

**Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кривошеинская СОШ
им. Героя Советского Союза Ф.М. Зинченко»**

Утверждаю:
Директор школы _____ Т.А. Зуева

Приказ № 277/01-09, от «17» сентября 2019года

**Программа здоровьесберегающей и
здоровьеформирующей среды
«Здоровый образ жизни- здоровое будущее»
на 2020-2025 год**

Паспорт программы

1	Полное название	Программа здоровьесберегающей и здоровьеформирующей среды всех участников образовательного процесса Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кривошеинская СОШ им. Героя Советского Союза Ф.М. Зинченко»
2	Обоснование программы	1. Конвенция ООН о правах ребенка» и «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей» 2. Конституция РФ 3. Закон РФ «Об образовании» 4. Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», ст. 51 Федерального закона «Об образовании», 5. Санитарные правила и нормы СанПиН 2.4.2.1178-02, 2.4.7.1166-02. утвержденные постановлением Министерства здравоохранения и Главного государственного санитарного врача РФ от 28.11.2002 №44 и от 20.11.2002 №38, 6. Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.12.2001 №1756-р, 7. Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
3	Сроки реализации	Программа рассчитана на 5 лет
4	Адресаты	Учащиеся 1-11 классов МБОУ «Кривошеинская СОШ им. Героя Советского Союза Ф.М. Зинченко»
5	Авторы программы	Зам директора по УВР Чечнева Е.А., врач кабинета профилактики Пичугина Ю.С.
6	Ресурсное обеспечение	Финансовое : за счет средств ОУ Кадровое: Директор школы, Зам по воспитательной работе, педагог-организатор, педагог-психолог, социальный педагог, учитель физкультуры, фельдшер Материально-техническое обеспечение: -территория МБОУ «Кривошеинская СОШ им. Героя Советского Союза Ф.М. Зинченко»
7	Адрес организации	Томская область, с. Кривошеино, ул.Коммунистическая № 43
8	Контактный телефон	

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. Будущее нашей страны- здоровые, счастливые дети. Поэтому важно с раннего детства прививать навыки здорового образа жизни. Только здоровый человек может в полной мере стать творцом своей судьбы, добиться определенных результатов в карьере и личной жизни.

Именно поэтому разработана программа «Здоровый образ жизни- здоровое будущее», направленная на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование учащихся. В реализации программы задействованы все службы школы: администрация, педагоги, педагог-психолог, медицинские работники Кривошеинской ЦРБ и технический персонал.

Актуальность программы обусловлена необходимостью решения следующих **проблем:**

- ухудшение соматического и психологического здоровья школьников;
- проблема сохранения психо - эмоционального здоровья школьников на различных образовательных ступенях
- недостатки в организации сбалансированного питания школьников;
- низкий уровень мотивации здорового образа жизни;
- снижение уровня физической активности;
- недостаточный уровень технологизации образовательного процесса с точки зрения использования здоровьесберегающих технологий;
- недостатки системы просветительской работы среди участников образовательного процесса по вопросам здоровьесбережения.

В такой ситуации значительную помощь должна оказать школа.

Поэтому **целью** данной программы является поиск наиболее оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья (психическое, физическое, социальное) учащихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни, как к одному из главных путей в достижении успеха.

Для достижения поставленной цели, необходимо решить следующие **задачи:**

- Проведение мониторинга здоровья детей;
- Популяризация преимуществ ЗОЖ, внедрение тем ЗОЖ в учебную и внеурочную деятельность;
- Обучение педагогов по вопросам здоровьесбережения;
- Увеличение количества мероприятий спортивной направленности, привлечение учащихся к данным мероприятиям;
- Соблюдение СанПин;
- Поиск новых форм работы с родителями с целью вовлечения в процесс решения поставленных задач;

НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ.

1. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса

- обновление и пополнение нормативно-правовой базы школы;
- обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических норм при организации образовательного процесса, норм по охране труда и технике безопасности;
- обеспечение здоровьесберегающего режима работы школы;
- организация рациональной системы питания учащихся;
- обеспечение оптимального режима двигательной активности учащихся;
- разработка комплекса мероприятий по выявлению уровня физического и психологического здоровья обучающихся.
- создание комфортной психологической среды на протяжении учебного дня.

2. Инструктивно-методическая работа с обучающимися, их родителями и учителями.

- организация семинаров для педагогов школы;
- организация родительского всеобуча;
- викторины для учащихся на валеологические темы;
- проведение инструктажей по технике безопасности, охране труда, противопожарной безопасности и учебных тренировок.

3. Учебно-воспитательная работа по здоровьесбережению.

- использование на уроках и во внеурочной деятельности здоровьесберегающих технологий;
- разработка валеологической тематики классных часов;
- организация работы спортивных кружков и секций школы;
- включение мероприятий валеологической направленности в план работы дополнительного образования.

4. Профилактика и коррекция здоровья.

- физкультминутки, зарядка для глаз;
- проведение спортивных и динамических пауз в помещении и на открытом воздухе
- проведение в школе вечеров здоровья и отдыха;
- проведение дней здоровья;
- проведение спортивно-массовых мероприятий;
- организация работы вечерней спортивной секции.

МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для реализации программы используются следующие методы работы:

- групповые развивающие занятия;
- психологические тренинги;
- беседы;
- лекции;
- ролевые игры;
- педагогические совещания;
- родительские собрания;

- тестирование;
- анкетирование;
- уроки профилактической направленности.

МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

Реализация программы осуществляется через взаимодействие с инфраструктурой Кривошеинского сельского поселения, организацию работы спортивных секций, летнего оздоровительного лагеря, внеурочную и кружковую деятельность, Кривошеинской Детско-Юношеской спортивной школы.

Составлен календарный план работы, подготовлены помещения и оборудование, определен распорядок работы.

Ежегодно на базе Кривошеинской ЦРБ проводятся профилактические осмотры обучающихся.

Разрабатываются опросные листы и анкеты для изучения эффективности проводимой работы.

Осуществляется плановая работа по реализации программы, информирование общественности о ходе выполнения программы на сайте ОУ.

КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

- Администрация школы
- Учащиеся.
- Классные руководители;
- Учителя – предметники;
- Родители;
- Медицинские работники Кривошеинской ЦРБ
- Педагог-психолог.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- Повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей;
- Повышение уровня профилактической работы;
- Формирование отношения детей и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- Введение оптимального режима труда и отдыха детей;
- Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

СИСТЕМА ОРГАНИЗАЦИИ И КОНТРОЛЯ ЗА ВЫПОЛНЕНИЕМ МЕРОПРИЯТИЙ ПРОГРАММЫ.

• Итоговый отчет и анализ о реализации программы зам директора по УВР предоставляет директору ОУ на итоговом педсовете.

ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ.

Приоритетным направлением деятельности программы является сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Участники программы считают, что здоровому образу жизни надо учить, необходимо формировать культуру

здоровья, эстетические идеалы физически и духовно здорового человека. Очевидно, что приступать к решению этих задач следует с изучения собственного здоровья и познания закономерностей его корректировки, укрепления и развития. В процессе реализации данной программы самостоятельно-познавательная и практическая деятельность обучающихся научит их исследовать собственное здоровье, зависящую от него работоспособность, свои адаптационные возможности, правильно взаимодействовать с окружающей средой, устанавливать оптимальные социальные контакты.

