

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Курагинская средняя общеобразовательная школа № 1  
имени Героя Советского Союза А.А. Петряева

**Рассмотрено**  
на педагогическом совете МБОУ  
Курагинской СОШ №1  
Протокол № 01 от 31.08.2023г.

**Согласовано:**  
Управляющий совет  
МБОУ Курагинской СОШ №1  
Протокол № 104 от 30.08.2023



Утверждено  
Директор МБОУ Курагинской СОШ №1  
Курагинская СОШ №1  
Приказ № 103  
августа 2023 г.

**Программа  
здоровьесбережения учащихся  
«Здоровье – залог успеха»**

Курагино, 2023

## Пояснительная записка

Программа здоровьесбережения обучающихся «Здоровье - залог успеха» (далее Программа) направлена на:

- формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;
- формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приёмы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей;
- формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

Программа спроектирована на основе системно-деятельностного и культурно-исторического подходов с учетом природно-территориальных и социокультурных особенностей Курагинского района.

Для целостной и целенаправленной системы формирования здоровья и здорового образа жизни школьников выстраивается согласованная работа педагогов, медиков, психологов, социальных педагогов.

### Актуальность программы

Можно ли обучать детей так, чтобы сохранилось или даже укрепилось состояние их здоровья? Теоретически – да, практически – не получается. Врачи-педиатры, наблюдавшие состояние здоровья школьников, а так же данные государственной медицинской статистики свидетельствуют о негативных изменениях в организме учащихся в процессе их обучения в школах разного типа. Ещё в начале XX века основоположник отечественной школьной гигиены Ф.Ф. Эрисман внёс понятие «школьные болезни», возникновение которых обусловлено обучением детей. К этим болезням им была отнесена близорукость (нарушение зрения), а так же сколиоз (боковое нарушение позвоночника) и анемия (низкий уровень гемоглобина в крови). В современных условиях «школьные болезни» сохраняются, хотя их структура изменилась.

У наших школьников чаще выявляются нервно-психические расстройства как предпатологические и патологические состояния. К другим заболеваниям часто возникающим у школьников, относятся нарушение зрения (миопия, рефракционная или осевая), болезни костно-мышечной системы (сколиоз, кифоз, лордоз), плоскостопие.

Заболеваемость детей школьного возраста держится на среднем уровне. Это свидетельствует о низкой сопротивляемости организма к патогенным микроорганизмам и вирусам, а также к неблагоприятным воздействиям окружающей среды. У современных школьников стали чаще выявлять такие нарушения физического развития, как дефицит массы тела и низкий рост.

Биологическая реакция организма школьника зависит как от его адаптационных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды.

Все вышесказанное и определило необходимость формирования здоровьесберегающего пространства в нашей школе.

Сохранение и укрепление здоровья учащихся возможно при следующих условиях:

- создание необходимой материально-пространственной среды: помещений для занятий по оздоровлению учащихся, в том числе тренажерных и спортивных залов, игровых комнат, физкультурно-оздоровительной площадки, медицинского кабинета и т.п.;
- обеспечение образовательного процесса на основе оптимальных педагогических технологий, учебных программ и методик, прошедших психолого-педагогическую и медицинскую экспертизы и соответствующих основному принципу педагогики здоровья – «не навреди»;
- проведение мониторинга, направленного на изучение состояния здоровья субъектов педагогического процесса и адаптации учащихся, оценка качества воспитательно-оздоровительной работы в ОУ;
- создание педагогического банка данных по формированию здорового образа жизни учащихся, связи с другими образовательными учреждениями, специализирующимися в области здоровья учащихся и педагогов;

- обеспечение ОУ специалистами, занимающихся проблемами здоровья учащихся, особенно медицинскими работниками;
- подготовленность школьных работников, родителей по вопросам сохранения, укрепления здоровья, формирования потребности у учащихся здорового образа и стиля жизни, информационная обеспеченность данного направления в системе «ученик – учитель – родитель».

Программа отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в МБОУ КСОШ №1. Она определяет основные направления, задачи:

#### **Цель программы:**

Формирование основ сохранения и укрепления физического и психологического здоровья, обеспечения состояния полного физического, душевного и социального благополучия ребенка.

#### **Задачи программы:**

-сформировать основы экологической грамотности, экологического мышления, опирающегося на экосистемную познавательную модель, как средство формирования экологической грамотности,

- приобщить к экологической культуре человечества, экологического самообразования в течение жизни;

-сформировать экологическое сознание, проявляющееся в экологической направленности личности в интересах здоровья человека, безопасности жизни, устойчивого развития общества и природы;

-сформировать опыт индивидуального и совместного проектирования и реализации экологически целесообразного, здорового образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды.

- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни: научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе их использования самостоятельно поддерживать свое здоровье; сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах; сформировать представление о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности, научить ребенка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня; обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации); сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

- сформировать потребность ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

#### **Основные принципы программы**

- Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.

- Принцип активности и сознательности – привлечение всех участников педагогического процесса, социума к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по оздоровлению своего организма, по формированию здоровых привычек, планированию оптимальной учебной нагрузки, своевременной диспансеризации детей.

- Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

- Принцип адресованности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.

- Принцип результативности и гарантированности – реализация конституционных прав детей на получение образования и медицинского обслуживания, выполнение государственных гарантий, направленных на укрепление здоровья подрастающего поколения.

#### **Результаты реализации Программы:**

Учащиеся должны научиться:

-описывать простейшие экологические причинно-следственные; связи в окружающем мире, анализировать их, объяснять;

-называть экологические проблемы в жизни природы и человека; опасности для окружающей среды и здоровья человека; способы их предотвращения; правила экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни: правила научной организации учебного труда;

-объяснять смысл закона экологии «Все связано со всем»; связи здоровья природы со здоровьем человека, его умением учиться и экологической грамотностью; как следует заботиться о здоровье человека и здоровье природы; правила сохранения зрения, слуха, обоняния; роль здорового питания и двигательной активности для хорошего самочувствия и успешности учебного труда; опасность для здоровья и учебы снижения двигательной активности, курения, алкоголя, наркотиков, инфекционных заболеваний;

-приводить примеры

\*связей здоровья человека и здоровья природы, здоровья природы и поведения человека; разнообразия окружающего мира - природного, мира людей, рукотворного мира; цепочек экологических связей; экологически предосторожного поведения в окружающей среде;

\*основ здоровьесберегающей учебной культуры;

\*здоровьесозидающего режима дня, двигательной активности, здорового питания;

\*противостояния вредным привычкам;

\*необходимости экономии в быту, предвидения последствий своего поведения для природы и человека; следования законам природы;

-формулировать своими словами, что такое «экологическая культура», «биологическое разнообразие»; «экология», «здоровый образ жизни», «безопасность»;

-разыгрывать экологически проблемные ситуации с обращением за помощью к врачу, специалистам, взрослому;

-планировать и организовывать экологически направленную деятельность в окружающей среде по образцу (инструкции); планировать безопасное поведение в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях, типичных для места проживания;

-рефлектировать результаты своих действий для здоровья человека, состояния окружающей среды (как получилось сделать, что и как следует исправить);

-оценивать результаты по заранее определенному критерию: делать выводы о том, в чем причины экологических проблем: какие качества в себе надо воспитывать, чтобы сохранить здоровье свое, окружающих людей, природы, как поступать стыдно;

-рассуждать о взаимосвязях здоровья человека и здоровья природы, если... то...; о правилах экологически безопасного поведения в окружающей среде, индивидуальных особенностях здоровьесберегающего поведения в ситуациях учебы, общения, повседневной жизни;

-высказывать свое отношение к проблемам в области экологии, здоровья и безопасности;

-организовывать здоровьесберегающие условия учебы и общения, выбирать адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей;

-самостоятельно выполнять домашние задания с использованием индивидуально эффективных, здоровьесберегающих приемов.

Результаты освоения Программы должны обеспечить преемственность начального, основного, среднего общего образования.

### **Ценностные ориентиры и планируемые результаты здорового и безопасного образа жизни**

<b>Ценностные ориентиры</b>	<b>Планируемые результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни</b>
Экологическое сознание в интересах здоровья	Эффективная совместная работа всех субъектов образовательного пространства по организации КТД в рамках формирования экологической культуры.
Здоровье физическое, стремление к здоровому образу жизни, здоровье нравственное, психологическое, нервно–психическое и социально-психологическое	1) У учащихся сформировано ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей. 2) Учащиеся имеют элементарные представления о физическом, нравственном, психическом и социальном здоровье человека. 3) Учащиеся имеют первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности. 4) Учащиеся имеют первоначальные представления о роли физической культуры и спорта

	<p>для здоровья человека, его образования, труда и творчества.</p> <p>5) Учащиеся знают о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека</p>
Ценность здоровья и здорового образа жизни	Соответствие состояния и содержания зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся
Отношение к здоровью детей как главной ценности. Ценность рациональной организации учебной деятельности	Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения
Положительное отношение к двигательной активности и совершенствование физического состояния	<p>1) Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях).</p> <p>2) Рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно–двигательного характера на ступени начального общего образования</p> <p>3) Полноценная и эффективная работа с обучающимися в летних оздоровительных лагерях во время каникул</p>
Ценность здоровья и здорового образа жизни	Эффективное внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включенных в учебный процесс
Отношение к здоровью детей как главной ценности семейного воспитания	Эффективная совместная работа педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.

