

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Разуменская средняя общеобразовательная школа № 4
«Вектор Успеха» Белгородского района Белгородской области»**

«Рассмотрено»

Руководитель МО социально-психолого-педагогического сопровождения
Е.А. Лабутина
Протокол от
«30» 08.2023 г. № 1

«Принято»

Педагогическим советом
МОУ «Разуменская
СОШ №4 «Вектор Успеха»
Протокол № 1
«31». 08. 2023 г.

«Утверждаю»

Директор
МОУ Разуменская СОШ № 4
«Вектор Успеха»
Т.А. Потерягина
Приказ от
«31». 08. 2023 г. № 308-02

**Программа
«Здоровьесберегающая среда»
в муниципальном общеобразовательном учреждении
«Разуменская средняя общеобразовательная школа №4 «Вектор
Успеха» Белгородского района Белгородской области»
на 2023 – 2026 учебные года**

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел	Страница
Паспорт программы.....	3
Пояснительная записка.....	5
Нормативно-правовая база программы.....	6
Ресурсное обеспечение программы.....	6
Сроки и этапы реализации программы.....	6
Общее представление о здоровьесберегающей среде.....	8
Основные направления деятельности программы и предполагаемые формы работы.....	9
Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности.....	11
Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях ОУ.....	13
Методы контроля над реализацией программы.....	13
План деятельности по реализации программы.....	14
Ожидаемые результаты здоровьесберегающей деятельности школы.....	16
План действий по реализации программы.....	17

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	«Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»
Разработчики программы	- Виноградова Елена Витальевна, заместитель директора - Беликова Наталья Вячеславовна, учитель биологии - Штефан Анна Леонидовна, социальный педагог
Цель программы	Создать образовательную среду, гарантирующую безопасный учебный процесс, который способствует развитию психологического, социального и физического здоровья обучающихся.
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> - освоение и внедрение здоровьесберегающих технологий в практику работы всех служб школы - разработка и апробация системы повышения здоровьесформирующих компетенций педагогов и сотрудников школы - разработка и апробация модели здоровьесформирующей среды - создание методической копилки инноваций педагогов школы по здоровьесберегающим технологиям - расширение взаимодействия субъектов здоровьесбережения со всеми компонентами микросоциума (администрации, педагогов, обучающегося, медицинских работников, службы социальной помощи населению и т.п.) в контексте укрепления здоровья - создание условий для развития культуры здоровья педагогов - содействие формированию устойчивой мотивации здоровой жизнедеятельности в обучающихся, их родителей и педагогов
Срок реализации программы	2023 – 2026 учебные годы
Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность	<ul style="list-style-type: none"> - повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус обучающихся - повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения - апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам - 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 обучающихся для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого школьника - организация систематического контроля за состоянием здоровья обучающихся и учителей на основе организации профилактических осмотров - снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса - разработка рекомендаций для родителей, администрации школы, учителей-предметников, позволяющих систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения - включение в план работы школы регулярное проведение недель здоровья - совершенствование условий работы комнаты психологической разгрузки обучающихся - отрегулировать систему внеурочных занятий, способствующих комплексному формированию здорового образа жизни
Участники реализации программы	Обучающиеся 1–11 классов, их родители, классные руководители, учителя-предметники, педагог-психолог школы, социальные педагоги, медицинский работник школы, медицинские работники Разуменской

	поликлиники.
Формы и методы реализации программы	Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, традиционные мероприятия, внеклассная работа, внеурочная деятельность.
Условия реализации программы	<ul style="list-style-type: none"> - разработки программы обеспечения приоритета здоровья в образовательном учреждении - учет в любом решении 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	<ul style="list-style-type: none"> - контроль над реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности - общее руководство осуществляет администрация школы

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема здоровья обучающихся сегодня как никогда актуальна. В Федеральном государственном образовательном стандарте говорится, что «Единственный и абсолютный в своем значении предмет общего среднего образования – становящийся человек и гражданин, его здоровье, его человеческие и гражданские качества».

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. Решение проблемы здорового образа жизни является ключевой во все возрастные периоды, начиная с раннего детства.

Настоящая Программа «Здоровый ученик – здоровое будущее страны» составлена на основе Федеральной целевой программы развития образования.

