

**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ТОМСКА ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 27 ИМ. Г.Н. ВОРОШИЛОВА
г. ТОМСКА**

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом школы
Протокол № ____
от «30» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы

И.А. Медведева
Приказ № 272 – од «30» 08 2024 г.

**ПРОГРАММА
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ
на 2024 – 2028 годы
для НОО, ООО, СОО**

Томск, 2024 год

СОДЕРЖАНИЕ:

Паспорт программы	3
Пояснительная записка	5
Нормативно - правовая база программы	5
Материально - техническое обеспечение программы	6
Сроки и этапы реализации программы	8
Общее представление о здоровьесберегающей среде	9
Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья	10
Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности ОУ	11
Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях ОУ	13
Методы контроля над реализацией программы	15
План деятельности по реализации программы	16
Ежегодный примерный календарный план реализации программы	20
Ожидаемые результаты здоровьесберегающей деятельности школы	22
План действий по реализации программы	23

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	«Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»
Цель программы	Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни.
Задачи программы	• внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий; • формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью; • пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности; • изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение; • обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения; • формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения; • развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды; • развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов; • воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни
Срок реализации программы	2024 - 2028 год
Ожидаемые результаты	1. Снижение уровня заболеваемости учащихся. 2. Положительная динамика физического развития учащихся. 3. Формирование системы спортивно-оздоровительной работы. 4. Повышение уровня культуры здоровья учащихся, их грамотности в вопросах здоровья. 5. Компетентность педагогов в вопросах здоровья и здоровьесберегающих технологий. 6. Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и

	подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого школьника. 7. Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров. 8. Создание компьютерного банка данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования, который будет использоваться для совершенствования модели медико – психолого – педагогического сопровождения учащихся. 9. Разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения. 10. Включение в план работы школы регулярное проведение дней здоровья, участие школьников в районных и областных спартакиадах, командных соревнованиях, личных первенствах по различным видам спорта.
Нормы и методы реализации программы	Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, фоновые мероприятия, внеклассная работа, внеурочная деятельность.
Участники программы	Учащиеся 1-11 классов, их родители, классные руководители, учителя предметники, педагог – психолог, социальный педагог.
Условия реализации программы	• Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ • учет в любом решении ОУ аспектов, связанных с влиянием данного решения на здоровье школьников • проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья • учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития школы
Управление, контроль	Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация школы.

Пояснительная записка

Новое время предъявляет новые требования к качеству образования. Особенно актуальным становится вопрос состояния здоровья детей. Бесспорно, что успешность обучения в школе определяется уровнем состояния здоровья, с которым ребенок поступил в школу. В дальнейшем сохранение и укрепление здоровья будет зависеть от правильной организации учебного процесса. Педагоги, психологи и родители стремятся сделать всё возможное, чтобы обучение детей было успешным, чтобы каждый ребенок в своей учебной деятельности достигал более высоких результатов. Именно мы, взрослые, должны создать такие условия, при которых обучение становилось бы все более успешным.

Стремительное ухудшение здоровья диктует необходимость поиска механизмов приостановки этой тенденции, которая в значительной мере препятствует развитию ребёнка и, следовательно, главной цели – целостному и устойчивому развитию человека. Забота о сохранении здоровья обучающихся важнейшая обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива и самого ребенка. Здоровье-основа формирования личности. Таким образом, проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, будут актуальны всегда.

Для решения задачи сохранения здоровья обучающегося Министерство образования Российской Федерации инициировало разработку в образовательных учреждениях специальных программ, направленных на укрепление здоровья обучающихся, составленных с учётом их возрастных, психофизиологических особенностей.

Программа «Здоровьесбережения» составлена на основе Федеральной целевой программы развития образования.

В ФГОС говорится о необходимости создания **благоприятных условий воспитания и обучения**, использования **здоровьесберегающего режима** и методик обучения, направленных на формирование гармоничного физического и психического развития, сохранение и укрепление здоровья.

Программа представляет собой комплексную программу формирования знаний, ценностных установок, личностных ориентиров и норм поведения обучающихся. Реализация программы позволит сохранить и укрепить физическое, психологическое здоровье обучающихся 1-11 классов.

