Принята
Педагогическим советом
МБОУ СОШ № 27
им.Ю.С.Кучиева
протокол № 13
от 31.08.2022

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 27
им.Ю.С.Кучиева
_____ Димиева Г.Х.

Программа здоровьесбережения
МБОУ СОШ № 27 им.Ю.С.Кучиева

«В здоровом теле – здоровый дух!»

Владикавказ 2022г.

Нормативно-правовая база программы

- Закон РФ «Об образовании» (ст. 51).
- Закон РФ «О физической культуре и спорте» (ст. 16, 33).
- Национальная доктрина образования РФ на период до 2025 г.
- Приказом Министерства образования РФ от 16 июля 2002 г. «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях РФ»;
- Подпрограммой «Физическое воспитание и оздоровление детей, подростков и молодежи в РФ» Федеральной целевой программы «Молодежь России»;
- Государственная программа "Патриотического воспитания граждан Российской Федерации на 2011 - 2015 годы»;
- Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2024 года

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. 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.

Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья учащихся и педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

Здоровье детей - это наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относится к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы.

2. Цели программы

- формирование у учащихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;
- создание в школе организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- усиление контроля за медицинским обслуживанием участников образовательного процесса;
- создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения

дополнительного образования учащихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

3. Задачи программы

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- формирование системы выявления уровня здоровья учающихся и его целенаправленногоотслеживания в течение периода обучения;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
- планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся;
- создание психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физического состояния учащихся;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

4.Функции различных категорий работников школы

1.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 окружающего мира в начальной школе; на уроках природоведения, биологии, обществознания и ОБЖ 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.

2.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 профилактической работы 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 диагностик уровня знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

5.Участники программы:
- учащиеся
- педагогическое сообщество
- родители

6. Сроки и этапы реализации программы:

- I этап - 2022 – 2023гг.
- II этап - 2023 – 2024 гг.
- III этап - 2024 – 2025 гг.

1 этап – подготовительный (июнь – ноябрь 2023 год):

- анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

2 этап (октябрь– декабрь):

- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- выполнение оздоровительных мероприятий.

3 этап - контрольно-обобщающий (январь2024 – июнь 2025г.г.):

- сбор и анализ результатов выполнения программы;
- коррекции деятельности.

7. Прогнозируемая модель личности ученика.

Модель выпускника первой ступени обучения	**Модель выпускника второй ступени обучения**	**Модель выпускника третьей ступени обучения**
- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены; - владение основами личной гигиены и	- знание основ строения и функционирования организма человека; - знание изменений в организме человека в пубертатный период; - умение оценивать свое	- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;

здорового образа жизни.	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.	- 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.

8. Ожидаемые конечные результаты программы:

- повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;
- рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников;
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- повышение уровня самостоятельности и активности школьников;
- повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья.

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 природосообразным и 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.

9. Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний методических объединений школы;
- посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОТ;
- 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 жизни.

10. Основные направления деятельности программы:

Медицинское направление предполагает:
- 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: обязательное медицинское обследование.

Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганда 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, ОБЖ, физической культуры).

Психолого-педагогическое направление предполагает:
- 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 психолого - медико - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровье сберегающих технологий обучения;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:
- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и

приобщение к здоровому досугу;

- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Диагностическое направление предполагает:

- проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются: общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
- режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.

11. Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьеформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

12. Реализация основных направлений программы:

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
3. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
4. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
5. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
6. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
7. Обеспечение каждого учащегося горячим питанием в столовой.
8. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
9. Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне её.
10. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
11. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
12. Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

13. **Применение разнообразных форм работы**:

1. Учет состояния детей:

- анализ медицинских карт;
- определение группы здоровья;
- учет посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

- организация работы спортивных секций, кружков, клубов, проведение дополнительных уроков физической культуры;
- динамические паузы;
- индивидуальные занятия;
- организация спортивных перемен;
- дни здоровья;
- физкульминутка для учащихся;
- организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.

3. Урочная и внеурочная работа:

- открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ;
- открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
- спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол, футбол, легкая атлетика, шашки и шахматы, настольный теннис.