На сегодняшний день весьма актуальными является создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Школа должна выпускать не только культурного, высоконравственного, творческого человека, но прежде всего – здорового. Обозначая цель деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья учащихся и педагогов нашей школы, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

Реализация программы начинается с первого класса и продолжается на всех ступенях обучения, способствуя сохранению здоровья участников образовательного процесса. Программа служит основой сотрудничества образования и здравоохранения, общественности, школы и родителей.

Для ее реализации не требуется дополнительных часов в учебном плане школы, она войдёт в образовательные области, базирующиеся на предметах естественнонаучного, гуманитарного, эстетического циклов, а также через систему дополнительного образования и воспитательные мероприятия.

Программа призвана послужить моделью, которую школа и учителя смогут использовать при разработке учебных планов, отвечающих потребностям школьников в этой области знаний, а также при оценке достижений учащихся.

Основной задачей нашей школы является формирование у обучающихся системы знаний учебных дисциплин. Но образование – это один из основных элементов социально культурного и экономического развития страны. В этой связи на образование как целостную государственную систему, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо прочих, задача сохранения физического, нравственного и психического здоровья подрастающего поколения. Поэтому наше образовательное учреждение содействует социализации выпускников средней общеобразовательной школы в сложных, динамично меняющихся, условиях современной действительности.

Предлагаемая 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

Искоренение всех компонентов, разрушающих здоровье обучающегося – дело не простое. Оно требует терпения, последовательности, системы и выдержки. Работа в данном направлении от случая к случаю результата не добьётся. Планомерное сотрудничество всех участников образовательного процесса в направлении сохранения и укрепления здоровья обучающегося приведет к желаемому результату: здоровый обучающийся – здоровое будущее страны!

НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ БАЗА ПРОГРАММЫ

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами: Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка», Конституции Российской Федерации, Закон РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования организации общественного питания населения», Федеральный закон об образовании в Российской Федерации, Приказ Министерства и образования науки РФ «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

В школьном здании МОУ «Разуменская СОШ №4 «Вектор Успеха» Белгородского района Белгородской области» созданы необходимые условия для сбережения здоровья обучающихся. 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.

Кадровые ресурсы	Материально-технические	Научно-методические ресурсы
<ul style="list-style-type: none">– директор;– заместитель директора;– педагог-психолог;– социальный педагог;– классные руководители;– учителя-предметники;– медицинский работник школы;– члены школьного родительского комитета.	<ul style="list-style-type: none">– кабинеты, обеспеченные необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающим гигиеническим требованиям;– спортзал, обеспеченный спортивным инвентарем и спортивным оборудованием;– тренажерная комната;– раздевалки, душевые;– столовая, соответствующая всем санитарным и гигиеническим требованиям;– медицинский кабинет;– кабинет психолога;– сенсорная комната.	<ul style="list-style-type: none">– методическая литература, необходимая для подготовки уроков с использованием здоровьесберегающих технологий;– методические разработки уроков, классных часов, родительских собраний.

СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1 этап – 2023-2024 учебный год

2 этап – 2024-2025 учебный год

3 этап – 2025-2026 учебный год

I ЭТАП. ИНФОРМАЦИОННО ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ

Цель: выявление проблемы и обоснование актуальности программы; подготовка диагностик, материалов; разработка программ (или проектов) по здоровьесберегающей педагогике.

Задачи:

- создание рабочей группы;
- оценка имеющихся ресурсов (материальных, кадровых, организационный,

информационных);

- распределение сфер ответственности, обязанностей и задач каждого участника проекта;
- выявление структуры факторов, оказывающих негативное воздействие на здоровье обучающихся;
- анализ актуальности рассматриваемой проблемы (изучение медкарт, тестирование, диагностика);
- анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение и внедрение новых здоровьесберегающих технологий;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

Ответственные: администрация школы, рабочая группа (учителя-предметники, классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог).

II ЭТАП. ОСНОВНОЙ (ПРАКТИЧЕСКИЙ)

Цель: реализация разработанного здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса.

Задачи:

- совершенствование материально-технической базы образовательного учреждения: разработка программ школьных разновозрастных объединений, планов воспитательных работ с классом по направлению «здорового образа жизни», внедрение в практику работы педагогов здоровьесберегающих технологий;
- разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования, подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля обучающегося;
- 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;
- повышение психолого-педагогической компетентности педагогического коллектива: внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- 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.