Программа включает в себя все наиболее распространенные в настоящее время направления здоровьесберегающей деятельности школы, применяемые в системе образования:

- Сохранение и укрепление здоровья ученика.
- Обеспечение формирования здоровьесохраниющих культурных традиций семьи.
- Обеспечение здоровьесохраниющей деятельности педагога.

Нормативно-правовая база программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».
2. Конституции Российской Федерации.
3. Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

5. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
6. Приказ Минобрнауки РФ «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».
7. Стратегические приоритеты в сфере реализации государственной программы Российской Федерации "Развитие образования" до 2030 года

Цель программы - создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни.

Задачи программы:

- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;
- формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;
- пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;
- изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение;
- обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения;
- формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды;
- развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов;
- воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.

Материально-техническое обеспечение

В здании МАОУ СОШ № 27 им. Г.Н. Ворошилова г. Томска созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

Здание школы расположено на благоустроенном участке. Территория школы ограждена забором. На территории школы расположена многофункциональная спортивная площадка. Здание подключено к районным инженерным сетям – холодному и горячему водоснабжению, отоплению.

Материально – техническая база - необходимое условие функционирования и развития образовательного учреждения. Совершенствование материально-технического обеспечения современным учебным и спортивным оборудованием, информационно-техническими средствами являются современными требованиями к образовательному учреждению.

В школе созданы оптимальные материально-технические условия для осуществления учебно-воспитательного процесса. Школа имеет необходимый набор помещений для изучения обязательных учебных дисциплин.

Учащиеся начального общего образования обучаются в учебных помещениях, закрепленных за каждым классом, основного и среднего образования – по классно-кабинетной системе.

В школе просторные, оборудованные кабинеты, компьютерный класс, 1 спортивный зал с инвентарем и необходимым оборудованием, раздевалки отдельные для девочек и мальчиков, спортивная площадка - стадион для активных игр и прогулок, 1 актовый зал, столовая (организовано горячее питание, разнообразное меню), медицинский кабинет. В школе имеются кабинеты физики, химии, истории, психолога, учительская и другие, которые оборудованы мебелью. Кабинеты обеспечены необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающими гигиеническим требованиям. Школа подключена к сети Internet. Используется лицензионное программное обеспечение. Информационно-коммуникативные технологии широко используются во внеурочной деятельности школы. Организован доступ обучающихся и педагогов к средствам ИКТ и Интернет-ресурсам для поиска информации, оформление работ, создания фильмов и презентаций с разнообразной тематикой для проведения классных часов, общешкольных научно-практических конференций, вечеров отдыха, родительских собраний и других мероприятий с использованием ПК и ИКТ.

Кадровое обеспечение

- директор ОУ;
- заместители директора по УВР;
- заместитель директора по ВР; заместитель директора по АХЧ;
- педагог-психолог;
- социальный педагог;
- логопед;
- классные руководители;
- учителя-предметники;
- медицинский работник школы.

Функции различных категорий работников школы

1. *Функции медицинской службы школы:*
 - проведение диспансеризации учащихся школы;
 - медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
 - выявление учащихся специальной медицинской группы.
2. *Функции администрации:*
 - общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
 - общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
 - организация преподавания вопросов валеологии на уроках биологии и ОБЗР в классах среднего и старшего звена;
 - организация и контроль уроков физкультуры;
 - обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
 - разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
 - организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;

- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
 - организация работы психологической службы в школе.
3. *Функции классного руководителя:*
- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
 - организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
 - организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
 - организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
 - организация и проведение профилактических работ с родителями;
 - организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
 - организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
 - организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
 - организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Научно-методические ресурсы

- методическая литература, необходимая для подготовки уроков с использованием здоровьесберегающих технологий;
- методические разработки уроков, классных часов, родительских собраний.

Сроки и этапы реализации программы

I этап – 2024-2025 год

II этап – 2025– 2026 год

III этап – 2026 – 2028 год

1 этап - определение концептуальной линии развития ОУ (1 год):

Цель: выявление проблемы и обоснование актуальности программы; подготовка диагностик, материалов.

Задачи:

- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
 - разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.
- формирование научно-методической базы ОУ здоровьесберегающего типа (1 год):
- разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования;
 - подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;
 - программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся.

2 этап – разработка программ деятельности здоровьесберегающего ОУ (1 год):

Цель: реализация разработанного здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса.

