

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 459 Пушкинского района  
Санкт-Петербурга

**ОБСУЖДЕНО И ПРИНЯТО**

Общим собранием  
Работников ГБОУ школы № 459  
Пушкинского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 30.08.2019 № 3

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом от 31.08.2019 № 71/15  
Директор ГБОУ школа № 459  
Пушкинского района Санкт-Петербурга

**РАЗРАБОТАНО И ПРИНЯТО**

Педагогическим Советом  
Работников ГБОУ школы № 459  
Пушкинского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 30.08.2019 № 9

**УЧТЕНО МНЕНИЕ**

Совета родителей (законных представителей)  
ГБОУ школа № 459  
Пушкинского р-на Санкт-Петербурга  
Протокол от 16.05.2019 № 4

**УЧТЕНО МНЕНИЕ**

Совета обучающихся  
ГБОУ школа № 459  
Пушкинского р-на Санкт-Петербурга  
Протокол от 16.05.2019 № 5

**ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО И**

**БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

**на 2019 - 2022 годы**

**Санкт-Петербург  
2019**

## **1. Введение.**

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, экологическую культуру, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Обозначая цели деятельности по формированию экологической культуры, здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, учитывали достижения педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но 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. Здоровье детей рассматривается в неразрывной связи с его экологической культурой. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и учителей, формирование экологической культуры. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел 18 «Календарный план реализации программы» обновляется каждый учебный год.

## **2. Цели программы:**

- создание в школе организационно - педагогических, материально - технических, санитарно – гигиенических, экологических 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 обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;

- 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;
- формирование представления об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды.

### **3. Задачи программы:**

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- 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;
- 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. Нормативно-правовая база:**

- Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90.
- Федеральный закон № 3266-1 от 10.06.92 “Об образовании” (в ред. ФЗ от 13.01.96 №12-ФЗ, от 16.11.1997 № 144-ФЗ, от 20.07.2000 № 102-ФЗ, от 07.08.2000 № 122-ФЗ)
- Федеральный закон от 24.07.98 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями от 20 июля 2000 г.).
- Федеральный закон №38 –ФЗ от 30.03.1995. «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ – инфекции)».
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, основного общего образования.
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;
- СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»
- СанПин 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в ОУ, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

### **5. Функции различных категорий работников школы**

#### **5.1. Функции медицинской службы: (по соглашению)**

- проведение диспансеризации учащихся школы;
- медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы.

### *5.2. Функции администрации:*

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль организации горячего питания учащихся в школе;
- 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;

### *5.3. Функции классных руководителей:*

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических работ с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры, экологической культуры.

## **6. Участники программы:**

- учащиеся
- педагогическое сообщество
- родители.

## **7. Сроки и этапы реализации программы:**

### *1 этап – подготовительный (2019– 2020 гг.):*

- 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 – апробационный (2020 – 2021гг.):*

- 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 (2021– 2022гг.):

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

## 8. Модель личности ученика.

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей и подростков.

Для этого создана прогнозируемая модель личности ученика:

Модель выпускника первой ступени обучения	Модель выпускника второй ступени обучения
<ul style="list-style-type: none"><li>- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;</li><li>- владение основами личной гигиены и здорового образа жизни;</li><li>- владение элементами экологической культуры</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;</li><li>- владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.</li><li>- знание основ строения и функционирования организма человека;</li><li>- знание изменений в организме человека в пубертатный период;</li><li>- умение оценивать свое физическое и психическое состояние;</li><li>- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;</li><li>- поддержание физической формы;</li><li>- телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;</li><li>- гигиена умственного труда.</li><li>- осознание необходимости соблюдения экологической культуры</li></ul>

## 9. 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 ответственности не только за себя, но и за окружающий мир

- повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении, как здоровья школьников, так и своего здоровья, общей экологической культуры.

**10. Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, окружающему миру, что включает в себя:**

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями); культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их).
- культуру экологическую (потребность поддержания порядка там, где ты живешь, учишься)

*Базовыми компонентами на всех ступенях являются:*

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

**11. Методы контроля над реализацией программы:**

- проведение заседаний педагогического совета школы, заданий школьных ШМО;
- посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОЖ;
- 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 и формированию экологической культуры;
- контроль КТД по созданию благоприятного экологически чистого микроклимата в школе, благоустройству территории микрорайона школы.

