**1**

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЛИНЕВСКАЯ СРЕЛНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Борщева М.В.

Приказ №\_\_\_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРОГРАММА**

**ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

**на 2023-2028 годы**

Здоровье, столь мало уважаемое в юных летах,

делается в летах зрелости истинным благом...

Н.М. Карамзин

**Пояснительная записка  
Концептуальные основы Программы**

В соответствии с требованиями ФГОС начального, основного, среднего общего образования формирование культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся является приоритетом деятельности образовательного учреждения, поэтому более продуктивным является представление этого направления в формате специальной программы. Этот подход эффективен с управленческой и психолого-педагогической точки зрения и обеспечивает преемственность программ.

Предлагаемый документ представляет собой комплексную программу формирования знаний, ценностных установок, личностных ориентиров и норм поведения подростков, реализация которых позволит сохранить и укрепить физическое, психологическое здоровье учащихся 1-11 классов, поскольку состояние здоровья подрастающего поколения является важнейшим показателем эффективности государства, благополучия общества, условием выполнения педагогическим коллективом основной образовательной программы основного общего образования.

Предлагаемая Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся разработана с учетом комплекса факторов, определяющих состояние здоровья подростков, включая:

* неблагоприятные социально-экономические, экологические, демографические условия;
* факторы риска, связанные с перегрузкой учащихся в общеобразовательных учреждениях, что приводит к ослаблению здоровья школьников
* отсутствие культуры здоровья, безопасного образа жизни;
* несформированность у многих школьников понимания сущности здорового образа жизни, позитивного отношения к здоровью, здоровому образу жизни.

В результате названных факторов каждый пятый школьник в нашей стране имеет хронические заболевания, у половины школьников отмечаются функциональные отклонения в состоянии здоровья.

Цель программы - создание педагогических условий для формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся школы; формирования, укрепления и сохранения здоровья подростков на основе организации образовательного и воспитательного процесса

Речь идет о создании условий для формирования психологически, физически, духовно и социально здоровой личности подростка, владеющего умениями, навыками сохранения и укрепления собственного здоровья и здоровья окружающих.

**Задачи программы**

* формировать, развивать у школьников знания о психологических, физических

особенностях организма; основах здорового образа жизни; позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье, в том числе о влиянии на здоровье позитивных и негативных эмоций;

- сформировать, развить представление о негативных факторах риска здоровью подростков (инфекционные заболевания, переутомление и др.); о существовании и причинах возникновения зависимости от табака, курения, наркотиков, других психоактивных веществ, их негативном влиянии на здоровье;

- формировать, развить знания об основных компонентах культуры здоровья, здорового образа жизни;

- формировать, развить у школьников ценностное отношение, мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья;

- формировать, развить знания о полноценном (здоровом) питании, его режиме, полезности продуктов питания;

- формировать, развить знания о рациональной организации режима дня, включая продолжительность учебной деятельности и отдыха, необходимость двигательной активности, полезность занятий физической культурой, спортом;

- развивать у подростков навыки эмоциональной разгрузки;

- профилактика вредных привычек (табакокурения, употребления алкоголя и наркотических веществ).

Данная программа формирования культуры здоровья и безопасного образа жизни учащихся школы разработана на основе «Конвенции о правах ребенка», Конституции РФ, Закона РФ «Об образовании», Федерального государственного образовательного стандарта, Типового положения об общеобразовательном учреждении», Устава образовательного учреждения, СанПиНов и других документов.

Теоретико-методологической основой программы являются следующие теоретические положения, понятия, принципы:

• Определение понятия здоровья не только как отсутствие заболеваний и дефектов, но состояние полного физического, душевного и социального благополучия (определение экспертов Всемирной организации здравоохранения). Здоровье - это ресурс преодоления неблагоприятных воздействий окружающей среды (природной, социальной), адаптации к изменяющимся условиям и сил для изменения этих условий в желательном для себя направлении. Состояние полного здоровья - это сочетание оптимальных адаптационных возможностей и высокого функционального резерва организма.