### **Направления деятельности по здоровьесбережению обучающихся**

Системная работа по здоровьесбережению обучающихся представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков — по созданию здоровьесберегающей инфраструктуры, рациональной организации учебной и внеучебной деятельности обучающихся, эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, реализации образовательной программы и просветительской работы с родителями (законными представителями) и должна способствовать формированию у обучающихся ценности здоровья, сохранению и укреплению у них здоровья.

Здоровьесберегающая инфраструктура МБОУ Курагинской СОШ № 1 включает:

- соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
- наличие столовой, оснащенной необходимым оборудованием для организации горячего питания обучающихся на 160 посадочных мест, а также для хранения и приготовления пищи;
- организацию качественного горячего питания учащихся школы, в том числе горячих завтраков;

- оснащенность кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем; наличие помещений для медицинского персонала (медицинский кабинет);

- наличие необходимого квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (логопед, учителя физической культуры, психолог, медицинский работник).

Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся, направленная на повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха включает:

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

- 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;

- индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования.

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, 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 всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);

- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно – двигательного характера на ступени начального общего образования;

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

- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;

- организацию эффективного взаимодействия школы и учреждения дополнительного образования (уроки физкультуры, дни здоровья, спортивные соревнования, секции)

- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, олимпиад, походов, оздоровительных лагерей и т. п.);

- работу школьного физкультурно-спортивного клуба «Атлант».

Реализация дополнительных образовательных программ: внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включенных в учебный процесс:

- «Настольный теннис»

- «Общая физическая подготовка»

- «Волонтерское движение «Радуга сердец»»

- «Атлетическая гимнастика»

- «Волейбол»

- «Вольная борьба»

- «Бокс»

- Военно-патриотический клуб «Патриот»

Просветительская работа с родителями (законными представителями) включает:

- лекции, семинары, консультации, информирование по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей (в форме коллективных и индивидуальных бесед, а также с привлечением официального сайта МБОУ Курагинской СОШ № 1, и школьные СМИ);

- приобретение для педагогов, родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;

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

Формирование экологической культуры включает:

- организацию экскурсий, однодневных походов, дней здоровья для формирования экологически сообразного поведения в быту и природе;

- использование форм и методов в урочной, внеурочной, внеклассной деятельности формирующих нормы безопасного поведения для человека и окружающей среды;

- организация проведения КТД; НОУ «Познание»;

- просветительская работа с родителями (законными представителями) в рамках экологического воспитания.