**12. Основные направления деятельности программы:**

*12.1. 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;
- планомерную организацию питания учащихся;
- реабилитационную работу;
- обязательное медицинское обследование;

#### *12.2. Просветительское направление предполагает:*

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганду здорового образа жизни и экологической культуры (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).

#### *12.3. 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;

#### *12.4. Эколого-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, экологической культуры;
- широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной и экологической работы.

#### *12.5. 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.

### **13. Здоровьесберегающие образовательные технологии:**

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;

- здоровьесберегающие экологические технологии, направленные на создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой (обустройство пришкольной территории, зеленые растения в классах, рекреациях, участие в природоохранных мероприятиях);
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье и экологической культуре как ценности.

#### **14. 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. Благоустройство территории микроучастка школы

#### **15. Применение разнообразных форм работы:**

##### *15.1. Учет состояния детей:*

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

##### *15.2. 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;
- физкультминутка для учащихся;



- организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.

### 15.3. Урочная и внеурочная работа:

- открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ;
  - открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной и экологической направленностей;
- спортивные кружки: баскетбол, волейбол, футбол, пионербол, настольный теннис.

## 16. План деятельности по реализации программы

№	мероприятия	Ответственные исполнители	сроки	Планируемый результат и выполнение
<b>1</b>	<b>Медицинское направление.</b>			
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; - выявление учащихся специальной медицинской группы; - ведение строгого учета детей по группам здоровья.	Медработник	ежегодно	медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2.	Проведение диспансеризации учащимся школы.	Медработник	ежегодно	
1.3.	Проведение медицинского осмотра учащихся 9 класса	Медработник	ежегодно	план медосмотров
1.4.	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.	Медработник	ежегодно	план медосмотров
1.5.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	Медработник	ежегодно	план прививок
1.6.	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах	Медработник	ежегодно	классные журналы
1.7.	Анализ случаев травматизма в школе.	Медработник зам. дир. по ВР	ежегодно	материалы отчетов

1.8.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	кл.руководители	ежегодно	материалы отчетов
1.9.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	повар	ежедневно	
1.10.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: проветривание; освещение; отопление вентиляция; уборка	учителя	ежедневно	
1.11.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиН)	Зам. дир. по УВР	ежегодно	
1.12.	Постоянный контроль за школьной столовой.	Медработник Зам. дир. по ВР члены родительского комитета	ежедневно	

2.

**Просветительское направление**

2.1.	Организация просветительской работы с родителями по ЗОЖ (лекторий).	Кл.руководители	ежегодно	график проведения и тематика лектория
2.2.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.3.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.4.	Подготовка и проведение тематического педагогического совета	директор	1 раз в год	протокол педсовета
2.5.	Организация просветительской работы	учителя, классные руководители,	ежегодно	план работы

	с учащимися			
2.6.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	директор	ежегодно	план работы
2.7.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры.	учителя - предметники	в течение года	планы уроков

### 3.

#### Педагогическое направление.

3.1.	Круглый стол по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения»	Директор, руководители МО		материалы круглого стола
3.2.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	учителя- предметники	ежегодно	планы уроков
3.3.	Выявление группы риска по социальной дезадаптации, устранения негативного влияния.	Классный руководитель, психолог	ежегодно	план работы

### 4

#### спортивно-оздоровительное направление.

4.1.	Организация спортивных мероприятий и КТД по благоустройству территории школы.	учителя физической культуры, Классные руководители	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы дополнительного образования, внеурочной деятельности, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся, экологической культуры	ЗДВР, педагоги ДО	ежегодно	план работы кружков
4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к	директор	ежегодно	план работы

	физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной и экологической работ			
4.4.	Организация урока физической культуры с учётом мониторинга уровня физического здоровья и индивидуальных особенностей учащихся	учитель физической культуры	ежегодно	планы уроков
<b>5</b>				
<b>Диагностическое направление</b>				
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	Кл. руководители Медработник	ежегодно	результаты мониторинга