14. План деятельности по реализации программы

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
1.	**Медицинское направление.**			
1.1	Проведение медицинского осмотра учащихся 9-х,11-х классов.	подростковый врач	ежегодно	план медосмотров
1.2	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.	Врачи детской поликлиники	ежегодно	план медосмотров
1.3	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	медработник	ежегодно	план прививок
1.4	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах.	классный руководитель, медработник	ежегодно	медкарты
1.5	Анализ случаев травматизма в школе.	Директор	ежегодно	материалы отчетов
1.6	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководители	ежегодно	материалы отчетов

1.7	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Медсестра	ежедневно в течение года	
1.8	Осмотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: - проветривание; - освещение; - отопление - вентиляция - уборка	Завхоз , медработник, учителя	ежедневно в течение года	
1.9	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	Заместитель директора по УВР	ежегодно	справка по оценке расписания
1.10	Постоянный контроль за школьной столовой.	Директор школы, медработник, ответственный за организацию горячего питания	ежедневно в течение года	Протокол административного совещания Протокол совещания при директоре
2.	**Просветительское направление**			
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	Заместитель директора	ежегодно	график проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	Заместитель директора		тематика 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 «Формирование здорового образа жизни»	Заместители директора	2023-2024 уч.г.	протокол педсовета

2.6.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы)	заместитель директора по УВР, классные руководители	ежегодно	план работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	заместитель директора ВР	ежегодно	план работы
2.8.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры, обществознания	учителя-предметники	в течение года	планы уроков
3.	**Психолого-педагогическое направление.**			
3.1.	Организация работы кабинета психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса совместно с ППМС центром	администрация школы	ежегодно	план работы
3.2.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся по экспериментальным программам:- определениевлияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе; - выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения;	Фельдшер ФАП, классные руководители, психолог	ежегодно	диагностические исследования
3.3.	Круглый стол по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения»	заместитель директора	2024г.	материалы круглого стола
3.4.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	учителя-предметники	ежегодно	планы уроков
4.	**Спортивно-оздоровительное направление.**			
4.1.	Организацию спортивных мероприятий. Проведение Дней здоровья.	учителя физической культуры, администрация	ежегодно	план работы

4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	заместитель директора	ежегодно	план работы кружков и секций
4.3.	Привлечение учащихся, родителей,учителей к физическойкультуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	заместитель директора	ежегодно	план работы
5.	**Диагностическое направление**			
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	заместитель директора	ежегодно	результаты мониторинга
5.2.	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития».	заместитель директора	2023-2024 уч.г.	материалы семинара

15. Календарный план реализации программы

здоровьесбережения МБОУ СОШ № 27 им.Ю.С.Кучиева на 2022-2023 учебный год

Сентябрь

Общие мероприятия

Организация дежурства по школе и по классам.

Налаживание работы кружков и секций, организация клубной деятельности.

Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровье 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.

Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях и спартакиаде.

Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.

Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).

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 зиме.

Проведение внутри школьных спортивных мероприятий и соревнований, участие в городской олимпиаде.

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

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.
Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
Отчёты о проделанной работе по здоровьесбережению.

Декабрь

Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
Первенство школы по баскетболу.
Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.
Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Январь

«Весёлые старты».
Физкультминутки и динамические паузы.
Участие в городских соревнованиях

Февраль

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

Март

Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
Подготовка ко Дню здоровья.
Физкультминутки и динамические паузы.
Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Апрель

Всемирный день здоровья.
Операция «Милосердие», операция «Память».
Благоустройство школьной территории.
Динамические паузы, физкультминутки.

Май

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

День бегуна
Проведение экскурсий на природу.

Июнь

Международный день защиты детей.
Всемирный день защиты окружающей среды.
Работа по плану ЛО