### **Обеспечение реализации основных направлений программы**

#### ***Кадровое обеспечение***

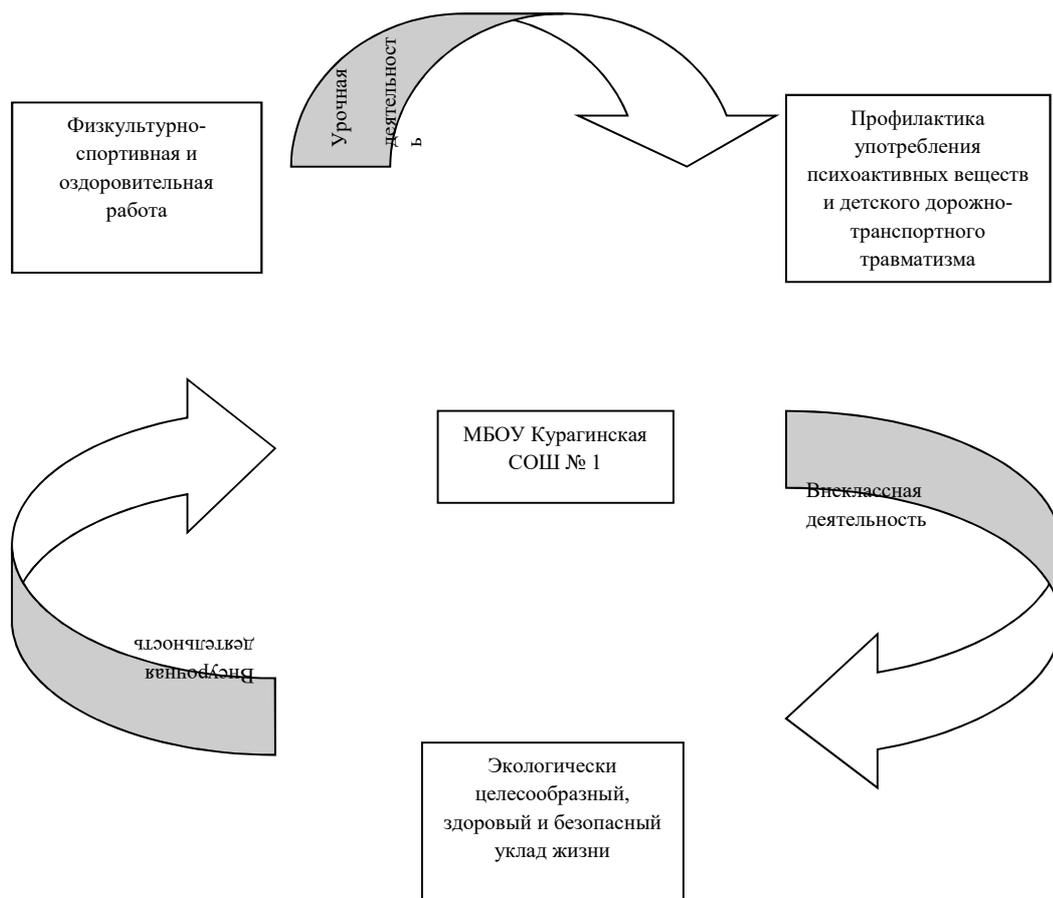
<b>Группа</b>	<b>Функции</b>	<b>Состав</b>
Административно-координационная	Осуществление общего контроля и руководства. Распределение объектов и сфер управления. Руководство деятельностью коллектива. Анализ ситуации и внесение коррективов.	Директор школы. Заместитель директора по УВР Заместитель директора по АХЧ
Консультативная научно-методическая	Координация реализации программы. Проведение семинаров, консультаций. Подготовка и издание методических рекомендаций. Аналитическая деятельность.	Зам директора по УВР Психолог Фельдшер
Педагоги школы	Проведение валеологизации всего учебного процесса (психологический фон занятий, методы и формы обучения, санитарно-гигиенические условия). Осуществление программы в воспитательной работе с классом. Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей. Определение структуры, выработка критериев, уровней и методик диагностики валеологической культуры учащихся по возрасту. Проведение мониторинга здоровья: - Создать на каждого ребенка паспорт здоровья, где представить все материалы по проведенным исследованиям (2 раза в год проводить диагностические исследования с последующей обработкой и получением на каждого ученика рекомендаций по его физическому развитию). - Создать банк информации по физическому развитию каждого класса.	Зам директора по УВР Психолог Фельдшер
Медико-психологическая служба школы	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления. Разработать план лечебно-оздоровительных мероприятий. Проведение психологических тренингов,	Фельдшер, педагог-психолог, социальный педагог, учитель-дефектолог

	консультаций и индивидуальных собеседований с учащимися. Выпуск санбюллетеней, оформление уголка здоровья.	
Специалисты, сотрудничающие со школой в области профилактической работы	Оказание профессиональной помощи учащимся, родителям, педагогам. Проведение консультаций, тренингов. Участие в мероприятиях школы. Введение дополнительных услуг: -музыкально-театральной деятельности; -художественного труда; - спортивной борьбы;	Врачи детской поликлиники Психологи Специалисты
	Оборудование помещений: - зеленые зоны в рекреации; - уголков здоровья, ОБЖ, ПДД - игровые комнаты.	Зам директора по АХЧ
	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в МОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в МОУ).	Зам директора по АХЧ

**Методическое обеспечение**

<b>Направление деятельности</b>	<b>Содержание</b>
Информационное обеспечение	1. Нормативно-правовое обеспечение. 2. Программное обеспечение (типовые, авторские программы). 3. Наличие комплекта информационно-методических материалов (рекомендации, публикации, списки литературы по направлениям). 4. Издание материалов, иллюстрированных отчетов, способствующих сохранению здоровья детей.
Организационно-методическое обеспечение	1. Создание целевого методического объединения классных руководителей по проблеме изучения и применения здоровьесберегающих технологий. 2. Разработка модели внедрения здоровьесберегающих методик в УВП. 3. Повышение квалификации педагогов через систему школьных тематических семинаров, курсы повышения квалификации. 4. Участие в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей. 5. Создание научно-методической службы комплекса по здоровьесберегающим технологиям. 6. Изучение и обобщение опыта работы педагогов. 7. Проведение проверок перегрузок учащихся. 8. Мониторинг деятельности.

