения адаптации, высокой работоспособности и обеспечения нормального 	<p>через работу педагогического совета, методических объединений, общих и родительских собраний;</p> <ul style="list-style-type: none"> - на базе библиотеки комплектация библиотечки по проблемам здоровья и здорового образа жизни.
--	--	--	--

		развития с учетом индивидуальной готовности ребенка к обучению на каждом переходном этапе.	
--	--	--	--

2.2. СОДЕРЖАНИЕ ОСНОВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПРОГРАММЕ «ЗДОРОВЬЕ»

УЧИТЕЛЯ	УЧАЩИЕСЯ	РОДИТЕЛИ
<i>1. Улучшение качества медицинского обслуживания, предупреждение заболеваемости учащихся.</i>		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Ежегодное прохождение флюорографии и профилактических прививок. Отв. ЗДВР 2. Предоставление нуждающимся учителям санаторных путевок. Ежегодно. Отв. профком. 3. Листки здоровья и их использование при организации УВП (до 15.09). Отв., кл. рук. 4. Внедрение в УВП гигиенических рекомендаций СанПиН. Отв. медсестра, м/с, учителя. 5. Противозпидермические мероприятия (по мере необходимости). Отв. медсестра 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Профосмотр перед принятием в подготовительные классы. Ежегодно перед началом учебного года. Отв. родители. 2. Ежегодные профосмотры 8-11 классов с участием узких специалистов. По графику поликлиники. Отв. м/с, администрация, кл. рук. 3. Дифференциация учебной нагрузки, исходя из группы здоровья учащихся (в течение года). Отв. учителя-предметники. 4. Правильный отдых учащихся на переменах (постоянно). Отв. учителя-предметники. 5. Щадящий режим обучения 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Контроль за выполнением рекомендаций врачей-специалистов, участкового врача, школьной медсестры. Отв. родители, кл. рук.

	<p>учащихся, перенесших заболевание (по мере необходимости). Отв. кл. рук., учителя, медсестра.</p> <p>6. Выполнение детьми правил личной гигиены (чистота тела, одежды, обуви и т.д.), соблюдение правил рабочей позы (постоянно). Отв. кл. рук., учителя, м/с</p> <p>7. Школьная форма, соответствующая гигиеническим требованиям. Отв. совет школы.</p> <p>8. Пересаживание учащихся (1 раз в четверть) Отв. кл. рук.</p> <p>9. Противоэпидермические мероприятия (по мере необходимости). Отв. администрация, медсестра.</p> <p>10.Профилактические прививки (согласно календарю прививок. Отв. медсестра.</p> <p>11.Санация зубов. Отв. поликлиника.</p>	
2. Система рационального питания.		
<p>1. Организация витаминного стола (в течение года). Отв. администрация, зав. производством.</p> <p>2. Работа комиссии по питанию (по</p>	<p>1. Организация ежедневного горячего питания для всех уч-ся. Отв. администрация, зав. производством, комиссия по питанию.</p>	<p>1. Систематический контроль за качеством пищи. Отв. родительский комитет, комиссия по питанию.</p> <p>2. Работа комиссии по питанию (по</p>

<p>плану). Отв. комиссия по питанию.</p>	<p>2. Организация ежедневного трехразового горячего питания для уч-ся, проживающих в пришкольном интернате. Отв. администрация, зав. интерната, зав. производством, комиссия по питанию.</p> <p>3. Работа комиссии по питанию (по плану). Отв. комиссия по питанию.</p>	<p>плану) комиссия по питанию.</p>
<p>3. Система физкультурно-оздоровительных мероприятий.</p>		
<p>1. Организация работы спортивных секций и клубов для учителей (в течение года). Отв. учителя физкультуры.</p> <p>2. Создание условий для посещения тренажерного зала (в течение года). Отв. администрация, учителя физкультуры.</p>	<p>1. Проведение круглогодичной Спартакиады (в течение года). Отв. учителя физкультуры.</p> <p>2. Участие в районных и окружных спортивных соревнованиях (в течение года). Отв. учителя физкультуры.</p> <p>3. Физкультминутки и гимнастика для глаз на уроках. Отв. учителя-предметники.</p> <p>4. Работа школьных оздоровительных лагерей (во время каникул). Отв. администрация.</p> <p>5. Организация работы спортивных секций и клубов (в течение года). Отв. учителя физкультуры, воспитательная служба.</p> <p>6. Организация работы спецмедгрупп (в</p>	<p>1. Привлечение к организации и проведению Дней Здоровья. Отв. кл. рук., учителя физкультуры.</p> <p>2. Привлечение к участию в туристических походах (последняя неделя мая, вторая неделя сентября). Отв. кл. рук., учителя физкультуры.</p> <p>3. Привлечение к организации и проведению спортивных состязаний (В течение года). Отв. кл.рук., учителя физкультуры</p>