16. Здоровьесберегающая деятельность педагогического коллектива школы

Органы управления	**Мероприятия программы «Здоровье»**	**Сроки выполнения**		
		2022-2023г.г.	**2023-2024г.г.**	**2024-2025г.г.**
Совет школы	1. Создание временной творческой группы По разработке Программы здоровьесбережения.	июнь 2022	-	-
	2. Анализ дозировки учебной нагрузки: - учебные планы; - график контрольных работ.	сентябрь 2022г.	август 2023г.	август 2024г.
	3. Анализ эффективности уроков физкультуры.	апрель 2023г.	апрель 2024г.	апрель 2025г.
	4. Итоговый анализ состояния здоровьяучащихся.	май 2023г.	май 2024г.	май 2025г.
Педагогический Совет	1.Обсуждение и принятие Программыздоровьесбережения.	август 2022г.	-	-
	2.Использование здоровьесберегающих и здоровьеформирующих технологий.	-	январь 2023г.	-
	3.«Аукцион» педагогических идей (здоровьесберегающие технологии).	-	-	октябрь 2025г.
	4.Здоровьесбережение при применении ИКТ.	февраль 2023г.	-	-
Методический Совет	1.Обсуждение Программы здоровьесбережения.	август 2022г.	август 2023г.	август 2024г.
	2.Составление плана работы с учетом внедренияздоровьесберегающих технологий.	август 2022г.	август 2023г.	август 2024г
	3.Разработка критериев и индикаторов уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования	октябрь 2022г.	-	-
	4.Методическая панорама «Здоровьесберегаю-щие технологии».	-	-	март 2025г.
	5.Организация методической недели «Обучениеи воспитание с успехом».	апрель 2023г.	-	-
	6.Мониторинг влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний по предметам.	июнь 2023г.	июнь 2024г.	июнь 2025г.

	7. Создание лекторских групп старшеклассников «Жизнь без вредных привычек».	в течени е года		
Общешкольный родительский комитет	1.Ознакомление родителей с деятельностью школы по оздоровлению и пропаганде здоровогообраза жизни	май 2023г.	май 2024г.	май 2025г.
	2.Круглый стол «Здоровье наших детей».	-	ноябрь 2024г.	-
	3.День семьи «Папа, мама и я – спортивная семья».	февраль 2023г.	февраль 2024г.	февраль 2025г.
	4.Ознакомление родителей с различнымиоздоровительными системами.	-	-	ноябрь 2025г.
	5.Анализ результатов работы школы по оздоровлению и пропаганде здорового образажизни.	май 2023г.	май 2024г.	май 2025г.
Заместитель директора школы по воспитательной работе	1.Разработка анкет и проведение анкетированияпо определению самочувствия учащихся в школе.	сентябрь2022 г.- май 2023г.	сентябрь2023 г.- май 2024г.	сентябрь 2024г.- май 2025г.
	2.Комплектование полного пакета документов по реализации Программы здоровьесбережения.	ноябрь 2022г.	-	-
	3.Подготовка памяток для учащихся по формированию здорового образа жизни.	-	март 2024г.	-

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

Перечень основных мероприятий по реализации

программы по здоровьесбережению на 2022-2025 годы (начальная школа)

1 класс.

«Здоровье первоклассника»

(план работы)

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
Классные часы по программе здоровьесбережения				
1.	Режим дня – основа жизни человека (беседа – игра)	Пробудить заботу о здоровье, осознать важность режима дня	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Скуку простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье (практикум)	Обучить навыкам выполнения правильного пробуждения, выполнения гимнастики, массажа, правильного питания	Октябрь	Классный руководитель
3.	О Сидоре Пашке – ужасном замарашке (инсценировка)	Формировать гигиенические навыки	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Если хочешь быть здоров (классный час)	Расширить знания личной гигиены, чистоты, аккуратности	Декабрь	Классный руководитель
5.	Зимушка – зима (час развлечений на прогулке)	Формировать навыки игры на улице	Январь	Классный руководитель
6.	Зимние затеи (спортивный праздник)	Формировать подвижно-игровые навыки	Февраль	Классный руководитель, родители
7.	Мойдодыр (беседа)	Вызвать интерес к вопросам здоровья, ответственность за состояние своего организма	Март	Классный руководитель
8.	Умеем ли мы правильно питаться? (беседа)	Формировать представление об основных питательных	Апрель	Классный руководитель

		веществах и продуктах, их содержащих		
9.	Растем здоровыми (музыкально – спортивный час)	Формировать навыки игровой деятельности	Май	Классный руководитель

2 **2 класс.**

«Здоровый второклассник»

(план работы)

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
Классные часы по программе здоровьесбережения				
1.	Осенний калейдоскоп (беседа о здоровой и полезной пище)	Пробудить заботу о здоровье, осознать важность правильного питания	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Как сохранить зрение (беседа)	Познакомить с причинами глазных болезней и их профилактикой, разучить упражнения для профилактики глазных заболеваний	Октябрь	Классный руководитель
3.	Детские забавы (спортивно – развлекательный час)	Развивать спортивные способности у детей	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Семь С (спортивные состязания)	Развивать силу, скорость, сообразительность, сноровку, смекалку, сплоченность и т.д.	Декабрь	Классный руководитель
5.	Растения и человек (интегрированный классный час)	Познакомить с понятием «кожа» и ее функциями, с правилами ухода за кожей с помощью лечебных растений	Январь	Классный руководитель