## Модель организации работы по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни



№ п/п	Виды деятельности	Формы занятий (урочная, внеурочная, внеклассная деятельность)
1.	Экологически целесообразный, здоровый и безопасный уклад жизни	<p><b>Урочная деятельность</b> - проведение занятий, организация проектной деятельности, экскурсий, практических работ, наблюдений, бесед, обсуждений вопросов во время выполнения упражнений по учебным предметам: окружающий мир, русский язык, технология, иностранный язык, физическая культура, основы религиозных культур и светской этики, литературное чтение, математика.</p> <p><b>Внеурочная деятельность:</b> конкурсы, викторины, литературные встречи, спортивно-оздоровительные мероприятия, (дни здоровья, соревнования, олимпиады, походы и т. п.), акции</p> <p><b>Внеклассная деятельность</b> – конференции, экскурсии, многодневные и однодневные походы, конкурсы рисунков, акции, соревнования, субботники и др.</p>
2.	Физкультурно-спортивная и оздоровительная работа	<p><b>Урочная деятельность</b> – уроки физической культуры, динамические паузы во время уроков, перемен, беседы, классные часы и др.</p> <p><b>Внеурочная деятельность</b> - игры, акции,</p>

		соревнования, экскурсии, <b>Внеклассная деятельность</b> – фестивали, КТД, Кросс нации, акции, конкурсы
<b>3.</b>	Профилактика употребления психоактивных веществ и детского дорожно-транспортного травматизма	<b>Урочная деятельность</b> – беседы, классные часы, видео лектории, экскурсии <b>Внеурочная деятельность</b> - акции, выпуск буклетов, <b>Внеклассная деятельность</b> – видео лектории, тренинги, конкурсы рисунков, ДПИ;

### **Реализация программы**

#### **В рамках реализации программы в школе организовано:**

- работа спортивных секций, посещение ФСК «Атлант»
- проведение массовых оздоровительных мероприятий: спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии
- взаимодействие с учреждениями дополнительного образования
- работа отряда ЮИДД
- компенсация недостаточной двигательной активности учащихся за счет гимнастики, физкультминуток и на уроках, использования специальных тренажеров в классных комнатах (для профилактики плоскостопия, укрепления мышц ног и улучшения кровообращения, дидактические лесенки для дополнительных двигательных элементов), организация динамических пауз, активных перемен, спортивных часов, как на уроках, так и в ГПД
- психологическое и логопедическое сопровождение учебного процесса
- тематические педагогические советы, психолого-педагогические чтения, семинары по изучению передового педагогического, социального опыта по оздоровлению школьников
- обучение приемам поведения в разных жизненных ситуациях на основе принципов личной безопасности, экологической и общей культуры на классных часах, в ГПД, внеклассных мероприятиях
- медико-психолого-педагогическое просвещение родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей, психологическое и логопедическое консультирование

Для продуктивной деятельности педагог должен обладать рядом профессионально важных качеств, а именно:

- высоким уровнем профессионально-этической, коммуникативной, рефлексивной культуры;
- способностью к формированию и развитию личностных креативных качеств, позволяющих генерировать плодотворные педагогические идеи и обеспечивать положительные педагогические результаты;
- знаниями формирования и функционирования психических процессов, состояний и свойств личности, процессов обучения и воспитания, познания других людей и самопознания, творческого совершенствования человека; основ здоровья, здорового образа жизни (ЗОЖ);
- знаниями основ проектирования и моделирования здоровьесберегающих технологий в учебных программах и мероприятиях;
- методической культурой, навыками и умениями прогнозирования результатов собственной деятельности;
- способностью к выработке индивидуального стиля педагогической деятельности.

Задачей педагогического коллектива является повышение квалификации, а также поиск внутренних резервов совершенствования педагогической деятельности: учет возможностей и потребностей каждого педагога, развитие их общей и методологической культуры. Эти резервы обнаруживаются в процессе самой деятельности, но осмысливаются, осознаются и реализуются в процессе научно-методической работы.

#### **Оценка эффективности программы**

Эффективность программы будет оцениваться по количественным и качественным показателям:

- итоги диспансеризации учащихся школы;
- уровень санитарно-гигиенического состояния школы;

- оценка качества материалов, подготовленных в ходе реализации программы;
- количество повысивших квалификацию педагогов.

Достижение поставленных задач будет оцениваться в ходе анализа ситуации экспертной группы из представителей администрации, учителей, медицинского персонала, родителей.

Результаты будут обсуждаться на общешкольном родительском собрании и педагогическом совете.

### Направления деятельности

#### **Организационно-методическая деятельность по укреплению здоровья детей**

##### **Задачи:**

1. Разработка основных подходов к формированию валеологической культуры в условиях ОУ. Определение содержания педагогического процесса в образовательном учреждении, способствующего формированию валеологической культуры и валеологическому образованию школьников.
2. Создание условий для совместной деятельности медицинского и педагогического работников в оздоровлении детей.
3. Определение эффективных форм подготовки педагогических работников по оздоровлению детей, повышение ответственности по данной проблеме.
4. Создание программно-методического обеспечения педагогического процесса в школе, соответствующего современным требованиям дидактики и возрастной психофизической специфике данного контингента детей.