• Принцип природосообразности (А.Я. Коменский), согласно которому построение образовательного процесса должно осуществляться на основе знания природы ребенка, в современном понимании - на основе закономерностей развития ребенка.

• Принцип культуросообразности, согласно которому здоровье рассматривается не только как природный феномен, но и как явление культуры.

• Принцип комплексного, междисциплинарного подхода, который заключается в единстве действий педагогов, врачей в рамках укрепления и сохранения здоровья школьников.

Стратегия здоровьесберегающей педагогики, в соответствии с которой значимой целью педагогического коллектива является формирование в образовательном учреждении здоровьесберегающего образовательного пространства. Сущность которого - исключение или минимизация вредных для учащихся воздействий образовательного процесса и постепенное наращивание условий, способствующих построению здоровьесберегающего, здоровьеукрепляющего образовательного пространства школы.

**Сроки реализации программы**: программа реализуется в один этап 2023-28 годы

**Содержание программы.**

Основное содержание программы: формирование культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся. Каждый раздел программы отражает конкретное направление воспитательной работы.

**Раздел 1**

**Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы обучающихся**

Содержание педагогической, организаторской деятельности:

поиск эффективных форм и методов здоровьесберагающей деятельности для всех обучающихся с учетом их состояния здоровья (уроки физической культуры с дифференцированным уровнем физической нагрузки, занятия в секциях и др.);

* организация физкультминуток на уроках;
* регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (соревнований, дней здоровья, походов и др.).
* формирование, развитие мотивации школьников к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях, туристическим походам, занятиям в спортивных секциях, военизированным играм;
* формирование у школьников понимания факторов окружающей природно-социальной среды, негативно влияющих на здоровье человека; способах их компенсации, избегания, преодоления.

**Раздел 2**

**Реализация дополнительных образовательных программ**

**Содержание педагогической, организаторской деятельности:**

* внедрение педагогических средств (дополнительных образовательных программ, образовательных модулей, компонентов), направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни;
* определение педагогических условий для внедрения дополнительных образовательных программ, образовательных модулей, компонентов в систему работы образовательного учреждения, в содержание урочной, внеурочной деятельности, в систему дополнительного образования;
* проведение конкурсов, праздников по тематике охраны здоровья;
* разработка и реализация плана работы, направленного на формирование ценностей здоровья, здорового образа жизни.

**Раздел 3.**

* **Просветительская работа с обучающимися**

**Содержание педагогической, организаторской деятельности:**

* организация совместной работы педагогов, родителей(законных представителей), обучающихся по проведению профилактических мероприятий в области охраны здоровья, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников.

**Раздел 4.**

**Просветительская работа с родителями (законными представителями)**

**Содержание педагогической, организаторской деятельности:**

- организация лектория для родителей (законных представителей) по вопросам охраны здоровья, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников;

- распространение среди родителей (законных представителей) информационных материалов по вопросам охраны здоровья, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников;

- организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению профилактических мероприятий в области охраны здоровья, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников.

**В результате реализации** настоящей программы у учащихся школы должны быть сформированы следующие ценности, знания, умения, психологические установки, компетенции:

- понимание ценности здоровья как ресурса жизнедеятельности;

- компетентность в вопросах охраны здоровья, формирования культуры здорового образа жизни;

- понимание взаимной связи здоровья, экологического качества окружающей среды и экологической культуры человека;

-осознание единства и взаимовлияния различных видов здоровья человека:

1) физического (сила, ловкость, выносливость);

2) физиологического (работоспособность, устойчивость к заболеваниям);

3) психического (умственная работоспособность, эмоциональное благополучие);

4) социально-психологического (способность справиться со стрессом, качество отношений с окружающими людьми);

5) репродуктивное (забота о своем здоровье как будущего родителя);

6) духовного (иерархия ценностей); их зависимости от экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни человека;