6.	Кулинарное путешествие по Простоквашино (инсценировка сказки)	Рассказать о пользе каши для здоровья, познакомить с традициями блюд русской кухни	Февраль	Классный руководитель,
7.	Поешь рыбки – будут ноги прытки (игра-конкурс)	Формировать представления о полезных свойствах рыбных блюд	Март	Классный руководитель
8.	Кулинарные традиции моей семьи (разработка проектов)	Формировать навыки сбора данных и оформления проектов	Апрель-май	Классный руководитель

3 **3 класс.**

«Здоровая пища третьеклассника»

(план работы)

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
Классные часы по программе здоровьесбережения				
1.	Цена ломтика (беседа)	Расширить знания о пользе, ценности хлеба, воспитывать чувство бережного отношения к хлебу	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Правила поведения в столовой (занятие – практикум)	Добиться уяснения учащимися правил поведения в столовой, проработать правила хорошего тона за столом	Октябрь	Классный руководитель
3.	Это удивительное молоко (занятие-исследование)	Расширить знания о пользе молока, молочных продуктов	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков (игра)	Расширить знания о вреде данных продуктов	Декабрь	Классный руководитель

5.	Самые полезные продукты (театрализованный классный час)	Учить выбирать самые полезные продукты	Январь	Классный руководитель
6.	Что надо есть, если хочешь стать сильнее (беседа)	Формировать представление о связи рациона питания и здорового образа жизни	Февраль	Классный руководитель,
7.	Где найти витамины весной (игра-путешествие	Познакомить со значением витаминов и	Март	Классный
	по станциям)	минеральных веществ в жизни человека		руководитель
8.	День рождения Зелибобы (герой улицы Сезам)	Закрепить полученные знания о правильном питании	Апрель	Классный руководитель
9.	Секреты поваренка (круглый стол)	Формировать представление о последствиях неправильного питания для организма	Май	Классный руководитель

4 **4 класс.**

«В четвертый класс со здоровьем»

(план работы)

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
		Классные часы		
1.	Учись быть здоровым (игра)	Способствовать осознанию необходимости бережного отношения к своему организму	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Здоровяк предупреждает (игра – КВН)	Формировать у учащихся представления о том, что здоровье – главная ценность в жизни	Октябрь	Классный руководитель

3.	Кулинарные обычаи (игра – путешествие)	Закрепить знания о законах здорового питания	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Питание и красота (кулинарный практикум)	Воспитывать культуру питания	Декабрь	Классный руководитель
5.	Спортивно – массовое мероприятие «Зимние забавы»	Формировать стремление к здоровому образу жизни	Январь	Классный руководитель, родители
6.	Удивительные превращения колоска	Закрепить знания учащихся о значимости хлеба в рационе	Февраль	Классный руководитель,
	(занятие – беседа)	питания, прививать бережное отношение к хлебу		
7.	Волк и семеро козлят на валеологический лад (музыкально-спортивный праздник)	Развивать ловкость, быстроту, скорость и других двигательных качеств	Март	Классный руководитель
8.	Кафе «Здоровейка» (разработка проектов)	Формировать у детей привычку правильно питаться	Апрель	Классный руководитель
9.	Кафе «Здоровейка» (защита проектов)		Май	Классный руководитель

Родительские собрания по программе здоровьесбережения в начальной школе

Класс	Название	Форма, содержание
1 класс	Встреча взрослого и ребенка	Круглый стол, посвященный трудностям адаптационного периода
2 класс	Трудности обучения	Ослабленные дети, нервные дети, заикание у детей, леворукий ребенок, дети с временной задержкой психического развития
3 класс	Секреты здоровья ребенка	Анкетирование детей и родителей, беседа врача
4 класс	Не запрет, а предупреждение вредных привычек	Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании

Перечень основных мероприятий по реализации

программы по здоровьесбережению на 2022-2025 годы (среднее звено).

5 **5 класс**

«Здоровье – это здорово!»