№	Мероприятия	Ответственный	Сроки
1.	Создание оптимального режима функционирования ОУ	Администрация	Сентябрь
2.	Организация питания учащихся согласно Сан-ПиН	Администрация	Сентябрь
3.	Соблюдение гигиенических требований в организации образовательного процесса	Администрация	Сентябрь
4.	Осуществление наблюдения за физическим и нервно-психическим развитием детей.	Фельдшер, психолог	Постоянно
5.	Регулярные медицинские осмотры детей и персонала школы согласно СанПиН	Врач	По графику, постоянно
6.	На основе данных о заболеваемости детей разработать и постоянно осуществлять комплекс мер, направленных на улучшение здоровья детей и преодоление школьных трудностей.	Педагогические, медицинские работники. Администрация	Постоянно
7.	В оздоровительных целях компенсация недостаточной двигательной активности учащихся за счет организации динамических пауз, динамичных перемен, физкультминуток, спортивных секций, Дней здоровья и спорта, спартакиад, организации внеклассной работы по физической культуре, спортивных часов.	Педагогические работники, администрация	Постоянно
8.	Широкое применение воспитательных технологий – классных часов, викторин, конкурсов, игровых программ.	Классные руководители	Постоянно
9.	Повышение компетентности педагогов в области защиты здоровья учащихся. Разработать цикл лекций и методических рекомендаций для медицинского и педагогического персонала по проблемам здоровья детей.	Заместитель директора по УВР	Январь
10.	Создать центр контроля и коррекции состояния здоровья детей.	Администрация	Январь

11.	Усилить работу психологического и логопедического сопровождения образовательного процесса	Психолог, логопед	Январь
12.	Контролировать выполнение оздоровительных мероприятий: утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, профилактическое лечение.	Администрация, фельдшер, классные руководители	Постоянно
13.	Начать работу по созданию теоретического, научно-методического обеспечения валеологического образования школьников.	Заместитель директора по УВР	Январь

### **Организация взаимодействия с заинтересованными ведомствами**

Предполагается сотрудничество в области профилактической работы со специалистами детской поликлиники пос Курагино.

Формы взаимодействия:

- ежегодные профилактические медицинские обследования учащихся;
- «круглые столы», диспуты, беседы, классные часы;
- консультации;
- тренинги;
- информационно-методическое обеспечение.

### **Сотрудничество с родителями**

Здоровый образ жизни, которому учат школьника, должен находить ежедневную реализацию дома, то есть закрепляться, наполняться практическим содержанием, поэтому необходимо продуктивное сотрудничество школы и родителей на этой основе. Для того чтобы упорядочить и улучшить работу с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья школьников предстоит организовать работу по следующим направлениям:

- формирование банка данных о семьях и родителях учащихся (социальный паспорт школы);
- организация родительского всеобуча по тематике «Здоровый ребенок – здоровое общество» (выпуск газет, журналов, проведение цикла лекций);
- разработка программы по вопросам ознакомления родителей с заболеваниями в целях оказания предупредительной помощи;
- индивидуальные беседы и консультации.
- Обучение родителей

### **Улучшение санитарных условий и совершенствование санитарно-оздоровительных мероприятий**

**Задачи:** укрепление материально-технической базы ОУ с целью профилактики и укрепления здоровья детей младшего школьного возраста; создание оптимального режима функционирования ОУ.

№ п/п	Мероприятия	Ответственный	Сроки
1	Пополнять ОУ необходимым медицинским и спортивным оборудованием, ростовой ученической мебелью.	Администрация	Постоянно
2	Осуществлять ремонт классных комнат, медицинских помещений, спортивного зала, создать оздоровительную площадку.	Администрация	Постоянно в конце учебного года
3	Осуществлять контроль за расписанием уроков в целях упорядочения учебной нагрузки в школе. Школьное расписание уроков строить с учетом хода дневной и недельной кривой умственной работоспособности учащихся.	Заместитель директора по УВР	Постоянно
4	Подготовить памятки о режиме дня учащихся и рекомендации для родителей по организации учебной деятельности на дому.	Заместитель директора по УВР, классные руководители	В начале учебного года
5	С целью профилактики утомления, нарушения	Учителя	Постоянно

	осанки, зрения учащихся проводить на уроках физкультминутки и гимнастику для глаз при обучении чтению, письму, математике и на уроках информатики	начальных классов, информатики и ИКТ	
6	Проводить ежедневную влажную уборку помещений	Техперсонал	Постоянно
7	Генеральную уборку помещений производить с применением моющих и дезинфицирующих средств	Классные руководители, техперсонал	1 раз в месяц