Задачи:

- внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в ОУ;
- разработка программы обучения педагогов технологиям здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на уроках.

3 этап - практическая и аналитическая реализация программы развития ОУ здоровьесберегающего типа (1 год)

Цель: создание условий, которые гарантируют охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, а также формирование у них знаний, умений, навыков и мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни и анализ результатов выполнения программы.

Задачи:

- работа педагогов всех МО школы по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- проверка результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения;
- профилактическая работа по предупреждению заболеваний: программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся;
- обеспечение качественного и рационального питания школьников и учителей;
- организация сотрудничества семьи и школы: систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- организация и проведение спортивных праздников и соревнований с участием педагогов и родителей;
- организация и проведение различных внеурочных видов деятельности: дни здоровья, месячники, декады, акции по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек.
- обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов эксперимента с поставленной целью;
- корректировка исследования описание хода и результатов эксперимента;
- оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности;
- публикация полного пакета материалов функционирования собственного здоровьесберегающего ОУ.

Общее представление о здоровьесберегающей среде в МАОУ СОШ № 27 им. Г.Н. Ворошилова г. Томска

Приоритетной задачей нашей школы, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни обучающихся. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения:

- Соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм
- Учет возрастных особенностей обучающихся
- Режим учебно-познавательной деятельности
- Организация питания
- Социально-педагогические условия обучения

Слагаемые здоровьесберегающей среды:

- Родители, их взаимоотношения с ребенком
- Школьная среда
- Организация и содержание внеучебного времени
- Педагогическая среда (конкретный процесс на уроках)
- Психологическая среда (общение с учителями и учащимися)

Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья

Блок профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья обучающихся предполагает:

- регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья обучающихся;
- использование в школе рекомендованных методов профилактики заболеваний;
- обсуждение данных мониторинга здоровья учащихся на педсоветах;
- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- планомерная организация питания учащихся;
- реабилитационную работу.

Блок просветительско-воспитательной работы предполагает:

- организацию «Дней здоровья», внеурочной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;
- включение в воспитательный план образовательного учреждения мероприятий, направленных на формирование мотивации здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЗР, физической культуры).

Блок рациональной организации учебного процесса предполагает:

- соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;
- использование приемов индивидуализации обучения;
- строгое соблюдение гигиенических требований к использованию технических средств в учебном процессе;
- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование деятельности психолога - медико - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического

состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;

- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Блок организации физкультурно-оздоровительной работы предполагает:

- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внеурочной деятельности к формированию здорового образа жизни учащихся;
- организация динамических перемен, физкультминуток на уроках;
- эффективная работа с учащимися всех групп здоровья, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Блок здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения предполагает:

- соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;
- наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровьесберегающую работу;
- оснащённость физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, школьной столовой.

Блок организации системы просветительской и методической работы с педагогами и родителями предполагает:

- проведение в образовательном учреждении постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;
- повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения;
- обеспеченность образовательным учреждением необходимой научно-методической литературой.

Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

Раздел 1. Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся (организация здоровьесберегающей деятельности ОУ и готовность учителей к реализации здоровьесберегающей деятельности).

- Позиционирование школы в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения
- Вовлечение школы в сетевое взаимодействие системы здоровьесберегающих школ, научно-педагогических и общественных организаций
- Готовность учителей к участию в здоровьесберегающей работе
- Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования
- Организация самоаудита школы - внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы

Раздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.

- Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку, зданию школы
- Организация питания обучающихся
- Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму образовательного учреждения

- Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению
- Выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

Раздел 3. Рациональная организация образовательного процесса и использование здоровьесберегающих технологий при реализации образовательного процесса в школе.

- Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса
- Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе
- Психологические основы здоровьесберегающей организации учебного процесса

Раздел 4. Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

- Состояние физкультурно-спортивного комплекса образовательного учреждения
- Организация уроков физвоспитания в образовательном учреждении
- Физвоспитание в режиме дня школы
- Внеклассная физкультурно-спортивная работа
- Контроль за выполнением обучающимися образовательного учреждения нормативов двигательной активности
- Комплексная оценка физической подготовленности обучающихся образовательного учреждения

Раздел 5. Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов здорового образа жизни обучающихся.

- Организация образовательной работы в ОУ в рамках учебных дисциплин здоровьесберегающего блока
- Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся
- Участие обучающихся и их родителей в здоровьесберегающей работе образовательного учреждения.