### 17. Деятельность педагогического коллектива ГБОУ № 459 по внедрению в жизнь Программы

органы управления	мероприятия программы	Сроки выполнения		
		2019 – 2020гг.	2020- 2021гг.	2021– 2022гг.
Администрация	1. Создание временной творческой группы по разработке Программы	Май 2017		
	2. Анализ результатов медицинского осмотра участников образовательного процесса.	После прохождения осмотра		
	3. Анализ влияния состояния здоровья учащихся на уровень обученности.	Май	Май	май
	4. Анализ дозировки учебной нагрузки: учебные планы; график контрольных работ.	Сентябрь	сентябрь	сентябрь
	5. Анализ эффективности уроков физкультуры.	январь	март	апрель
	6. Итоговый анализ состояния здоровья учащихся.	май	май	май

Педагогический Совет	1.Обсуждение и принятие Программы здоровьесбережения.	август		
	2.Использование здоровьесберегающих технологий.		январь	апрель
ШМО	1.Обсуждение Программы здоровьесбережения.	сентябрь		
	2.Составление плана работы с учетом внедрения здоровьесберегающих технологий.	август	август	август
	3.Разработка критериев уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования.	октябрь		
	4.Мониторинг влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний по предметам.	апрель	апрель	апрель
	5.Разработка анкет и проведение анкетирования по определению самочувствия учащихся в школе	декабрь	декабрь	декабрь
	6.Подготовка памяток для учащихся по формированию здорового образа жизни и экологической культуры.		март	
Общешкольный родительский комитет	1.Ознакомление родителей с деятельностью школы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни, формированию экологической культуры.	май	май	май

	2.Круглый стол «Здоровье наших детей».		декабрь	
	3.День семьи «Папа, мама и я – спортивная семья».	февраль	февраль	февраль
	4.Анализ результатов работы школы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни, формированию экологической культуры.	май	май	май

### 18.Календарный план реализации программы здоровьесбережения на 2019-2020 учебный год

№	мероприятие	ответственные
	<b>сентябрь</b>	
1	Назначение ответственного за организацию питания в школе	директор школы
2	Совещание при директоре: вопрос организации и школьного питания	Зам. дир. по ВР
3	Организация работы бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ответственный за питание
4	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	ответственный за питание
5	Проведение уроков–здоровья: 2,4 классы: «Если хочешь быть здоров» 5-6 класс: «Здоровье - это здорово»	классные руководители
6	Проведение классных часов: 2, 4 классы: «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище) 5-6 класс: «Разрешение конфликтов без насилия» 8 класс: «В здоровом теле – здоровый дух!» 9 класс: «Законы жизни».	классные руководители
7	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Зам. дир. по ВР
8	Анкетирование родителей «Питание наших детей»	классные руководители
9	Оформление странички сайта «О вкусном и здоровом питании»	ответственный за сайт
10	Вопросы на родительские собрания: Организация горячего питания	классные руководители
11	Анкетирование: употребление алкоголя, сигарет, наркотиков ( 8 класс)	классный руководитель
12	Поход в лес (1-9 классы)	классный

		руководитель, родители
<b>13</b>	День здоровья (1- 11 классы)	учитель физкультуры, классный руководитель, родители
<b>14</b>	Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время.	ЗДВР
<b>15</b>	Организация дежурства по школе и по классам.	ЗДВР
<b>16</b>	Организация работы кружков, внеурочной деятельности.	директор
<b>17</b>	Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.	классный руководитель, учителя- предметники
<b>18</b>	Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма.	Вожатая
<b>19</b>	Эстафета «Золотая осень»	
<b>20</b>	Кросс нации	
<b>октябрь</b>		
<b>1</b>	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	директор
<b>2</b>	Проведение уроков–здоровья 2,4 классы: «Самые полезные продукты» 5-6 класс: «Продукты разные нужны, блюда разные важны»	классные руководители
<b>3</b>	Проведение классных часов по здоровому питанию	классные руководители
<b>4</b>	Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.	классный руководитель
<b>5</b>	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	библиотекарь
<b>6</b>	Участие в районной выставке овощей «Юннат-2014»	Зав. пришкольным участком
<b>ноябрь</b>		
<b>1</b>	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	директор
<b>2</b>	Проведение уроков–здоровья 2,4 классы: «Как правильно есть», «Где и как готовят пищу» 5-6 класс: «Режим питания»	классные руководители
<b>3</b>	Проведение классных часов 2,4 классы: «Это удивительное молоко» (занятие – исследование) 5,6 класс: «Правильное питание – залог здоровья». 7 класс: «Хорошие и плохие привычки»	классные руководители