Ответственные: администрация школы, рабочая группа (учителя-предметники, классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог), родители.

III ЭТАП. АНАЛИТИЧЕСКИЙ

Цель: анализ результатов выполнения программы.

Задачи:

- обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов эксперимента с поставленной целью;
- корректировка исследования описание хода и результатов эксперимента;
- оформление новых (авторских) программ, технологий и курсов;
- оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности.

Ответственные: Администрация, учителя-предметники, родители.

ОБЩЕЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЕ

Здоровьесберегающие образовательные технологии следует признать наиболее значимыми из всех перечисленных по степени влияния на здоровье обучающихся. Конечно, единственной уникальной технологии здоровья не существует. И только благодаря комплексному подходу к обучению школьников могут быть решены задачи формирования и укрепления здоровья обучающихся. Приоритетной задачей нашей школы, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни школьников. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения – образовательной среды. Согласно санитарно-гигиеническим нормам и правилам создание такой образовательной среды предполагает:

- 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 обучающимися)
- санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы)

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРОГРАММЫ И ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ

Основные направления в здоровьесберегающей деятельности школы

1. Сохранение и укрепление здоровья обучающегося:

- обеспечение школьника возможностью сохранения здоровья на период обучения в школе;
- снижение уровня заболеваемости обучающихся;
- уменьшение уровня тревожности обучающихся;
- сохранение работоспособности на уроках;
- положительная динамика физического развития ребенка;
- коррекция способности ребенка выстраивать отношения со сверстниками, родителями, учителями; коммуникативные навыки вне школы;
- формирование системы спортивно-оздоровительной работы;
- применение индивидуального подхода к обучающимся;
- наличие правильного, сбалансированного питания обучающихся;
- повышение уровня культуры здоровья обучающихся, их грамотности в вопросах здоровья;
- компетентность педагогов в вопросах здоровья и здоровьесберегающих технологий.

2. Обеспечение формирования здоровьесохраняющих культурных традиций семьи.

Формирование здорового образа жизни должно стать одно из традиций семьи. Она играет важнейшую роль в формировании навыков, умений и основных знаний, способствующих поддержанию собственного здоровья:

- соблюдения элементарных культурно – гигиенических навыков;
- правильное построение и соблюдение режима дня;
- умение анализировать опасные ситуации (находить выход из них);
- знание основных частей тела, их расположение и роль в жизнедеятельности организма;
- знание основ безопасности нахождения в окружающей среде;
- определение показателей: рост, вес, пульс, дыхание (для контроля над состоянием здоровья и его коррекции);
- основные правила правильного питания;
- понимание значения двигательной активности для развития здорового организма; знание правил сохранения здоровья от простудных и других инфекционных заболеваний;
- умение оказывать простейшую помощь при небольших порезах, ушибах, ожогах, обморожениях;
- знание природных факторов, укрепляющих здоровье, и правил их использования;
- знание лечебных учреждений (где возможно получить помощь в случае болезни).

Для эффективного сохранения и укрепления здоровья ребенка родители могут использовать разнообразные методы, рекомендованные педагогическим коллективом, учитывая возрастные особенности ребенка: занимательная беседа, рассказ, чтение и обсуждение детских книг, просмотр спортивных телепередач, совместные походы, игры и прогулки и т.п.

3. Обеспечение здоровьесохраняющей деятельности педагога.

Понятие «здоровьесберегающая деятельность педагога» появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет. Оно включает в себя умения учителя осуществлять деятельность по профилактике физического, психологического и социально-нравственного здоровья ученика. Урок остаётся основной организационной формой образовательного процесса, поэтому важной частью здоровьесберегающей работы в школе является

рациональная организация урока:

- обстановка и гигиенические условия в классе (кабинете);
- количество видов учебной деятельности (4-7 видов за урок);
- средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности (7-10 минут);
- количество видов преподавания (не менее трех);
- чередование видов преподавания (не позже, чем через 10-15 минут);
- наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих обучающихся, когда они действительно превращаются из «потребителей знаний» в субъектов действия по их получению и созиданию;
- место и длительность применения ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами);
- поза учащихся, чередование позы;
- наличие, место, содержание и продолжительность оздоровительных моментов на уроке (физминутки, динамические паузы, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек);
- наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни;
- наличие мотивации деятельности обучающихся на уроке;
- психологический климат на уроке;
- наличие на уроке эмоциональных разрядок: шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, известное высказывание (афоризм) с комментарием, небольшое стихотворения, музыкальная минутка и т.п.