Раздел 6. Организация профилактики употребления психоактивных веществ в среде обучающихся

- Программа профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися
- Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде обучающихся
- Организация безопасной поддерживающей образовательной среды

Раздел 7. Организация комплексного сопровождения системы формирования здорового образа жизни обучающихся (система медицинского обслуживания обучающихся)

- Оценка комплексных показателей состояния здоровья обучающихся

Раздел 8. Организация системы мониторинга сформированности культуры здорового образа жизни обучающихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов).

- Программа диагностики психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья
- Программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся
- Оценка сформированности у обучающихся, их родителей и учителей школы мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации в форме отчетов образовательного учреждения.

Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения

1. *Гигиенические средства* (санитарно-гигиенические средства здоровьесберегающие технологии)
 - Требования к материально-техническому состоянию здания школы; организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов
 - Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежании переутомления
 - Организация рационального питания обучающихся – пища должна быть полноценной по химическому составу. Быть безвредной в химическом отношении и безопасной с точки зрения бактериального состава
 - Формирование здорового образа жизни
 - Личная и общественная гигиена; привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.
 - Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций
2. *Средства двигательной направленности* (здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта)
 - Уроки физкультуры с комплексами физических упражнений
 - Физкультминутки на уроках и подвижные перемены
 - Различные виды оздоровительной гимнастики (пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура
 - Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.
3. *Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ* (психологические здоровьесберегающие технологии)
 - Обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик
 - Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер обучающихся в процессе их развития.
4. *Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса* (здоровьесберегающие образовательные технологии)
 - Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс
 - Системный подход к организации образовательной деятельности
 - Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровьесберегающей направленности для всех ступеней обучения
5. *Профилактические и закаливающие средства* (воспитательная работа по формированию ЗОЖ)
 - Организация просветительского лектория
 - Культурно-массовые мероприятия
 - Работа с семьей обучающегося (пропаганда здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории)
 - Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии).

Модель личности ученика

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности данной программы. В качестве основополагающей линии развития нашей школы в этом направлении выбрана концепция здоровьесберегающего образования. Школа должна стать

«антропоцентричной», т.е. центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, соответственно, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям его всестороннего личностного развития. Модель технологий обучения в здоровьесберегающей школе существенно отличается от других существующих моделей и педагогических систем. Она предоставляет ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках не ученик подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя, а учитель, обладая разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем ребенка. Это требует разработки новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации обучения и здоровьесбережения. Учет индивидуальных особенностей учащихся в педагогической деятельности – это комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими путями:

- вариативностью образовательной среды на основе принципов профилизации обучения;
- дифференциацией обучения;
- индивидуализацией учебного процесса с учетом личностных особенностей учащихся;
- разработкой индивидуальных образовательных программ для детей с особенностями развития и педагогически запущенных детей;
- индивидуальными портфолио в системе дистанционного образования

Работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения учащихся

Модель выпускника начальной школы	Модель выпускника основной школы	Модель выпускника средней школы
• знание основ личной гигиены, • выполнение правил гигиены; • владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.	• знание основ строения и функционирования организма человека; • знание изменений в организме человека в пубертатный период; • умение оценивать свое физическое и психическое состояние; • знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; • поддержание физической формы; • телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости; • гигиена умственного труда.	• стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье; • убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; • знание различных оздоровительных систем; • умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; • способность вырабатывать индивидуальный образ жизни; - гигиена умственного труда.

Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями); культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их);

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

Методы контроля над реализацией программы

- проведение заседаний педагогического совета школы;
- посещение и взаимопосещение уроков, внеклассных мероприятий;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе.
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.

контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа.