	8-9 класс: «Если хочешь быть здоров»	
4	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	директор
5	«Веселые старты» (спортивно – развлекательный час – 2,4 класс)	классный руководитель
6	Анкетирование информированности по вопросам ВИЧ – СПИДа	классный руководитель
7	Конкурс рисунков «Здоровый образ жизни» ( 5 класс)	классный руководитель
8	Интернет - уроки	классный руководитель, учитель информатики
<b>декабрь</b>		
1	Работа бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	ЗДВР
2	Проведение уроков–здоровья 2,4 класс: «Как сделать кашу вкусной» 5-6 класс: «Энергия пищи»	классные руководители
4	Конкурс: презентация «Зачем нужна горячая еда?»(8-9 классы)	классные руководители
5	Анкетирование учащихся по вопросам питания	классные руководители
6	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	библиотекарь
7	«Здравствуй, зимушка-зима! Развлекательные соревнования	Учителя физ-ры классный руководитель
8	День здоровья (1-9 классы)	учитель физкультуры, классный руководитель, родители
9	Викторина «Наркотики – яд!» ( 7-9 классы)	классный руководитель
10	День семьи «Папа, мама, я – спортивная семья» (начальные классы)	классный руководитель
11	Выпуск тематического плаката о вреде употребления ПАВ.	Совет старшеклассников
<b>январь</b>		
1	Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище», «Правильное питание»	классные руководители
2	Фольклорный праздник «День каши»	Руководитель шк. музея
3	Проведение классных часов «Правильное питание – залог здоровья»	классные руководители
4	Родительское собрание: «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»	классные руководители



5	« Зарничка»	классный руководитель
6	Танцевальный марафон	классные руководители, учитель физкультуры
7	Диаграмма «Мои жизненные ценности» ( 5,6 классы)	классный руководитель
<b>февраль</b>		
1	Проведение уроков–здоровья 2,4 класс: «На вкус и цвет товарищей нет», «Дары моря» 5-6 класс: «Ты – покупатель»	классные руководители
2	Проведение классных часов «Токсикомания».	классные руководители
3	«Масленица»	классные руководители
4	« Богатырские потешки». Спортивный праздник (5-9 классы)	классные руководители, учитель физкультуры
5	«Зимние затеи» (спортивный праздник -2,4 классы)	классный руководитель
6	Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!» ( 7-9 классы)	классные руководители
7	День семьи «Папа, мама, я – спортивная семья» (1-9 классы)	классные руководители
8	Конкурс фотографий «Здоровый образ жизни» ( 5-9 классы)	классные руководители
9	Праздник «День защитника Отечества»	Ответственный за мероприятие
<b>март</b>		
1	Проведение уроков–здоровья 2,4 классы: «Где найти витамины весной», 5-6 класс: «Как питались на Руси и в России»	классные руководители
3	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	директор
5	День здоровья (1-9 классы)	учитель физкультуры, классный руководитель, родители
<b>апрель</b>		
1	Проведение уроков–здоровья 2,4 класс: «Как утолить жажду 5-6 класс: «Кухни разных народов»	классные руководители