СТРУКТУРА МОНИТОРИНГА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

РАЗДЕЛ 1. 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 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре:

- выполнение здоровьесберегающих требований к размещению образовательного учреждения, земельному участку, зданию школы;
- организация качественного горячего 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. Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся (организация здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения 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.

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 образовательном учреждении в рамках учебных дисциплин здоровьесберегающего блока;
- организация воспитательной работы в образовательном учреждении 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 социальной среде обучающихся:

- программа профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися;
- выявление факторов риска распространения психоактивных веществ 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 (медико-гигиенические здоровьесберегающие технологии), включающие комплекс мер, направленных на соблюдение надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПинНов:

- требования к материально-техническому состоянию здания школы;
- организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов;
- обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления;
- организация рационального горячего питания обучающихся – пища должна быть полноценной по химическому составу. Быть безвредной в химическом отношении и безопасной с точки зрения бактериального состава;

- соблюдение общего режима дня обучающихся – режима умственного труда, двигательной активности, режима питания и сна.

Соблюдение требований медицинской направленности:

- функционирование в школе медицинского блока;
- своевременная диспансеризация обучающихся школы, педагогов и сотрудников образовательного учреждения;

- формирование привычной потребности вести здоровый образ жизни;
- привитие детям элементарных навыков личной и общественной гигиены;
- реализация профилактических программ прививок обучающихся с целью предупреждения инфекций.

2. Средства двигательной направленности (физкультурно-оздоровительные здоровьесберегающие технологии). В основном данные технологии реализуются на уроках физкультуры и в работе спортивных секций. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье): уроки физкультуры, способствующие тренировке силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, лечебная физкультура. Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- физкультминутки в соответствии с рекомендуемым комплексом упражнений;
- организованных подвижных игр на переменах;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

3. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды образовательной организации (здоровьесберегающие образовательные технологии – психолого-педагогические). Психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса.

- обеспечение положительного эмоционального климата в ученическом коллективе и в процессе взаимодействия учитель-обучающийся;

- всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер обучающихся в процессе их развития;

- функционирование кабинета психологической разгрузки (психогимнастика, тренинги и т. п.);

- коррекция неблагоприятных психосоматических состояний детей.

4. Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровьесберегающие образовательные технологии – организационно-педагогические). Способствуют предотвращению состояния дезадаптационных состояний.

- интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс (частично регламентировано в СанПиНах);
- системный подход к организации образовательной деятельности;
- модернизация содержания образования, в рамках действующего законодательства.

5. Профилактические и закаливающие средства (здоровьесберегающие образовательные технологии – учебно-воспитательные).

- обучение грамотной заботе о своем здоровье через просветительские лектории, тренинги;
- культурно-массовые мероприятия оздоровительной направленности;
- работа с семьей обучающегося (пропаганда здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории, индивидуальных бесед, групп по интересам);
- массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии).

МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ НАД РЕАЛИЗАЦИЕЙ ПРОГРАММЫ

- проведение заседаний педагогического совета школы, совещаний при директоре;
- 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 над организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью обучающихся в свете формирования здорового образа жизни;

Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения

Сентябрь

- Организация дежурства по школе и по классам.
 - Налаживание работы 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 качественного горячего питания учащихся.
 - Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
 - «Уроки гигиены».
 - Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях.
 - Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Неделя здоровья.
 - Обеспечение систематического контроля занятости детей во внеурочное время.
 - Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

Октябрь

– Организация работы учащихся по поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка классов к зимнему периоду.
- Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований.

– Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.

- Ежедневные физкультминутки и подвижные игры на переменах.

Ноябрь

– Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».

– выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками «Курить – себе вредить».

- Тематические экскурсии.
- Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на территории школы.

– Систематические физкультминутки и динамические паузы.

– Отчёты о проделанной работе по организации здоровьесбережения в образовательном учреждении.

Декабрь

– Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.

– Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.

- Систематические физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

Январь

– Неделя здоровья. Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».

- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

- Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
- Физкультурно-оздоровительное мероприятие ко Дню защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы.