План деятельности по реализации Программы

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
1. Медицинское направление				
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: • анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; • выявление учащихся специальной медицинской группы; • ведение строгого учета детей по	На основании профилактического медицинского осмотра обучающихся школьный врач педиатр делает заключение и	Ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах

	группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.	устанавливает группу здоровья.		
1.2.	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья	ОГАУЗ Детская городская больница № 2, Детская поликлиника № 2 Микрорайон Черемошники	Ежегодно	План медосмотров

1.3.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся	ОГАУЗ Детская городская больница № 2, Детская поликлиника № 2 Микрорайон Черемошники	Ежегодно	План прививок
1.4.	Анализ случаев травматизма в школе	Администрация школы	Ежегодно	Материалы отчетов
1.5.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	Администрация школы, классные руководители, медработник школы	Ежегодно	Материалы отчетов

1.6.	Контроль над качеством питания и питьевым режимом	Директор, заместитель директора по АХЧ, ответственный за организацию питания детей в школе, представители родительского комитета	Ежедневно в течение года	Материалы протоколов
1.7.	Контроль соответствия кабинетов гигиеническим требованиям: проветривание, освещение, отопление, вентиляция, уборка и т.д.	Заместитель директора по АХЧ, учителя-предметники	Ежедневно в течение года	Заклучение соответствия
1.8.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок участников образовательного процесса (соблюдение требований СанПиНа)	Ответственный за составление расписания	Ежегодно	Справка по оценке расписания
1.9.	Постоянный контроль над функционированием школьной столовой	Директор школы, заместитель директора по ВР, ответственный за организацию питания детей в школе	Ежедневно в течение года	Заклучение соответствия
2. Просветительно - воспитательное направление				
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий) по здоровому образу жизни.	Заместитель директора по ВР	Ежегодно	График проведения лектория
2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	Администрация школы	Ежегодно	План работы

2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	Администрация школы	Ежегодно	План работы
2.5.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Привычка быть здоровым»	Администрация школы	Ежегодно	Протокол педсовета
2.6.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и другие виды работ).	Заместитель директора по ВР	Ежегодно	План работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	Заместитель директора по ВР	Ежегодно	План работы
2.8.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, физики, ОБЖ, физической культуры.	Учителя-предметники	В течение года	Планы уроков

3. Психолого-педагогическое направление

3.1.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей: определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; изучение умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в старших классах; изучение психологических возможностей и готовности детей к школе; выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения; разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения	Администрация школы, классные руководители, школьный психолог	Ежегодно	Диагностические исследования
3.2.	Использование Здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности	Учителя - предметники	Ежегодно	Планы уроков
4. Спортивно-оздоровительное направление				
4.1.	Организация спортивных мероприятий.	Учителя физической культуры	Ежегодно	План работы
4.2.	Разработка системы внеурочной и Внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	Администрация школы	Ежегодно	План работы внеурочной деятельности и секций

4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы различным формам оздоровительной работы.	Заместитель директора по ВР	Ежегодно	План работы
5. Диагностическое направление				
5.1.	Мониторинг состояния	Медработник школы	Ежегодно	Отчет по результатам мониторинга
5.2.	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Особенности диагностики развития учащихся на каждой ступени обучения»	Заместитель директора по ВР, медработник школы психолог.	Ежегодно	Материалы семинара

Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения

Сентябрь

- Организация дежурства по школе и по классам.
- Налаживание работы кружков и секций, организация внеурочной деятельности.
- Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровью сбережению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровьесбережению.
- Организация питания учащихся.
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- «Уроки чистоты».
- Проведение внутришкольных и участие в городских спортивно-массовых соревнованиях и спартакиадах.
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Дни здоровья.
- Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).

Октябрь

- Организация работы учащихся по поддержанию порядка и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в городской спартакиаде.

- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Физкультминутки (ежедневно).
- Подвижные игры на переменах (ежедневно в начальной школе).

Ноябрь

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».
- Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме «Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
- Экскурсии.
- Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на местности.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
- Отчёты о проделанной работе по здоровью сбережению.

Декабрь

- Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
- Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.
- Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).

Январь

- Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».
- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

- Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
- День защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы.

Март

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.

Апрель

- Всемирный день здоровья.
- Благоустройство школьной территории.
- День здоровья.
- Динамические паузы, физкультминутки.

Май

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.
- «Весёлые старты».
- Презентация уроков чистоты.

Июнь

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летнего пришкольного оздоровительного лагеря.

Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ по ступеням образования

Ступень	Уровень	Прогнозируемые результаты
Начальное звено: 1-2-е классы 3-и классы 4-е классы	Примитивно-поведенческий	Отсутствие вредных привычек Сформированы навыки коммуникации учитель- ученик, ученик-ученик. Присутствуют элементарные навыки санитарно- гигиенической культуры. Ученик приобщается к гигиенической культуре
Среднее звено: 5-9-е классы	Эмоциональный	Стремление к ведению здорового образа жизни Уменьшение психоэмоциональной нагрузки, отсутствие негативного отношения к учебному процессу Осведомленность участников образовательного процесса в вопросах охраны и укрепления здоровья.
Старшее звено: 10-11 класс	Нравственный	Отсутствие стрессовых ситуаций на уроках. Отсутствие нарушений физиологических и гигиенических норм. Правильная организация питания в учреждении. Популяризация культуры здоровья. Формирование полового самосознания и здорового образа жизни.

В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно учителя в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач. Это не значит, что педагог должен выполнять обязанности медицинского работника. Просто учитель должен работать так, чтобы обучение детей в школе не наносило ущерба здоровью школьников. В реальной практике гораздо важнее выстроить учебный процесс таким образом, чтобы он не только не ухудшал физическое состояние учащихся, но и, напротив, укреплял их силы и возможности. Осуществление запланированных действий по реализации данной программы позволит получить следующие результаты:

будет

- сформирована система физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка;

- осуществляться систематический контроль над состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики;
- снижаться заболеваемость всех участников образовательного процесса;
- создан компьютерный банк данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования, который будет использоваться для совершенствования модели медико-психолого-педагогического сопровождения учащихся;
- повышаться уровень знаний по вопросам здоровья и его сохранения.

План действий по реализации программы на 2024-2028 учебные годы

Этапы реализации программы	Программные мероприятия		
	Для педагогов	Для учащихся	Для родителей
Первый этап (2024 - 2025 уч.г.) Цель: выявление проблемы и обоснование актуальности программы; подготовка диагностик, материалов.	1.Круглый стол в рамках педагогического совещания «Основы воспитания культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя».	1. Круглый стол «Здоровый образ жизни - основа нашего будущего»	1.Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания учащихся посредством консультаций, информационных писем и буклетов, выступлений на родительских конференциях, родительских собраниях и днях открытых дверей. 2.Изучение уровня удовлетворённости учащихся и родителей организацией физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении. 3.Работа родительской общественности по надзору за созданием здоровых и безопасных условий учёбы и труда.

Второй этап (2025-2026 уч.г.) Цель: реализация разработанного здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса.	1.Обмен методическими материалами «Здоровье - это сила». 2.Организация цикла занятий «Здоровье- это сила».	1.Беседы, лекции, просмотры научно - популярных телепрограмм, видеофильмов. 2.Организация медицинского всеобуча. 3.Школьная спартакиада. 4.Цикл классных часов «Здоровые привычки – здоровый образ жизни».	1.Совместные занятия детей и родителей. 2.Общешкольные семейные спортивные праздники. 3.Тематические родительские собрания «Быть здоровым – это модно!».
---	---	---	--

Третий этап (2026 – 2027 уч.г.) Цель: создание условий, которые гарантируют охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, а также формирование у них знаний, умений, навыков и мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни, анализ результатов выполнения программы.	Педагогический совет «Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».	1.Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья обучающихся. 2.Исследование духовно – нравственного здоровья посредством изучения уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников. 3.Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности культуры здоровья обучающихся.	1.Общешкольное родительское собрание «Результаты реализации программы». 2. Размещение отчетной информации в родительские чаты.
Традиционные мероприятия на всех этапах	Выполнение и соблюдение норм и правил СанПиНов (шум, освещённость, воздушная среда, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи, обследование обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями, рациональное расписание занятий, дозирование домашних заданий). Соблюдение динамических пауз на всех уроках в 1-8-х классах.		

	Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных и неинфекционных заболеваний среди обучающихся. Обеспечение надлежащих психолого - педагогических условий (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и т.п.). Организация контроля над координацией питания учеников в школе. Профилактика гиподинамии – организация подвижных переменок. Часы неаудиторной занятости: подвижные игры (1-4-е классы); сотвори себя сам (5-7-е классы); спортивные игры (8-9-е классы); клубы по интересам (10-11е классы). Тематическая спортивная неделя. Общешкольный день спорта. Дни здоровья. Антинаркотический месячник «Будем жить!». Тематические классные часы по ЗОЖ. Мониторинг показателей здоровья школьников (группа здоровья, физкультурная группа здоровья). Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов. Мониторинг эмоционального состояния учащихся и педагогов. Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях. Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.
--	---