2	Проведение классных часов 5,6 класс: «И снова о вреде курения»	классные руководители
3	Работа над проектами по формированию здорового образа жизни	классные руководители
6	«Весенние забавы»	Учителя физ-ры
7	Игра «Степень риска» ( 8,9 классы)	классный руководитель
<b>май</b>		
1	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Кл.руководители
2	Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания	классные руководители
3	Растем здоровыми (музыкально – спортивный час – 2.4 классы)	классный руководитель, учитель музыки
4	«ПДД. Дорожные «ловушки» (игра -5-7 классы)	классные руководители
5	День здоровья (1-9 классы)	учитель физкультуры, классный руководитель, родители
6	Многоборье ГТО	Учителя физической культуры
<b>июнь</b>		
1	Целевая проверка организации питания учащихся на основе наблюдений	директор
2	Работа по плану ДОЛ	воспитатели, начальник ДОЛ
3	Праздник «Международный день защиты детей»	Начальник лагеря

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1.**

**Перечень основных мероприятий по реализации  
Программы на 2020-2021 учебный год  
(2,4 классы)**

<b>№</b>	<b>Мероприятие, форма</b>	<b>Цель</b>	<b>Срок</b>	<b>Ответственный</b>
<b>Классные часы по программе здоровьесбережения</b>				
1.	Осенний калейдоскоп (беседа о здоровой и полезной пище)	Формировать 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
----	--	---	------------	-----------------------

**Родительские собрания по Программе в начальной школе  
(рекомендуемые темы)**

	Название	Форма, содержание
№1	Режим труда и учёбы	Круглый стол, посвященный трудностям адаптационного периода
№ 2	Здоровье ребёнка в руках взрослых	Ослабленные дети, нервные дети, заикание у детей, леворукий ребенок, дети с временной задержкой психического развития
№ 3	Секреты здоровья ребенка	Анкетирование детей и родителей, беседа врача
№ 4	Не запрет, а предупреждение вредных привычек	Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании

**«Здоровье – это здорово!» (5,6 классы)**

№	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
п/п					
1	Классный руководитель и учителя-предметники	Природоведение: «Закаливание организма» «Питание и здоровье человека». «Роль режима труда и отдыха в сохранении здоровья человека» . Литература: Урок «Устное народное творчество. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки».			
2	Кл. руководитель и мед. работники	Проведение профилактических прививок. Мониторинг санитарно-гигиенических условий Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.			
3	Классный руководитель и родители	Психологическая беседа «Особенности и адаптационно	«Организация рационального питания подростков»		Родительское собрание «Семейное воспитание и здоровье

		го периода» Поход в лес.			наших детей»
4	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.
5	Классный руководитель	Кл. час. «Здоровое питание» Беседа «Разрешение конфликтов без насилия»	Кл. час «Хорошие и плохие привычки» Дискуссия «Согласны ли вы с тем, что в жизни надо пробовать все?»	Беседа «Чистота – залог здоровья» Беседа «Уголовная ответственность несовершеннолетних»	Беседа «И снова о вреде курения»
6	Классный руководитель и учителя-предметники	Биология: Урок «Особенности высшей нервной деятельности». Литература. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки»			
7	Классный руководитель и родители	«Организация рационального питания подростков» Поход в лес.	Родительское собрание «Компьютер в жизни школьника»		Лекторий «Здоровая семья – здоровый образ жизни»
8	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

**«Здоровье – это победа над собой!» (7 класс)**

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Диаграмма «Мои жизненные ценности» Беседа «Алкоголь и его влияние на организм подростка»	Кл. час «Если хочешь быть здоров» Беседа «Шалость. Злонамеренный проступок. Вандализм»	Практикум «Как бороться с конфликтами» Беседа «Токсикомания».	

2	Классный руководитель, учителя-предметники	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 – aneroid (влияние атмосферного давления на жизнедеятельность человека) Физика. Урок. Плавание тел (правила поведения на воде) Биология. Урок «Профилактика нервных и психических заболеваний. Наркотики. Алкоголизм»			
3	Классный руководитель, медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.			
		Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.			
		Мониторинг санитарно-гигиенических условий			
		Мониторинг показателей здоровья обучающихся	Беседа «Правильное питание – залог здоровья»		Мониторинг показателей здоровья обучающихся
4	Классный руководитель, родители	Дискуссия «Пока не поздно! Права и обязанности родителей, права и обязанности ребенка» Поход в лес.	Собрание «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»	Беседа «Навыки сохранения зрения»	«Воспитание культуры питания у подростков»
5	Классный руководитель, учитель физической культуры	День здоровья	День здоровья	День здоровья	День здоровья