Март

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья.
- Систематические физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

Апрель

- Акция «Всемирный день здоровья».
- Благоустройство школьной территории.
- День здоровья.
- Тренинг с психологом «Территория экзамена».
- Систематические динамические паузы, физкультминутки.

Май

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.

- «Весёлые старты».
- Проведение экскурсий на природу.
- Презентация «Уроков гигиены».

Июнь

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летних каникул.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЫ

Основная задача школы, которая работает над формированием здоровьесберегающей среды, заключается в том, чтобы подготовить обучающегося к самостоятельной жизни, вырастить его нравственно и физически здоровым, научить грамотно, ответственно и эффективно сохранять свое здоровье. Здоровье обучающегося, его социально-психологическая адаптация, нормальное развитие во многом определяется средой, в которой он живет. Для ребенка от 7 до 18 лет этой средой является школа.

I ступень. Начальное звено.

Уровень: примитивно-поведенческий.

Результат: сформированы навыки коммуникации учитель-обучающийся, обучающийся-обучающийся. Присутствуют элементарные навыки санитарно-гигиенической культуры. Обучающиеся приобщаются к гигиенической культуре. Обучающийся внедряет в свою деятельность элементарные составляющие здорового образа жизни. Правильная организация питания в учреждении.

II ступень. Среднее звено.

Уровень. Эмоциональный.

Результат: стремление к самостоятельной организации здорового образа жизни, уменьшение психоэмоциональной нагрузки, отсутствие негативного отношения к учебному процессу, учебная нагрузка, соответствующая возрасту обучающегося, не вызывает угнетения ребенка, снижение гиподинамии в жизни ученика, осведомленность участников образовательного процесса в вопросах охраны и укрепления здоровья.

III ступень. Старшее звено.

Уровень: Нравственный.

Результат: отсутствие стрессовых ситуаций на уроках; интенсификация образовательного процесса не приводит к переутомлению; 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:

- 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

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

ПЛАН ДЕЙСТВИЙ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ на 2023-2026 учебные годы

Этапы реализации программы	Программные мероприятия		
	Для педагогов	Для обучающихся	Для родителей
Первый этап 2023-2024 учебный год	<p>1. Круглый стол в рамках педагогического совещания «Основы воспитания культуры здоровья обучающихся в системе работы классного руководителя».</p> <p>2. Взаимопосещаемые открытые уроки «Использование интерактивных методов в работе учителя-предметника при формировании ЗОЖ обучающихся».</p>	<p>1. Круглый стол старшеклассников «Здоровый образ жизни – основа нашего будущего».</p> <p>2. Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья обучающихся.</p> <p>3. Исследование духовно-нравственного здоровья (оценка уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников).</p> <p>4. Изучение показателей культуры здоровья школьников.</p>	<p>1. Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания обучающихся посредством консультаций, информационных писем и буклетов, выступлений на родительских конференциях, родительских собраниях и днях открытых дверей.</p> <p>2. Изучение уровня удовлетворенности обучающихся и родителей организацией физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.</p>
Второй этап 2024-2025 учебный год	<p>1. Обмен методическими материалами «Здоровье – это сила!».</p> <p>2. Организация цикла занятий «Здоровье – это сила!».</p> <p>3. Профилактическая тренировка для педагогов; занятия в спортивной зале; танцевальная терапия.</p>	<p>1. Беседы, лекции, просмотры научно-популярных телепрограмм, видеофильмов.</p> <p>2. Организация медицинского всеобуча.</p> <p>3. Цикл классных часов «Как уберечь себя от беды» (1-4</p>	<p>1. Совместные занятия детей и родителей, участие в играх на воздухе, походах, спортивных соревнованиях.</p> <p>2. Общешкольные семейные спортивные праздники.</p> <p>3. Тематические</p>

	4. Медико-педагогический всеобуч «Будьте здоровы!».	классы). 4. Цикл классных часов «Здоровые привычки – здоровый образ жизни».	родительские собрания.
Третий этап 2025-2026 учебный год	1. Педагогический совет «Здоровьесберегающая деятельность: мониторинг эффективности».	1. Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья обучающихся. 2. Исследование духовно-нравственного здоровья посредством изучения уровня воспитанности и ценностных ориентиров обучающихся.	1. Общешкольное родительское собрание «Результаты реализации программы». 2 Размещение отчетной информации в родительские чаты.