### Формирование здоровьесберегающей культуры в системе учебной деятельности

#### Задачи:

1. Разработать концептуальные подходы к формированию здоровьесберегающей культуры в условиях ОУ.
2. Определить структуру, критерии, уровни, методики диагностирования здоровьесберегающей культуры школьников.
3. Определить содержание педагогического процесса в ОУ, способствующего формированию здоровьесберегающей культуры и здоровьесберегающего образования школьника.
4. Определить эффективные формы повышения квалификации педагогических кадров по здоровьесбережению с учетом существующих требований и специфики этой науки.
5. Создать программно-методическое обеспечение педагогического процесса в ОУ, соответствующего современным требованиям дидактики, возрастной психофизиологической специфики данного контингента детей.
6. Разработать модель здоровьесберегающего образования младших школьников.

№ п/п	Мероприятия	Ответственный
1	Начать работу по освоению инновационных педагогических технологий по здоровьесберегающему образованию.	Классные руководители
2	Изучение современных методик психолого-педагогической диагностики и оценки уровня сформированности здоровьесберегающих культурных представлений.	Классные руководители
3	Организовать работу по совершенствованию предметно-развивающей среды ОУ.	Администрация
4	Разработка педагогических технологий, методик, отбор учебного материала, способствующего сохранению здоровья детей.	Заместитель директора по УВР, классные руководители
6	Разработать программу нравственного и духовного развития личности ребенка.	Заместитель директора по УВР, классные руководители
7	Разработать паспорт здоровья на каждого ученика, который является ежегодным диагностико-коррекционным протоколом фиксации проявления потребностей и возможностей.	Зам. дир. по УВР, мед. работник, классные руководители

### План реализации программы на год

№	Мероприятия	Классы	Сроки	Ответственные
1.	Осенний кросс нации	1 – 11 классы	сентябрь	Руководитель ФСК , классные руководители, учителя физической культуры, организаторы
2.	День здоровья	1 – 11 классы	октябрь	Руководитель ФСК , классные руководители, учителя физической культуры, организаторы
3.	Спортивная игра «Перестрелка»	1 – 4 классы	октябрь	учителя физической культуры, классные руководители
4.	Спортивный праздник	1 – 11 классы	ноябрь	Организаторы, учителя физической культуры

	«Веселые старты»			культуры, классные руководители
5.	Акция «Мы за здоровый образ жизни»	1 – 11 классы, педагоги школы	ноябрь	Руководитель ФСК, классные руководители, учителя физической культуры, организаторы
6.	Игры на свежем воздухе «Зимние забавы»	1 – 11 классы	декабрь	Руководитель ФСК, классные руководители, учителя физической культуры, организаторы
7.	Ролевая игра «Зарничка»	1 – 5 классы	февраль	Руководитель ФСК , классные руководители, учителя физической культуры, организаторы
8.	Декадник физической культуры	1 – 11 классы	апрель	учителя физической культуры
9.	Соревнования по русской лапте		май	учителя физической культуры
10.	Тестирование «Наши рекорды»	1 – 11 классы	май	учителя физической культуры, классные руководители
11.	День здоровья	1 – 11 классы	май	Руководитель ФСК , классные руководители, учителя физической культуры, организаторы

### **Критерии, показатели эффективности деятельности в части формирования здорового и безопасного образа жизни и экологической культуры**

Основные результаты реализации программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

Школьный мониторинг состояния физического здоровья и развития детей представляет собой систему мероприятий по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния физического здоровья обучающихся, их физического развития, является частью социально-гигиенического мониторинга, проводимого детской районной поликлиникой п. Курагино. Мониторинг проводится с целью получения информации, необходимой для принятия обоснованных управленческих решений по укреплению здоровья.

При проведении мониторинга решаются следующие задачи:

- установление факторов, оказывающих негативное воздействие на состояние физического здоровья учащихся;
- определение неотложных и долгосрочных мероприятий по предупреждению и устранению негативных воздействий на физическое здоровье учащихся;
- прогнозирование состояния физического здоровья.

В целях получения объективных данных о результатах реализации Программы и необходимости её коррекции проводится систематический мониторинг реализации Программы, который включает в себя:

- наблюдение за состоянием физического здоровья и развития детей;
- сбор, хранение, обработку и систематизацию данных наблюдения за состоянием физического здоровья и развития учащихся;
- подготовка предложений по вопросам укрепления здоровья;
- мониторинг успешности обучения и здоровья обучающихся в период их пребывания в образовательном учреждении по специальным программам с целью динамического наблюдения за их развитием;
- определение соответствия образовательной среды (материально-техническое обеспечение образовательного процесса, характеристика педагогического коллектива, организация

образовательного процесса), социума, возрастным, половым, индивидуальным особенностям обучающихся, состоянию их здоровья и своевременное выявление факторов риска для их здоровья и развития.