(план работы)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Сочинение-рассуждение «Что такое здоровье?»	Кл. час «Как живешь, пятиклассник? » Конкурс рисунков о здоровье	Диаграмма «Мои жизненные ценности» (1 этап)	ПДД. Дорожные «ловушки» Поход в лес
2	Классный руководитель, по возможности психолог	Сопровождение адаптационного процесса: Проведение дней психологической адаптации; Игра «Наши учителя»	Адаптационная игра «Правила трех С – сотрудничество, сочувствие, самоконтроль»	Психологический тренинг «Ребята, давайте жить дружно!»	Психологическое занятие «Дружеский десерт»
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Природоведение. «Закаливание организма» «Питание и здоровье человека». «Роль режима труда и отдыха в сохранении здоровья человека» 5 класс.			
4	Классный руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			

		Мониторинг санитарно-гигиенических условий Сбор данных о состоянии здоровья учащихся.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров учащихся.	Мониторинг показателей здоровья учащихся 1 - 11 классов. Составление кроссвордов о здоровье «Веселая минутка», 5 – 6 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров учащихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.
5	Классный руководитель и родители	Психологическая беседа «Особенности адаптационного периода»	Психологическая беседа «Трудности приспособления к темпу школьной жизни и их причины»	Собрание «Как сохранить здоровье ребенка?»	Родительское собрание «Семейное воспитание и здоровье наших детей»
6	Классный руководитель (педагоги дополнительного образования)	Конкурсная программа «Посвящение в пятиклассники»	Беседа «Остановись у преступной черты»	Беседа «Чума XX века – СПИД»	Сказка «Репка» о вредных привычках
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

6 **6 класс**

«Здоровье – это спорт!»

(план работы)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Кл. час. «Здоровое питание»	Кл. час «Хорошие и плохие привычки»	Беседа «Чистота – залог здоровья»	Викторина «Я выбираю жизнь»
2	Классный руководитель, по возможности психолог	Анкетирование «Это сладкое слово «успех»	Анкетирование «Хорошие и плохие привычки»	Тренинг «Привычки и воля»	Игра по развитию толерантности «Волшебный кристалл»
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Биология. Урок «Особенности высшей нервной деятельности» (физиология труда, нагрузки, профилактика переутомления), 6 класс. Литература. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающие употребление спиртного)			
4	Классный руководитель и медицинский работник	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья учащихся.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров учащихся.	Мониторинг показателей здоровья учащихся 1 - 11 классов. Составление кроссвордов здоровье «Веселая минутка», 5 – 6 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров учащихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.

5	Классный руководитель и родители	Круглый стол «Первые проблемы подростковог о возраста»	Собрание «Компьютер в жизни школьника»	Родительское собрание «Физическое развитие школьников»	Лекторий «Здоровая семья – здоровый образ жизни»
6	Классный руководитель и педагоги дополнительного образования	Беседа инспектора КДН «Разрешение конфликтов без насилия»	И снова о вреде курения	Беседа инспектора КДН «Уголовная ответственнос ть несовершенно летних»	Дискуссия «Согласны ли вы с тем, что в жизни надо пробовать все?»
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

7 **7 класс**

«Здоровье – это победа над собой!»

(план работы)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Диаграмма «Мои жизненные ценности» (2 этап)	Кл. час «Если хочешь быть здоров	Практикум «Как бороться с конфликтами»	Поход в лес Беседа «Что для меня ценно?»
2	Классный руководитель	Беседа с элементами анкетировани я «Как я отношусь к себе, и как ко мне относятся другие»	Психологичес кая игра «на пути к образованном у человеку»	Классный час «Конфликты и пути их разрешения»	Тренинг «Как подготовитьс я к экзаменам и сохранить здоровье?»

3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Физика. Урок. Трение в природе и технике (поведение в гололедицу) Физика. Урок. Способы увеличения и уменьшения давления (правила поведения на болотистой местности, льду, рыхлом снегу; правила обращения с колюще-режущими предметами). Физика. Урок. Атмосферное давление. Барометр – анероид (влияние атмосферного давления на жизнедеятельность человека) Физика. Урок. Плавание тел (правила поведения на воде) Биология. Урок «Профилактика нервных и психических заболеваний. Наркотики. Алкоголизм»			
4	Кл.руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья учащихся.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров учащихся. .	Мониторинг показателей здоровья учащихся 1 - 11 классов.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров учащихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.
5	Классный руководитель и родители	Дискуссия «Пока не поздно! Права и обязанности родителей, права и обязанности ребенка»	Собрание «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»	Лекторий «Подготовка к взрослости» Беседа «Навыки сохранения зрения»	Собрание «Положительные эмоции в жизни человека»

6	Классный руководитель	Беседа «Алкоголь и его влияние на организм подростка»	Беседа инспектора ПДН «Шалость. Злонамеренный проступок. Вандализм»	Беседа «Токсико мания».	История о вредных привычках
7	Классный руководительи учитель физической культуры	День здоровья	День здоровья День бегуна	День здоровья	День здоровья День спортивной семьи.