	<p>течение года). Отв. администрация, медсестра, учителя физкультуры.</p> <p>7. Дни здоровья (по плану). Отв. администрация, учителя физкультуры.</p> <p>8. Неделя ЗОЖ, здорового питания (по плану). Отв. учителя физкультуры, воспитательная служба.</p> <p>9. Декада физкультуры и спорта (2 декада апреля), уроки футбола. Отв. учителя физкультуры.</p> <p>10. Применение на урока физкультуры специальных упражнений, выравнивающих моторное отставание, физкультурных комплексов, формирующих осанку (в течение года). Отв. учителя физкультуры.</p> <p>11. Организация подвижных перемен. Отв. кл. рук., учителя физкультуры.</p> <p>12. Работы коллектива физической культуры (по плану). Отв. руководитель МО физ-ры.</p>	
<i>4. Система комфортной окружающей среды.</i>		
<p>1. Поддержание санитарно-гигиенического режима (в течение года). Отв. учителя, кл. рук.,</p>	<p>1. Обеспечение санитарно-гигиенического режима (мебель, влажная уборка, освещение,</p>	<p>1. Участие в создании комфортного интерьера и поддержание санитарно-гигиенического режима (в течение</p>

<p>профком.</p> <p>2. Участие в создании комфортного интерьера школы (в течение года). Отв. администрация, профком, учителя.</p>	<p>рациональное питание, тепловой режим, рациональное расписание занятий). Отв. администрация, техперсонал, кл. рук.</p> <p>2. Ежечасное и сквозное проветривание помещений (в течение учебного дня). Отв. дежурные учителя и уч-ся.</p> <p>3. Генеральные уборки помещений школы (последняя пятница месяца). Отв. техперсонал, кл. рук.</p> <p>4. Работа санпостов в классах (в течение года). Отв. кл. рук.</p>	<p>года). Отв. родительские комитеты школы и классов.</p>
<p>5. Создание необходимой психологической среды.</p>		
<p>1. Создание и работа команды психологической разгрузки. Отв. администрация, психологическая служба.</p> <p>2. Создание и пополнение банка данных о детях с пограничными состояниями. Отв. психологическая служба.</p> <p>3. Консультации, семинары, тренинги, лекции, круглые столы, проводимые псих. службой (по плану). Отв. психолог.</p>	<p>1. Создание и работа комнаты психологической разгрузки. Отв. администрация, психологическая служба</p> <p>2. Организация работы дефектологического пункта. Отв. администрация.</p> <p>3. Создание и пополнение банка данных о детях и семьях, нуждающихся в помощи психолога (постоянно). Отв. психологическая служба.</p> <p>4. Ведение занятий по психологии для различных возрастных категорий уч-</p>	<p>1. Консультации, семинары, тренинги, лекции, круглые столы, проводимые псих. службой (по плану). Отв. психолог.</p>

	<p>ся. (согласно учебному плану). Отв. администрация, психологическая служба.</p> <p>5. Консультации, тренинги, проводимые психологической службой (по плану). Отв. психолог.</p>	
6. Повышение уровня санитарно-гигиенических и валеологических знаний.		
<p>1. Ежегодные циклы лекций врачей-специалистов для учителей. Отв. администрация.</p> <p>2. Ознакомление учителей и техперсонала с законодательством и приказами по вопросам сохранения здоровья уч-ся (постоянно). Отв. администрация</p> <p>3. Обзоры тематической литературы, поступившей в библиотеку. Отв. зав. библиотекой.</p> <p>4. Консультации врачей-гигиенистов (в течение года). Отв. администрация.</p> <p>5. Памятки по проведению физкультминуток, гимнастики для глаз, светового, воздушного режимов, проведению мероприятий по ЗОЖ (в течение года). Отв. администрация, воспитательная и психологическая службы, учителя</p>	<p>1. Работа уголков безопасности и здорового образа жизни (в течение года). Отв. воспитательная и психологическая службы, медсестра.</p> <p>2. Мероприятия по мерах укрепления здоровья и пропаганде ЗОЖ.</p> <p>3. Беседы и консультации с врачами-специалистами (в течение года). Отв. воспитательная служба.</p> <p>4. Работа выставок литературы по здоровому образу жизни в библиотеке (в течение года). Отв. зав. библиотекой.</p> <p>5. Использование материалов о здоровье во время уроков (постоянно), внеклассных мероприятий. Отв. учителя-предметники.</p>	<p>1. Родительские собрания, посвященные вопросам здоровья учащихся (по годовому плану). Отв. администрация, воспитательная и психологическая службы, медсестра.</p> <p>2. Встречи с врачами-специалистами (в течение года). Отв. администрация.</p> <p>3. Работа уголка «Для вас, родители» (в течение года). Отв. воспитательная служба, психологическая служба, медсестра.</p>