- установка, мотивация к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях, туристическим походам, занятиям в спортивных секциях, военизированным играм;

- понимание факторов окружающей природно-социальной среды, которые негативно влияют здоровье человека; знания способов их компенсации, избегания, преодоления;

- способность прогнозировать последствия деятельности человека в природе, оценивать влияние природных и антропогенных факторов риска на здоровье человека;

- знание основ законодательства в области защиты здоровья и экологического качества окружающей среды и выполнение его требований;

- устойчивая мотивация к выполнению правил личной и общественной гигиены и санитарии, рациональной организации режима дня, питания; занятиям физической культурой, спортом, туризмом;

- опыт участия в физкультурно-оздоровительных, санитарно-гигиенических мероприятиях, экологическом туризме;

- негативное отношения к курению, употреблению алкогольных напитков, наркотиков и других психоактивных веществ (ПАВ);

- отрицательное отношение к лицам и организациям, пропагандирующим курение и пьянство, распространяющим наркотики и другие ПАВ.

**При реализации программы школьники должны усвоить следующие теоретические и практические понятия**:

- культура здорового и безопасного образа жизни;

- представления о здоровье и здоровом образе жизни;

- единство и взаимовлияние различных видов здоровья человека (духовного, физического, физиологического, психического и др.), их зависимость от экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни человека;

- факторы окружающей природно-социальной среды, позитивно и негативно влияющие на здоровье человека, преодоление влияния негативных факторов;

- последствия деятельности человека в природе, влияния природных и антропогенных факторов на здоровье человека;

- основы законодательства в области защиты здоровья и экологического качества окружающей среды;

- правила личной и общественной гигиены и санитарии;

- негативное влияние курения, употребления алкогольных напитков, наркотиков и других психоактивных веществ (ПАВ) на здоровье человека

**При реализации программы у школьников должны быть сформированы следующие ценностные установки:**

- осознанное отношение к собственному здоровью,

- личные убеждения, качества и привычки, способствующие снижению риска здоровью в повседневной жизни;

- положительное отношение к правилам личной и общественной гигиены и санитарии;

- мотивация к двигательной активности, занятиям физической культурой и спортом;

- негативная установка по отношению к курению, употреблению алкогольных напитков, наркотиков и других психоактивных веществ (ПАВ).

**Организация деятельности образовательного учреждения по формированию здорового и безопасного образа жизни**

Реализация программы предполагает комплексный подход к организации здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения, включая следующие направления:

- создание соответствующей инфраструктуры профилактики здоровья;

- формирование благоприятного психологического климата;

- рациональную организацию образовательного процесса, включая эффективную - физкультурно-оздоровительную работу, организацию питания в соответствии с требованиями и нормативами;

- просветительскую работу с родителями (законными представителями) обучающихся;

- привлечение родителей к реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников

**Программа деятельности** по формированию у школьников осознанного отношения к собственному здоровью, устойчивых представлений о здоровье и здоровом образе жизни; факторах, оказывающих позитивное и негативное влияние на здоровье; формированию личных убеждений, качеств и привычек, способствующих снижению риска здоровью в повседневной жизни, включает несколько образовательных (организационных и содержательных) модулей, которые должны стать основой построения соответствующей образовательной деятельности.

**МОДУЛЬ 1** — комплекс образовательных мероприятий, позволяющих сформировать у обучающихся:

- способность составлять рациональный режим дня и отдыха; следовать рациональному режиму дня и отдыха на основе знаний о динамике работоспособности, утомляемости, напряженности разных видов деятельности; выбирать оптимальный режим дня с учетом учебных и внеучебных нагрузок;

- умение планировать и рационально распределять учебные нагрузки и отдых в период подготовки к экзаменам; знание и умение эффективного использования индивидуальных особенностей работоспособности;

- знание основ профилактики переутомления и перенапряжения.