8 **8 класс**

«Здоровье – это умение общаться!»

(план работы)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Спортивные мероприятия			
		Театрализованная игра «Суд над сигаретой»	Беседа «Мои проблемы»	Кл. час «Я хочу пожелать вам «Здравствуйте!»	Вопросы для викторины по СПИДу
2	Классный руководитель, по возможности психолог	Урок толерантности «Толерантность к проявлению чувств к другим людям»	Тренинг «В гармонии с собой и окружающими»	Классный час «Эмоции и чувства. Их влияние на здоровье человека»	Анкета «Насколько ты эмоционален»

3	Классный руководитель и учителя-предметники	Физика. Урок. КПД теплового двигателя (экологические проблемы, возникающие при использовании тепловых двигателей) Физика. Уроки. Сила тока. Единицы силы тока. Напряжение. Единицы напряжения. (опасные для жизни человека значения силы тока и напряжения). Физика Урок. Электрические нагревательные приборы. Короткое замыкание предохранители. (правила обращения с электрическими приборами, опасности короткого замыкания, перегрузки электрических сетей). Биология. Урок «Факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье», 8 класс. Литература. Урок. Н.В.Гоголь «Ревизор» (опьянение Хлестакова), 8 класс.			
4	Классный	Проведение профилактических прививок.			
	руководитель и медицинские работники	Сбор данных о состоянии здоровья учащихся. Беседа мед. работника «Последствия ранних половых связей и беспорядочной половой жизни для здоровья женщины»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров учащихся. Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ».	Мониторинг показателей здоровья учащихся 1 - 11 классов. Анкетирование «Оценка учащимися собственного здоровья».	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров учащихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.
5	Классный руководитель и родители	Собрание «Не дай нам Бог судьбу ребенка увидеть на конце иглы»	Беседа «В здоровом теле – здоровый дух!»	Психологическая беседа с результатами исследования «Агрессия: ее причины и последствия»	Родительское собрание «Ребенок становится трудным» (социальный педагог)

6	Классный руководитель и педагоги дополнительного образования	Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!»	Беседа инспектора ПДН «Юридическая ответственность за злоупотребление ПАВ»	«Наркотики – мой яд!»	Анкета: употребление алкоголя, сигарет, наркотиков.
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

9 **9 класс**

«Здоровье – это жизнь!»

(план работы)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Спортивные мероприятия			
		Беседа «Законы жизни».	Анкета информированности по вопросам ВИЧ – СПИДа	Беседа для девочек «Влияние стиля жизни на репродуктивное здоровье женщины»	Игра «Степень риска»
2	Классный руководитель, по возможности психолог	Классный час с элементами тестирования «Лидер на все времена»		Классный час с элементами тестирования «Стрессоустойчивость»	Тренинг «Уверенность» (подготовка к экзаменам, повышение самооценки)

3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Физика. Урок. Перемещение при прямолинейном равноускоренном движении (опасности на проезжей части, тормозной путь автомобиля). Физика Урок. Электромагнитное поле. Электромагнитные волны (защита от электромагнитного излучения). Физика. Уроки. Преобразование внутренней энергии ядер в электрическую энергию. Атомная энергетика. Биологическое действие радиации (радиационная опасность и способы защиты от радиации). ОБЖ. «Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей. Основы здорового образа жизни. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Понятие о привычках здорового образа жизни», 9 класс. Обществознание. Урок «Семья и наркотики», 9 класс. Химия. Урок «Оксид углерода (II) и оксид углерода (IV)» (образование угарного газа при курении и действии его на организм), 9 класс			
4	Классный руководитель	Проведение профилактических прививок.			
	и медицинские работники	Сбор данных о состоянии здоровья учащихся. Беседа врача-гинеколога «Заболевания, передающиеся половым путем»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров учащихся. Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ».	Мониторинг показателей здоровья учащихся 1 - 11 классов. Беседа «История контрацепции, виды контрацепции». Анкетирование «Оценка учащимися собственного здоровья», 7 - 11 классы.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров учащихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.