<p>физкультуры.</p> <p>6. Инструктажи по проведению физкультминуток, двигательных перемен (постоянно). Отв. учителя физкультуры.</p>		
<p>7. Система профилактики вредных привычек по целевой программе школы.</p>		
<p>1. Семинары, тренинги, лекции, совещания по мерам профилактики вредных привычек в подростковой среде. Отв. зам. директора по ВР</p> <p>2. Консультации психологов, врачей о методах профилактической работы. Отв. зам. директора по ВР</p> <p>3. Диагностика и контроль динамики ситуации, связанной с употреблением учащимися разных видов ПАВ. Отв. администрация, классные руководители, мед. работник.</p>	<p>1. Проведение профилактических мероприятий (по годовому плану) Отв. Зам. директора по ВР, кл.рук-ли.</p> <p>2. Сотрудничество со специалистами центра «Семья» (по годовому плану) по профилактическим программам «Альтернатива», «Часы здоровья», «Изменения». Отв. зам. директора по ВР, кл. рук-ли.</p> <p>3. Профилактическая работа через систему дополнительного образования (через работу объединений «Клуб общения», программа «Свежий ветер») Отв. зам. директора по ВР, педагоги ДО.</p>	<p>1. Родительские собрания, посвященные профилактике вредных привычек (по годовому плану). Отв. администрация, воспитательная и психологическая службы, медсестра.</p> <p>2. Встречи со специалистами (врач – нарколог, социальные педагоги, инспектора ГДН ОВД) (в течение года). Отв. администрация.</p>

Организация работы по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни

<p align="center"><u>МОДУЛЬ 1</u> – комплекс мероприятий, позволяющих сформировать у обучающихся навыки планирования режима работы и отдыха:</p>	<p align="center"><u>МОДУЛЬ 2</u> - комплекс мероприятий, позволяющих сформировать у обучающихся устойчивое представление о значении двигательной активности:</p>	<p align="center"><u>МОДУЛЬ 3</u> - комплекс мероприятий, позволяющих сформировать у обучающихся навыки саморегуляции и самоконтроля:</p>	<p align="center"><u>МОДУЛЬ 4</u> - комплекс мероприятий, позволяющих сформировать у обучающихся навыки рационального питания:</p>	<p align="center"><u>МОДУЛЬ 5</u> - комплекс мероприятий, позволяющих провести профилактику разного рода зависимостей:</p>	<p align="center"><u>МОДУЛЬ 6</u> - комплекс мероприятий, позволяющих овладеть основами позитивного коммуникативного общения:</p>
<p>1.способность составлять рациональный режим дня и отдыха; следовать рациональному режиму дня и отдыха на основе знаний о динамике работоспособности, утомляемости, напряженности разных видов деятельности;</p> <p>2.выбирать</p>	<p>1.представление о необходимой и достаточной двигательной активности, элементах и правилах закаливания, выборе соответствующих возрасту физических нагрузок и их видах;</p> <p>2.представление о</p>	<p>1.навыки оценки собственного функционального состояния (напряжения, утомления, переутомления) по субъективным показателям (пульс, дыхание, состояние кожных покровов) с учетом собственных индивидуальных</p>	<p>1.представление о рациональном питании как важной составляющей части здорового образа жизни;</p> <p>2. знания о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья;</p> <p>3.готовность соблюдать</p>	<p>1.развить представление подростков о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему;</p> <p>2.расширить знания учащихся о правилах здорового образа</p>	<p>1.развить коммуникативные навыки у подростков, научить эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в повседневной жизни в разных ситуациях;</p> <p>2.развить умения бесконфликтного решения спорных</p>