Программа включает четыре направления:

- «Организация здоровьесберегающего образовательного процесса»,
- «Инструктивно – методическая работа с обучающимися, их родителями, учителями»,
- «Учебно – воспитательная работа»,
- «Профилактика и коррекция здоровья», которые включают следующие разделы:
 - ✓ «Организация здоровьесберегающего образовательного процесса»,
 - ✓ «Контроль за соблюдением санитарно- гигиенического режима в школьном учреждении»,
 - ✓ «Мониторинг уровня здоровья учащихся, мероприятия по сохранности и укреплению здоровья детей»,
 - ✓ «Гигиеническое, санитарно – просветительское воспитание учащихся»,
 - ✓ «Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)»,
 - ✓ «Физкультурно – массовая оздоровительная работа»,
 - ✓ «Профилактика травматизма». Она также предусматривает деятельность по наблюдению, измерению, тестированию. На основе полученных данных делаются выводы, планируется дальнейшая деятельность.

В разделе «Организация здоровьесберегающего образовательного процесса» предусматривается деятельность, направленная на обновление и пополнение нормативно-правовой базы школы, обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических норм при организации образовательного процесса, норм по охране труда и технике безопасности, обеспечение здоровьесберегающего режима работы школы, организация рациональной системы питания учащихся, обеспечение оптимального режима двигательной активности учащихся, разработка комплекса мероприятий по выявлению уровня физического и психологического здоровья обучающихся. Большое значение должно уделяться созданию учителем психологического комфорта на уроке. Необходима рациональная организация урока с использованием здоровьесберегающих технологий. При рациональной организации урока должны учитываться творческий характер образовательного процесса; психоэмоциональный комфорт каждого ученика; применение нестандартных форм урока; оздоровительные минутки (гимнастика для глаз, массаж ушей, пальцев рук и др.); физкультминутки, музыкальные паузы; игровые моменты урока и

занимательность; соответствие учебной нагрузки возрасту и индивидуальным возможностям детей; смена умственной и физической деятельности; чередование занятий с низкой и высокой двигательной активностью; проветривание кабинета перед началом занятий, гигиенические навыки; дыхательные упражнения; релаксация.

Итогом деятельности по этому разделу является издание локальных актов ОУ, составление списков учащихся, оформление медицинских карт.

Раздел «Контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в школьном учреждении» включает работу по соблюдению санитарно-гигиенического режима в школьном учреждении.

Итогом деятельности по этому разделу является введение оптимального режима труда и отдыха детей в соответствии с СанПиН.

Раздел «Мониторинг уровня здоровья учащихся, мероприятия по сохранности и укреплению здоровья детей» предусматривает проведение медицинского и психолого – педагогического психологического мониторинга здоровья учащихся, работу по организации горячего питания в течение учебного года, оздоровлению детей в летний период.

Итогом деятельности по этому разделу является разработка программ психолого – педагогического сопровождения учащихся, 100% обеспечение учащихся горячим питанием, работа оздоровительного лагеря в летний период.

Раздел «Гигиеническое, санитарно – просветительское воспитание учащихся» направлен на организацию санитарно – просветительской деятельности с учащимися и их родителями.

Итогом деятельности по этому разделу является сформированность отношения детей и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.

Раздел «Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)» подразумевает реализацию превентивных программ, анкетирование учащихся по выявлению склонностей к вредным привычкам, проведение родительских собраний, тематических бесед, классных часов, общешкольных мероприятий.

Итогом деятельности по этому разделу является повышение уровня профилактической работы, отсутствие в ОУ учащихся, употребляющих алкоголь, ПАВ, курящих.

Раздел «Физкультурно – массовая оздоровительная работа» предусматривает организацию работы по вовлечению учащихся в занятия физкультурой и спортом, пропаганды здорового образа жизни.

Итогом деятельности по этому разделу является 100% вовлечение учащихся в спортивные кружки и секции, проведение культурно – массовых мероприятий на уровне школы, участие в районных мероприятиях.

Раздел «Профилактика травматизма» включает занятия по изучению ПДД, профилактике травматизма, проведение инструктажей по ТБ.

Итогом деятельности по этому разделу является отсутствие случаев травматизма, ДТП с участием детей.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ.