5	Классный руководитель и родители	Вечер «Твое свободное время и твое здоровье»	Конференция «Роль и ответственность семьи в профилактике табакокурения и алкоголизма»	Собрание «Жизненный ценности подростков» (психолог)	Беседа «Как подготовить себя и ребенка к будущим экзаменам?»
6	Классный руководитель	Ток – шоу «Большая перемена» (о проблеме табакокурения)	Беседа «Причины пристрастий»	Беседа инспектора ПДН «Как не стать жертвой преступления»	Беседа «Свобода выбора – это уход от зависимости»
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья	День здоровья.	День здоровья.

Перечень основных мероприятий по реализации

программы по здоровьесбережению на 2022-2023 годы (старшее звено)

<u>10</u> класс

№ п\п	**Тема мероприятия**	**Форма**	**Сроки**	**Ответственные**
1.	«Красота и здоровье»	Беседа	сентябрь	Классный руководитель
2.	«В гостях у богини Имидж»	Встречи с людьми, чьи профессии формируют образ красивого человека	октябрь	Классный руководитель.
3.	«Красота внешняя»	Беседа о ЗОЖ	ноябрь	Классный руководитель. Медработник

4.	«Я и косметика»	Конкурс красоты	декабрь	Классный руководитель
5.	«Мой стиль»	Беседа, диспут	январь	Классный руководитель.
6.	«Быть здоровым и красивым»	Беседа. Спортивный праздник	февраль	Классный руководитель. Учитель физкультуры
7.	«Привычка свыше нам дана»	Беседа	март	Классный руководитель
8.	«Мой образ жизни»	Дебаты	апрель	Классные руководители
9.	«Здоровье и выбор образа жизни»	Информ-дайджест Конкурс плакатов	май	

11 **11класс**

№ п\п	**Тема мероприятия**	**Форма**	**Сроки**	**Ответственные**
1.	«Что значит быть красивым»	Беседа	сентябрь	Классный руководитель
2.	«В гостях у богини Имиспо»	Встречи с людьми, чьи профессии формируют образ красивого человека	октябрь	Классный руководитель. Учитель физкультуры.

3.	«Красота внешняя и внутренняя»	Беседа о ЗОЖ	ноябрь	Классный руководитель. Медработник
4.	«Косметика в нашей жизни»	Конкурс красоты	декабрь	Классный руководитель
5.	«Мой стилиь, или встречают по одёжке…»	Беседа, диспут	январь	Классный руководитель.
6.	«Если хочешь быть здоров – закаляйся!»	Спортивный праздник	февраль	Классный руководитель. Учитель физкультуры
7.	«Привычка свыше нам дана, или от чего зависит здоровье человека»	Беседа	март	Классный руководитель
8.	«Факты в защиту жизни»	Дебаты	апрель	Классные руководители
9.	«Похититель рассудка»	Информ-дайджест Конкурс плакатов	май	Классный руководитель
10.	«Я выбираю жизнь без вредных привычек»	Подготовка и защита проекта	май	Классный руководитель, участники проекта

Список литературы

1. Г. П. Попова «Классные часы 1-2 классы». Издательство «Учитель». Волгоград 2010г.
2. Г. Т. Дьячкова, Е. в. Волкова «Родительские собрания в начальной школе». Разработки. Лекции. Беседы.
   Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
3. Т. А. Волжанина и др. «Родительские собрания в начальной школе». Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
4. О. в. Павлова «Родительские собрания 4 классс». На пути понимания ребенка.
   Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
5. В. Н. Максиочкина «Родительские собрания 1 класс». Проверяй сердцем. Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
6. Е. В. Менькова «Родительские собрания 1-2 класс». Издательско-торговый дом «Корифей».Волгоград 2005 г.
7. «Классные часы 4 класс» Москва «Вако» 2008 г.
8. И. В. Персидская и др. «Классные часы 1-4 классы». Издательство «Учитель». Волгоград 2009 г.
9. В. Н. Макимочкина «Родительские собрания 2 класс». Шаги к мудрости. Издательство «Учитель». Волгоград 2007г.
10. Е, В. Езушина «Азбука правильного питания». Конспекты занятий, дидактические игры, викторины, сказки, исторические справки.Издательство «Учитель». Волгоград 2007г.
11. «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе». Методическое пособие. Серия «Воспитательная работа». Издательство «Глобус». Москва. 2010 г.
12. **http://Vazon.info**
13. **http://flowers.nm.ru**