<p>оптимальный режим дня с учетом учебных и внеучебных нагрузок; 3. умение планировать и рационально распределять учебные нагрузки и отдых в период подготовки к экзаменам; 4. знание и умение эффективного использования индивидуальных особенностей работоспособности; 5. знание основ профилактики переутомления и перенапряжения.</p>	<p>рисках для здоровья неадекватных нагрузок и использования биостимуляторов; 3. потребность в двигательной активности и ежедневных занятиях физической культурой; 4. умение осознанно выбирать индивидуальные программы двигательной активности, включающие малые виды физкультуры (зарядка) и регулярные занятия спортом; Для реализации этого</p>	<p>особенностей; 2. навыки работы в условиях стрессовых ситуаций; 3. владение элементами саморегуляции для снятия эмоционального и физического напряжения; навыки самоконтроля за состоянием, чувствами в стрессовых ситуациях; 4. представления о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, факторах их вызывающих и условиях</p>	<p>правила рационального питания; 4. знание правил этикета, связанных с питанием, осознания того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности; 5. представление о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа; 6. интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории</p>	<p>жизни, воспитать готовность соблюдать эти правила; 3. сформировать адекватную самооценку, развить навыки регуляции своего поведения, эмоционального состояния; 4. сформировать умения оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих; 5. сформировать представление о наркотизации как поведении, опасном для здоровья; 6. сформировать представление о</p>	<p>вопросов; 3. сформировать умение оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение), а также поступки и поведение других людей.</p>
--	---	--	--	---	---

	<p>модуля необходима интеграция с курсом физической культуры.</p>	<p>снижения риска негативных влияний; 5.навыки эмоциональной разгрузки и их использование в повседневной жизни; 6.навыки управления своим эмоциональным состоянием и поведением. В результате реализации данного модуля обучающиеся должны иметь четкие представления о возможностях управления своим физическим и психологическим состоянием без использования медикаментозных</p>	<p>и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов. В результате реализации данного модуля обучающиеся должны быть способны самостоятельно оценивать и контролировать свой рацион питания с точки зрения его адекватности и соответствия образу жизни (учебной и внеучебной нагрузки).</p>	<p>неизбежных негативных последствиях наркотизации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности самореализации, достижения социального успеха; 7.включение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности; 8.познакомить подростков с</p>	
--	---	--	---	--	--

		и тонизирующих средств.		<p>разнообразными формами проведения досуга;</p> <p>9.на основе анализа своего режима сформировать умение рационально проводить свободное время (время отдыха);</p> <p>10.развить способность контролировать время, проведенное за компьютером;</p>	
--	--	-------------------------	--	---	--

3. Организационный раздел

3.1. Система условий реализации программы «ЗДОРОВЬЕ»

Здоровьесберегающая деятельность школы представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков - по созданию здоровьесберегающей инфраструктуры, рациональной организации учебной и внеучебной жизни учащихся, эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, реализации образовательных программ здоровьесберегающей направленности и просветительской работы с родителями (законными представителями) - и должна способствовать формированию у обучающихся ценности здоровья, сохранению и укреплению их здоровья.

3.1.1. Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения включает:

- соответствие состояния и содержания здания и помещений школы санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;
- организация качественного горячего питания учащихся, в том числе горячих завтраков;
- оснащенность кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем;
- наличие помещений для медицинского персонала;
- наличие необходимого (в расчете на количество учащихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих работу с обучающимися (логопеды, учителя физической культуры, психологи, медицинские работники).

Ответственность и контроль за реализацию этого блока возлагается на администрацию школы.

3.1.2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся направлена на повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха обучающихся и включает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения;

- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям учащихся (использование методик, прошедших апробацию);

- введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;

- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;

- индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам основного общего образования;

- рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера в основной школе.

Эффективность реализации этого блока зависит от администрации школы и деятельности каждого педагога.

3.1.3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима школьников, нормального физического развития и двигательной подготовленности учащихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья школьников и формирование культуры здоровья, включает:

- полноценную и эффективную работу с учащимися с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами, а также с учащимися всех групп здоровья (на уроках физической культуры, в секциях и т.п.);

- рациональную и соответствующую возрастным и индивидуальным особенностям развития детей организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера;

- организацию занятий по лечебной физкультуре;

- организацию часа активных движений (динамической паузы) между 3 и 4 уроками в основной школе;

- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;

- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;

- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т.п.).

Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителей физической культуры, а также всех педагогов.

3.1.4. Реализация образовательных программ здоровьесберегающей направленности предусматривает:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включенных в учебный процесс;

- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и т.п.;

- создание общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей (законных представителей), разрабатывающих и реализующих школьную программу «Образование и здоровье».

Программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, предусматривают разные формы организации занятий:

- интеграцию в базовые образовательные дисциплины;

- проведение часов здоровья;

- факультативные занятия;

- проведение классных часов;

- занятия в кружках;

- проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т.п.;

- организацию дней здоровья.

3.1.5. Просветительская работа с родителями (законными представителями) включает:

- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов положительно и отрицательно влияющих на здоровье детей и т.п.;

- приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;

- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т.п.