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса			
1.	Составление социологических карт по классам, составление списков: - учащихся группы риска; - социально-опасных; - многодетных семей; - малообеспеченных семей; - неполных семей; - детей с заболеваниями	Сентябрь	Зам. по ВР, классные руководители
2.	Профосмотры детей в условиях школы	В течение года	фельдшер
3.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	В течение года	классные руководители, социальный педагог
4.	Контроль состояния здоровья школьников по итогам диспансеризации	Апрель	Школьный фельдшер
5.	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья школьников; - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил техники безопасности, противопожарной безопасности и охраны труда	Сентябрь	Директор
6.	Оформление медицинских карт, листков здоровья в классных журналах. Комплектация на их основе физкультурных групп.	Сентябрь	Классные руководители, учитель физкультуры
7.	Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон); организация дежурства.	В течение года	Техперсонал, зав. кабинетами, завуч по УВР Зам по ВР.
9.	Эстетическое оформление интерьера классов, школы (разведение цветов)	Постоянно	заведующие кабинетами, техперсонал

10.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Ежегодно сентябрь - январь	Зам. директора
11.	Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям	Ежегодно	Директор школы, заведующие кабинетами
12.	Организация активного отдыха на динамических паузах (подвижные игры, работа библиотеки)	Постоянно	Зам по УВР, дежурные учителя
13.	Проведение «здоровых уроков», разнообразие форм проведения уроков	Постоянно	Администрация школы, учителя - предметники
2. Контроль за соблюдением санитарно- гигиенического режима в школьном учреждении			
1.	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Постоянно	Директор, техперсонал
2.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований Сан ПиНа)	В течение года	Завуч
3.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: - проветривание; - освещение; - отопление; - уборка	постоянно	завхоз, завучи,
4.	Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности в школе	Постоянно	Директор
5.	Содержание в исправности всех средств пожаротушения	Постоянно	завхоз
6.	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Учитель физкультуры
7.	Организация ремонта учебных кабинетов	Летний период	Директор, заведующие кабинетами
8.	Подготовка актов по приемке школы к новому учебному году	Июль-август	Директор
9.	Приемка школы к новому учебному году	Август	Директор школы
10.	Рейды:	По	зам по УВР, классные

	- по проверке внешнего вида обучающихся; - по сохранности библиотечных учебников; - по выполнению школьниками режима дня	отдельному плану	руководители.
11.	Проведение учебных пожарных эвакуаций	По графику	Директор, учитель ОБЖ
12.	Приобретение сантехнического оборудования, люминесцентных и электрических ламп	В течение года	Директор, завхоз
13.	Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов	В течение года	Директор
14.	Приобретение моющих и чистящих средств	Постоянно	завхоз
15.	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов	Август-сентябрь	Директор школы, завхоз
16.	Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды	октябрь-май	учителя начальных классов
17.	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по технике безопасности в учебных кабинетах	По отдельному плану	Администрация школы,
18.	Обеспечение требований техники безопасности во время ремонта школы и работы ЛТО	В летний период	директор начальник лагеря,
19.	Разработка плана мероприятий по охране труда и технике безопасности в школе	Сентябрь	Администрация школы, председатель ППО
20.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом	постоянно	Зам. директора по УВР, завхоз
21.	Контроль физического воспитания учеников	По отдельному плану	Администрация школы, учитель физкультуры
22.	Поддержание в школе надлежащих санитарно-	Постоянно	Директор, техперсонал