**МОДУЛЬ 2** — комплекс образовательных мероприятий, позволяющих сформировать у обучающихся:

- представление о необходимой и достаточной двигательной активности, элементах и правилах закаливания, выбор соответствующих возрасту физических нагрузок и их видов;

- представление о рисках для здоровья неадекватных нагрузок и использования биостимуляторов;

- потребность в двигательной активности и ежедневных занятиях физической культурой;

- умение осознанно выбирать индивидуальные программы двигательной активности, включающие малые виды физкультуры (зарядка) и регулярные занятия спортом.

Для реализации этого модуля необходима интеграция с курсом физической культуры.

**МОДУЛЬ 3** — комплекс образовательных мероприятий, позволяющих сформировать у обучающихся:

- навыки оценки собственного функционального состояния (напряжения, утомления, переутомления) по субъективным показателям (пульс, дыхание, состояние кожных покровов) с учетом собственных индивидуальных особенностей;

- навыки работы в условиях стрессовых ситуаций;

- владение элементами саморегуляции для снятия эмоционального и физического напряжения;

- навыки самоконтроля за собственным состоянием, чувствами в стрессовых ситуациях;

- представления о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, факторах, их вызывающих, и условиях снижения риска негативных влияний;

- навыки эмоциональной разгрузки и их использование в повседневной жизни;

- навыки управления своим эмоциональным состоянием и поведением.

В результате реализации данного образовательного модуля обучающиеся должны иметь четкие представления о возможностях управления своим физическим и психологическим состоянием без использования медикаментозных и тонизирующих средств

МОДУЛЬ 4 — комплекс образовательных мероприятий, позволяющих сформировать у обучающихся:

* представление о рациональном питании как важной составляющей части здорового образа жизни; знания о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья; готовность соблюдать правила рационального питания;
* знание правил этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности; представление о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа;
* интерес к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа; чувство уважения к культуре своего народа, культуре и традициям других народов.

В результате реализации данного образовательного модуля обучающиеся должны самостоятельно оценивать и контролировать свой рацион питания с точки зрения его адекватности и соответствия образу жизни (учебной и внеучебной нагрузке).

МОДУЛЬ 5 — комплекс образовательных мероприятий, позволяющих провести

профилактику разного рода зависимостей:

* развитие представлений подростков о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему; расширение знаний обучающихся о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила;
* формирование адекватной самооценки, развитие навыков регуляции своего поведения, эмоционального состояния; формирование умений оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих;
* формирование представлений о наркотизации как поведении, опасном для здоровья, о неизбежных негативных последствиях наркотизации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности самореализации, достижения социального успеха;
* включение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности;
* ознакомление подростков с разнообразными формами проведения досуга; формирование умений рационально проводить свободное время (время отдыха) на основе анализа своего режима;
* развитие способности контролировать время, проведённое за компьютером.

МОДУЛЬ 6 — комплекс образовательных мероприятий, позволяющих овладеть основами позитивного коммуникативного общения:

* развитие коммуникативных навыков подростков, умений эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в повседневной жизни в разных ситуациях;
* развитие умения бесконфликтного решения спорных вопросов;
* формирование умения оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение), а также поступки и поведение других людей.

**Деятельность образовательного учреждения в области непрерывного здоровьесберегающего образования обучающихся.**

Деятельность образовательного учреждения должна способствовать формированию у обучающихся экологической культуры, ценностного отношения к жизни во всех ее проявлениях, здоровью, качеству окружающей среды, умений вести здоровый и безопасный образ жизни.

Здоровьесберегающая деятельность образовательного учреждения может быть представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков, которые представлены соответствующими разделами предлагаемой Программы:

1) по созданию экологически безопасной здоровьесберагающей инфраструктуры;

2) рациональной организации учебной и внеучебной деятельности обучающихся;

3) эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы;

4) реализации модульных образовательных программ;

5) просветительской работы с родителями (законными представителями).