**«Здоровье – это умение общаться!» (8,9 класс)**

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Анкета: употребление алкоголя, сигарет, наркотиков.	Вопросы для викторины по СПИДу «Наркотики – яд!»	Беседа «Мои проблемы» Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!»	
3	Классный	Физика: экологические проблемы, возникающие при использовании			

	руководитель, учителя-предметники	<p>тепловых двигателей; тормозной путь автомобиля – опасность на дороге; опасные для жизни человека значения силы тока и напряжения; правила обращения с электрическими приборами, опасности короткого замыкания, перегрузки электрических сетей; защита от электромагнитного излучения; радиационная опасность и способы защиты от радиации.</p> <p>Биология. Урок «Факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье».</p> <p>Обществознание. Урок «Семья и наркотики».</p> <p>Химия. Урок «Оксид углерода (II) и оксид углерода (IV)» (образование угарного газа при курении и действии его на организм).</p>			
4	Классный руководитель, медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.			
		Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.			
		Мониторинг санитарно-гигиенических условий			
		Беседа «Последствия ранних половых связей девушек» Мониторинг показателей здоровья обучающихся		Беседа «Правильное питание – залог здоровья»	Мониторинг показателей здоровья обучающихся
5	Классный руководитель, родители	Беседа «В здоровом теле – здоровый дух!» Поход в лес.	Собрание «Не дай нам Бог судьбу ребенка увидеть на конце иглы»		

6	Классный руководитель				
		Беседа «Законы жизни». Беседа «Свобода выбора – это уход от зависимости»	Анкета информированности по вопросам ВИЧ – СПИДа	Беседа для девочек «Влияние стиля жизни на репродуктивное здоровье женщины» Беседа «Как не стать жертвой преступления»	Игра «Степень риска»
7	Классный руководитель	День здоровья.	День здоровья	День здоровья	

Приложение 2.

Модель формирования здоровьесберегающей среды в учреждении с учетом индивидуального подхода к обучающимся

СУБЪЕКТЫ			
Обучающийся	Члены семьи обучающегося	Педагоги	Привлеченные специалисты и организации
ЦЕННОСТИ			
Осознание причин своих личностных, и других переживаний, особенностей формирования межличностных отношений	Осмысление мотивов, потребностей, устремлений, установок, отношений, особенностей поведения и эмоционального реагирования ребенка	Открытие системы ценностей подростка внутреннего происхождения	Достижение соответствия между декларируемыми и реально-действующими ценностями
ЦЕЛЬ			
Сохранение и укрепление здоровья обучающихся			
ЗАДАЧИ			
Осознание ценности здоровья и активно-познавательное стремление к его совершенствованию, индивидуальная информированность и способность принимать ответственные эффективные решения, определяющие структуру и качество жизни	Удовлетворение потребностей обучающегося в здоровом образе жизни, формирование потребности в соблюдении элементарных гигиенических норм и правил, выведение подростка в режим саморазвития, самовоспитания	Сохранение и развитие здоровья обучающегося при его оптимальной трудоспособности и социальной активности, формирование системы умений и здоровьесформирующих технологий и стратегий	Формирование доминантной установки на восприятие позитивных сторон реальности и защиту от негативных влияний среды.
ФУНКЦИИ			
Самореализации	Психофизиологическая	Эстетически-познавательная	Психотерапевтическая
АСПЕКТЫ			
Личностный	Командный	Образовательный	Деятельностный



ФОРМЫ		
Консультации, беседы, инструктажи, тренинги, семинары-практикумы, дни открытых дверей, конференции		
РЕЗУЛЬТАТЫ (с позиций трех уровней отношения обучающегося к своему здоровью)		
Когнитивный	Эмоциональный	Поведенческий
Позитивное отношение обучающегося к себе, самоуважение	Формирование дифференцированных обобщенных знаний о себе в процессе деятельности и общения с окружающими	Включенность в культурно-оздоровительную деятельность