	гигиенических условий		
23.	Организация дежурства по школе	Постоянно	Классные руководители, завуч по УВР
3. Мониторинг уровня здоровья учащихся, мероприятия по сохранности и укреплению здоровья детей			
1.	Состояние здоровья учащихся (анализ на основе углубленного осмотра)	В течение года	Администрация школы
2.	Психологический мониторинг здоровья учащихся: - тест на адаптацию в начальной, основной школе; - тест на тревожность	Сентябрь-январь	Педагог-психолог
3.	Организация горячего питания	постоянно	Администрация школы
4.	Оздоровительная программа с детьми в летний период	Июнь	Администрация школы
4. Гигиеническое, санитарно – просветительское воспитание учащихся			
1.	Проведение бесед, классных часов	В течение года	Классные руководители, социальный педагог, врач кабинета профилактики
2.	Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни	В течение года	Библиотекарь, классные руководители
5. Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)			
1.	Результаты тестирования учащихся по выявлению склонностей учащихся к вредным привычкам. Корректировка планов воспитательной работы.	Ежегодно	Зам. директора по УВР, классные руководители, Социальные партнёры
2.	Участие в проведении Международного дня борьбы со СПИДом, Международного дня борьбы с курением	1.12 19.11	Зам. директора по УВР, классные руководители, учитель ОБЖ
3.	Проведение школьной акции «Мы – против наркотиков»	Ежегодно	Зам. Директора по УВР, учитель ОБЖ, социальный педагог, педагог-психолог, учитель ИЗО

5.	Тематические классные часы	В течение года	Зам по УВР, классные руководители
6.	Тематические родительские собрания	В теч. года	Зам по УВР, классные руководители
7.	Проведение бесед о вреде курения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств (5 - 9 классы)	По плану зам.директора по ВР	классные руководители, зам. директора по УВР, школьный фельдшер
8.	Конкурсы, викторины	По плану	Зам. директора по УВР
6. Физкультурно – массовая оздоровительная работа			
1.	Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом	В течение года	Зам. по УВР, учитель физкультуры
2.	Школьные программы спортивно – массовой оздоровительной работы	Учебный год	Зам по УВР, классные руководители, учитель физкультуры
3.	Летняя оздоровительная программа	июнь	Начальник оздоровительного лагеря
4.	Организация летней оздоровительной площадки при школе	Июнь	Зам по УВР, начальник лагеря
5.	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	Май-сентябрь	Классные руководители, учитель технологии
6.	Проведение месячника по очистке школьной территории	Май	Классные руководители, учитель технологии
7.	Проведение дней здоровья	По плану	Учитель физкультуры, классные руководители, зам. по УВР
8.	Проведение недели пропаганды здорового образа жизни, агитбригада	Постоянно	Зам по УВР, классные руководители, учитель ОБЖ
9.	Проведение подвижных динамических пауз	Постоянно	Зам по УВР, педагог-организатор, Классные

			руководители
10.	Витаминотерапия в весенний период	Март-апрель	Повар ОУ
11.	Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья	Октябрь	Учитель физкультуры
12.	Работа спортивных секций	В течение года	Учитель физкультуры, зам по УВР
13.	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива	Постоянно	Директор школы,
7. Профилактика травматизма			
1.	Занятия по правилам дорожного движения (выступления сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, викторины, конкурсы рисунков)	В течение года	Зам. по УВР, классные руководители, педагог-организатор ОБЖ
2.	Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках преподавания ОБЖ	По программе	Преподаватель ОБЖ
3.	Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности	сентябрь	Директор школы, завучи
4.	Статистика и анализ случаев травматизма в школе	В течение года	Комиссия по профилактике травматизма

Литература

1. Бодмаев Ю.Л. Психологическая коррекция отклоняющегося поведения у школьников. — М., 1997.
2. Волжская Н.Ю. О наркотиках с разных сторон (методическое пособие для работы с подростками). - М., 2000.
3. Дубровина И.В. Психологическая служба образования. — М., 1997.
4. Еникеева Д.Д. Как предупредить алкоголизм и наркоманию у подростков. — М., 1999.
5. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ среди детей и подростков. — М., 2003.
6. Журнал «Классный руководитель» № 5, 2007 год: «Программные обеспечения здоровьесберегающей деятельности школы»;
7. Журнал «Воспитание школьников» № 8, 2007 год: «Профилактическая программа формирования здорового образа жизни в гимназии»;
8. Журнал «Классный руководитель» № 6, 2005 год: «Программа Здоровье»;
9. Журнал «Практика административной работы в школе» № 5, 2007 год: «Основные мероприятия программы «Школа здоровья»;