**Содержание блоков:**

1) **Экологически безопасная** здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения включает:

• соответствие состояния и содержания здания и помещений школы санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся и работников образования;

• наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;

• организация качественного горячего питания обучающихся, в том числе горячих завтраков;

• оснащенность кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем;

• наличие необходимого (в расчете на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих работу с обучающимися (логопеды, учителя физической культуры, психологи, медицинские работники);

• наличие пришкольной площадки, кабинета или лаборатории для экологического образования.

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

2) **Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся**

направлена на повышение эффективности учебного процесса, предупреждение чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, чередования труда и отдыха обучающихся и включает:

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

• использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);

• обучение обучающихся вариантам рациональных способов и приемов работы с учебной информацией и организации учебного труда;

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

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

• индивидуализацию обучения (учет индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работу по индивидуальным программам основного общего образования;

• рациональную и соответствующую требованиям организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера в основной школе.

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

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

• полноценную и эффективную работу с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами, а также с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);

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

• организацию занятий по лечебной физкультуре;

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

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

• организацию работы спортивных секций, туристических, экологических кружков, слетов, лагерей и создание условий для их эффективного функционирования;

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

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

4) Реализация модульных образовательных программ предусматривает:

• внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование экологической грамотности, экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включенных в учебный процесс;

• проведение дней экологической культуры и здоровья, конкурсов, праздников и т. п.;

• создание общественного совета по экологической культуре и здоровью, включающего представителей администрации, обучающихся старших классов, родителей (законных представителей), разрабатывающих и реализующих школьную программу «Формирование экологической грамотности, экологической культуры, здорового образа жизни обучающихся».

Программа предусматривают разные формы организации занятий:

— интеграцию в базовые образовательные дисциплины;

— проведение часов здоровья и экологической безопасности;

— факультативные занятия;

— проведение классных часов;

* занятия в кружках;

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

— организацию дней экологической культуры и здоровья.

5) Просветительская работа с родителями (законными представителями) включает:

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

содействие в приобретении для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;

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

План работы

по формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

на 2023-24 учебный год

Цель:

* Создание здоровьесберегающих условий организации образовательного процесса
* Создание условий для укрепления, сохранения и коррекции здоровья учащихся на каждом этапе деятельности
* Создание условий для формирования у учащихся осознанного отношения к своему здоровью

Задачи:

* Создать систему учебных и внеучебных форм и методов, способствующих становлению физически, психологически и эмоционально здоровой личности
* Сформировать навыки здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки проведения | Ответственные | |
| Организационная деятельность | | | | |
|  | Обновление «Странички безопасности на сайте школы, | 1 раз в четверть | | Ответственный за сайт |
|  | Пополнение методической копилки по формированию ЗОЖ | В течение года | | Классные руководители, социальный педагог |
|  | Обновление банка видеоматериалов по формированию ЗОЖ | В течение года | | Классные руководители, социальный педагог |
|  | Организация спортивных секций, кружков и факультативов, направленных на профилактику ЗОЖ | Сентябрь | | ИОЗДВР |
|  | Составление графика работы Спортивных секций, кружков, курсов внеурочной деятельности | Сентябрь | |  |
|  | Составление социального паспорта классов, школы | Сентябрь | | Классные руководители, социальный педагог |
| Диагностика, коррекция и развитие учащихся | | | | |
|  | Анализ заболеваемости учащихся , учет учащихся по группам здоровья | Сентябрь | | Классные руководители |
|  | Мониторинг состояния здоровья обучающихся. Обновление банка данных о заболеваниях | В течение года | | Классные руководители |
| Организация здоровьесберегающего образовательного процесса | | | | |
|  | Проведение подвижных перемен в 1-4 классах | В течение года | | Классные руководители |
|  | Проведение на уроках физминуток, специальной гимнастики на осанку, гимнастики для снятия утомления глаз учащихся | В течение года | | Учителя-предметники |
|  | Организация работы по повышению доли учащихся, охваченных горячим питанием | В течение года | | Классные руководители |
|  | Учет посещаемости учащихся | Ежедневно | | Классные руководители |
|  | Поддержание в школе  надлежащих санитарно –  гигиенических условий. | В течение года | | Администрация, заведующие учебными кабинетами |
|  | Организация рейдов по проверке внешнего вида учащихся; | В течение года | | Администрация, орган школьного самоуправления |
|  | Осуществление контроля за организацией горячего питания школьников | По отдельному плану | | Группа общественного контроля контроль за организацией горячего питания школьников |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
| Инструктивно-методическая деятельность | | | | |
|  | Проведение инструктажей по правилам ТБ, ПБ, ПДД, антитерро ристической безопасности | В течение года | | Классные руководители, учитель ОБЖ |
|  | Подготовка материалов для проведения тематических классных часов, бесед и т. п. по привитию навыков ЗОЖ | По планам классных руководителей | | Классные руководители |
|  | Круглый стол для педагогов по обмену опытом «Эффективные формы и методы | Ноябрь | | ИОЗДВР |
|  | Подбор и распространение информационных материалов для педагогов «Детский и подростковый суицид» | Январь | | ИОЗДВР |
|  | Анкетирование обучающихся и родителей « Удовлетворенность качеством организации горячего питания» | Ноябрь, февраль | | Классные руководители, Социальный педагог |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
| Оздоровительно-профилактическая работа и учебно-воспитательная деятельность | | | | |
|  | Проведение классных часов «Мой распорядок дня» | Сентябрь | | Классные руководители |
|  | Организация работы по пропаганде ЗОЖ (лекции, беседы, классные часы, вечера и т.п.) | В течение года | | Классные руководители, ИОЗДВР |
|  | Обучение школьников эффективным поведенческим стратегиям: умению решать жизненные проблемы, эффективно общаться, владеть своими эмоциями и т.д. | В течение года | | Классные руководители, социальный педагог |
|  | Оказание социальной помощи подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации | По необходимости | | Классные руководители, ИОЗДВР |
|  | Проведение мероприятий в рамках Месячника по безопасности:   * ПДД * ПБ * ГО и ЧС * Безопасность в Интернете * Профилактика употребления ПАВ * Пропаганда ЗОЖ |  | |  |
| 23 | Проведение интерактивного информационного мероприятия «Искусство жить» для учащихся 8-11 классов | Ноябрь | | Классные руководители, ИОЗДВР, социальный педагог |
|  | Выставка рисунков «Мы любим спорт» для учащихся 1-6 классов | Январь | | Классные руководители, ИОЗДВР, учителя ИЗО |
|  | Единый классный час « Вейп –это…» | Декабрь | | Классные руководители, |
|  | Актуализация информации на стенде «Наркопост» по теме «Что такое вейп?» | Декабрь | | ИОЗДВР, «Наркопост» |
|  | Конкурс плакатов «Мое здоровье в моих руках» | Январь | | Классные руководители, ИОЗДВР, учителя ИЗО |
|  | Фоточеллендж в ВК « На зарядку всей семьей» | Февраль | | Классные руководители, ИОЗДВР |
|  | Круглый стол «Курение – вредная привычка?» 8-11 классы | Март | | Классные руководители, ИОЗДВР |
|  | Видео лекторий «Береги себя!» 1-11 классы | Апрель | | Классные руководители |
|  | Воспитательное мероприятие «Формула Здоровья» по пропаганде ЗОЖ. 1-11 классы | Май | | Классные руководители, ИОЗДВР, социальный педагог |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
| Физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия | | | | |
|  | Презентация школьных спортивных секций | Сентябрь | | Учителя физкультуры |
|  | Работа спортивных секций | По расписанию | | Учителя физкультуры |
|  | Спортивная Эстафета «ЗОЖ! Альтернативы нет! | Ноябрь | | Учителя физкультуры |
|  | Спортивно-развлекательная программа «Зимние забавы». 1-11 классы | Декабрь | | ИОЗДВР, учителя физкультуры |
|  | Участие в празднике «Лыжня здоровья» | Январь | | Учителя физкультуры |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
| Работа с родителями | | | | |
|  | Работа с родителями по данному направлению | По планам классных руководителей | | Классные руководители |
|  | Организация индивидуальных консультаций для родителей | По необходимости | | Социальный педагог |
|  | Включение в повестку родительских собраний выступлений по вопросам:   * Профилактика детского травматизма * Профилактика инфекционных заболеваний * Гигиеническое воспитание | По планам классных руководителей | | Классные руководители |
|  | Участие родителей в спортивно-массовых мероприятиях | В течение года | | ИОЗДВР, учителя физкультуры, классные руководители |
|  | Круглый стол «Каждодневный труд родителей для общего здоровья» | Март | | ИОЗДВР, классные руководители |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |

**13**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 3. | День здоровья (1-11 классы) | | 7 апреля | уч. Физкультуры ЗД по ВР |
| 4. | Акция «Внимание, дети!» (1-11 классы) | | сентябрь  май | ЗД по ВР |
| 5. | Соревнования по теннису, шахматам (5-9 классы) | | В течение года | уч. физкультуры |
| 6. | Соревнования по волейболу (8-11 классы) | | март | уч. физкультуры |
| 7. | Тренировка и учение по действиям учащихся при возникновении различных ситуаций: пожар (1-11 классы) | | 2 раза в год | администрация |
| 8 | Соревнования по баскетболу (8-11 классы) | | декабрь | уч. физкультуры |
| 9 | «Зарница» (5-118 классы) | | февраль | Учитель физ-ры,кл. рук. |
| 10 | Беседы «Школа - территория свободная от никотина» (5-11классы) | | январь | ЗДВР |
| 11 | Игровая программа к 23 февраля | | февраль | Педагог- организатор |
| 12 | Конкурс рисунков и плакатов на противопожарную тематику (1-11 классы) | | февраль | уч. ИЗО |
| 13 | Неделя Здоровья (1-11 классы) | | апрель | Кл руковод, учитель физ-ры |
| 14 | Физкультминутки и динамопаузы во время уроков | | Ежедневно | учителя-предметники |
| **Социальный блок** | | | | |
| 1. | Составление социального паспорта на класс. | Сентябрь. | | Кл руковод |
| 2. | Составление социального паспорта школы. | Сентябрь. | | Социальный педагог. |
| 3. | Выявление неблагополучных семей, «трудных» подростков, и детей «группы риска». | В течении года | | Классные руководители Социальный педагог |
| 4. | Утверждение совместных планов с инспектором по делам несовершеннолетних. | Октябрь | | Социальный педагог, Инспектор ПДН. |
| 5. | Выявление семей, уклоняющихся от воспитания детей, неблагополучных семей. Профилактическая работа с семьей. | В течении года. | | Классные руководители. Социальный педагог. |
| 6. | Контрольное обследование условий жизни и воспитания детей сирот и опекаемых. | Сентябрь, март | | Социальный педагог,  классные  руководители. |
| 7. | Осуществление контроля над посещением уроков учащимися, состоящими на ВШК, контроль за поведением данных учащихся на уроках. | В течение года | | Социальный педагог |
| 8. | Результативность работы классных руководителей по профилактике правонарушений и вредных привычек | Март | | Социальный педагог |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 9. | Составление Паспорта здоровья класса | В течение года | Классный руковод |
| **Работа с учащимися** | | | |
| 10. | Пропаганда юридических знаний, о правах, обязанностях и уголовной ответственности учащихся (1-11 классы) | В течение года. | Социальный педагог, инспектор ПДН |
| 11 | Декада правовых знаний (5-11 классы) | 2 четверть | Социальный педагог Учитель истории |
| 12. | Внутришкольный учет детей, злостно уклоняющихся от учебы и склонных к нарушениям общественного порядка. | Ежемесячно | Социальный педагог. |
| 13. | Контроль за занятостью учащихся «группы риска» во внеклассных мероприятиях, кружках и секциях. | Отчет в ноябре | Социальный педагог |
| 14. | Систематическая работа со списком и картотекой учащихся «группы риска» | В течение года | Социальный педагог |
| 15. | На базе школьной библиотеки организовать книжные выставки: «Дети и дорога»,  «Ответственность молодежи перед законом»,  «Три ступени, ведущие вниз» | В течение года | Заведующая библиотекой Социальный педагог. |
| 19. | Профилактические беседы о предупреждении травматизма в каникулярный период (1-11 класс) | 1 раз в четверть | Кл. руководители |