- аналитические данные об уровне представлений обучающихся о проблемах охраны окружающей среды, своём здоровье, правильном питании, влиянии психотропных веществ на здоровье человека, правилах поведения в школе и вне школы, в том числе на транспорте;

- отслеживание динамики показателей здоровья обучающихся: общего показателя здоровья, показателей заболеваемости органов зрения и опорно-двигательного аппарата;

- отслеживание динамики травматизма в образовательном учреждении, в том числе дорожно-транспортного травматизма;

- отслеживание динамики показателей количества пропусков занятий по болезни.

Развиваемые у учащихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы. На уроках - в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья. Во внеурочной деятельности - в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности.

Критерии	Показатели
<b>Анализ сформированности ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- наличие представления о физическом, нравственном, психическом и социальном здоровье человека;</li> <li>- наличие первоначального личного опыта здоровьесберегающей деятельности;</li> <li>- наличие первоначальных представлений о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;</li> <li>- степень информированности о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека</li> </ul>
<b>Состояние здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения</b>	Соответствие состоянию и содержанию зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся
<b>Анализ рациональности организации образовательного процесса</b>	Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения
<b>Организация физкультурно-оздоровительной работы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- состояние здоровья учащихся по уровням здоровья (1, 2, 3);</li> <li>- перечень видов заболеваний учащихся школы;</li> <li>- уровень травматизма учащихся школы;</li> <li>- перечень профилактических мер (вакцинации, медосмотров, дегельминтация, диспансеризация, и др.);</li> <li>- эффективность и полноценность работы с обучающимися всех групп на уроках физкультуры, в секциях;</li> <li>- психологический климат в классе, школе;</li> <li>- обеспеченность учащихся горячим питанием.</li> </ul>
<b>Реализация дополнительных образовательных программ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- степень охваченности учащихся организованными формами отдыха, оздоровления и занятости(кружки, секции и др.);</li> <li>- спортивные достижения число учащихся, показывающих высокие спортивные результаты.</li> </ul>
<b>Просветительская работа с родителями (законными представителями)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- регулярность обновления информации на сайте МБОУ Курагинской СОШ № 1 по различным вопросам;</li> <li>- количество материалов о физкультурно-оздоровительной работе в школьных СМИ.</li> </ul>
<b>Формирование экологической</b>	- степень участия обучающихся в мероприятиях, направленных на формирование экологической культуры.

<b>культуры</b>	
<p><b>Предполагаемый результат реализации программы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• стабильность показателей физического и психического здоровья детей;</li> <li>• сокращение количества уроков, пропущенных по болезни;</li> <li>• активизация интереса детей к занятиям физической культурой;</li> <li>• рост числа учащихся, занимающихся в спортивных секциях, кружках по интересам;</li> <li>• высокий уровень сплочения детского коллектива;</li> <li>• активное участие родителей в делах класса;</li> <li>• способность выпускника начальной школы соблюдать правила ЗОЖ.</li> <li>• экологически безопасные решения и действия в жизненных ситуациях</li> <li>• высокая рейтинговая оценка деятельности школы по данному направлению в муниципальной системе образования;</li> <li>• отсутствие нареканий к качеству работы школы со стороны органов управления образованием, родителей (законных представителей) и обучающихся, что является показателем высокого уровня деятельности управленческого звена школы;</li> <li>• повышение уровня культуры межличностного общения обучающихся и уровня эмпатии друг к другу;</li> <li>• снижение уровня социальной напряжённости в детской и подростковой среде;</li> <li>• результаты экспрессдиагностики показателей здоровья школьников</li> </ul>	

**Методика и инструментарий мониторинга достижения планируемых результатов по формированию здорового и безопасного образа жизни обучающихся**

<b>Планируемые результаты</b>	<b>Диагностический инструментарий</b>	<b>Объекты диагностики и сроки проведения</b>
Сформированность ценностей здорового образа жизни	Ценностные ориентации обучающихся	Раз в год
Включенность обучающихся в различные мероприятия оздоровительной направленности	Анализ статистических данных	Раз в год
Включенность родителей (законных представителей) в различные мероприятия оздоровительной направленности	Анализ статистических данных	В течение года Родители (законные представители)
Уменьшение уровня заболеваемости детей.	Анализ статистических данных	Раз в год
Физическое совершенствование и укрепление здоровья детей, рост уровня их спортивного мастерства.	Анализ результатов общефизической подготовки (прыжки, бег, метание мяча и др.)	В начале и конце учебного года
Знание и соблюдение правил поведения в природе и окружающем мире.	Метод наблюдения	В течение года