| 20. | Организация летнего отдыха для детей «группы риска» (1-11 класс) | Май | Социальный педагог Классные руководители |
| 21. | Контроль за занятостью учащихся «группы риска» в период каникул. | Май - август. | Социальный педагог |
| **Медицинский блок** | | | |
| 1. | Профилактический углублённый осмотр учащихся | По плану | Мед. работник |
| 2. | Проф. Прививки против гриппа | октябрь- ноябрь | Мед. работник |
| 3. | Проф. прививки против инфекционных заболеваний | ежемесячно | Мед. работник |
| 6. | Осмотр учащихся 1-11 классов на педикулёз и кожные заболевания | 1 раз в четверть | Мед. работник |
| 7. | Цикл бесед «Острые вирусные инфекции и ГРИПП» | Первое полугодие | Мед. работник |
| 8. | Контроль за организацией питания в школьной столовой | ежедневно | Директор ,  родительский комитет |
| 9. | Контроль за соблюдением нагрузки на учащихся на уроках физкультуры | раз в полугодие | ЗД УР |
| 10. | Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием классов и школьных помещений | ежедневно | Завхоз |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Аспект изучения** | **Инструментарий** | **Сроки** |
| 1 | Изучение ценностного отношения обучающихся к ЗОЖ | Опросник | 3 четверть |
| 2 | Состояние здоровья | Метод анализа статистической информации:   * распределение по физкультурным и медицинским группам * отклонения в состоянии здоровья учащихся | Декабрь |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | - общая заболеваемость учащихся программа «Межведомственная система автоматизированного мониторинга состояния здоровья учащихся» |  |
| 3 | Оценка своего образа жизни | Опросник | Март |
|  | Способы получения информации |  |  |
|  | Понимание ЗОЖ |  |  |
| 4 | Результативность участия в соревнованиях и спортивных состязаниях | Метод анализа статистической информации  Метод анализа продуктов деятельности (творческих работ, выступлений) | Раз в квартал |
| 5 | Охват учащихся горячим питанием | Метод анализа статистической информации | 1 раз в месяц |
| 6 | Количество учащихся, занятых двигательной активностью (секции, танцевальные кружки и т.п.) в системе дополнительного образования и внеурочной деятельностью | Метод анализа статистической  информации  Опрос | 2 раза в год |
| 7 | Количество пропусков уроков по болезни | Метод анализа статистической информации | 2 раза в год |

**Планируемые результаты реализации программы.**

1. Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья детей.
2. Снижение количества наиболее часто встречающихся в школьном возрасте заболеваний, оздоровление учащихся в сравнении с исходной позицией на 50%.
3. Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья:

* воздержание от курения табака - 100% обучающихся.
* воздержание от пивного алкоголизма - 100% учащихся.

1. Положительная динамика при переходе из третьей группы здоровья учащихся во вторую, из второй в третью.
2. Привлечение к массовым занятием спортом до 90% детей от всего контингента школы.
3. Создание благоприятного психологического климата, взаимоотношений товарищества партнерства в среде школьников, ровесников, семьи.
4. Профилактика заболеваний обучающихся на ранних стадиях в ходе систематически проводимой диагностики состояния здоровья.
5. Привитие учащимся потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями.
6. Повышение профессиональной компетенции педагогов и общекультурной подготовки родителей.
7. Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
8. Сокращение пропусков уроков учащимися по болезни.
9. Повышение качества образования.

**17**