



УТВЕРЖДАЮ
Директор MAOY «Тёсово-Не-
тельская СОШ»
Икконен Е.П.

«02» сентября 2024 г.

**ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
MAOY «ТЁСОВО – НЕТЫЛЬСКАЯ СОШ» на 2024 – 2025 учебный год**

п.Тёсово-Нетельский
2024 г.

Паспорт программы

<i>Наименование программы</i>	«Школа – территория здоровья»
<i>Цель программы</i>	Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни.
<i>Задачи программы</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Просветительско-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни. Формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью 2. Обеспечение санитарно – гигиенического благополучия. Развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды 3. Рациональная организация образовательного процесса, внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий. 4. Организация физкультурно - оздоровительной работы. 5. Медицинская профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья (формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения) 6. Профилактика вредных привычек, изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение, обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения. 7. Организация питания. 8. Организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями.
<i>Срок реализации программы</i>	2024-2025 уч.год
<i>Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого школьника. 2. Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров. 3. Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса. 4. Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.

	<p>5. Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков;</p> <p>6. Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам;</p> <p>7. Разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения;</p> <p>8. Включение в календарный план воспитательной работы школы проведение недель здоровья;</p> <p>9. Организация работы объединений системы дополнительного образования, внеурочных занятий, направленных на формирование ЗОЖ.</p> <p>10. Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников;</p> <p>11. Участие в спартакиадах, командных соревнованиях, личных первенствах по различным видам спорта на школьном, муниципальном и региональном уровнях.</p> <p>12. Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья школьников.</p>
<i>Формы и методы реализации программы</i>	Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, фоновые мероприятия, внеклассная работа, внеурочная деятельность.
<i>Условия реализации программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в МАОУ «Тёсово-Нетельская СОШ» • учет при осуществлении деятельности МАОУ «Тёсово-Нетельская СОШ» аспектов, связанных с необходимостью сохранения и укрепления здоровья школьников • проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья • учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития школы
<i>Управление, контроль</i>	Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация школы.

Нормативно-правовая база программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. «Конвенция ООН о правах ребенка» 1989 г.;
2. «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»;
3. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
4. Конституции Российской Федерации от 12.12.1993 г.;
5. Указ Президента Российской Федерации от 17 мая 2023 г. №358 « О Стратегии комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года»
6. Федеральный закон от 24июля 1998 года №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
7. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
8. Концепция информационной безопасности детей в Российской Федерации, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 апреля 2023г.№1105-р
9. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 5 ноября 2013г. №822 н «Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи несовершеннолетним, в том числе в период обучения и воспитания в образовательных организациях»
- 10.Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 июня 2017г. №602 «Об утверждении Порядка расследования и учёта несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность»
- 11.Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»
- 12.Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 (СанПиН 1.2.3685-21).
- 13.Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения (СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

Пояснительная записка

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Одна из самых болезненных проблем современного российского общества заключается в противоречии между потребностью государства в физически, психически и нравственно здоровом населении и драматической статистикой, сигнализирующей, что фактические показатели здоровья россиян находятся на угрожающе низком уровне. Поскольку будущее страны зависит от здоровья подрастающего поколения, то его формирование и профилактику необходимо воспринимать как социальный заказ общества институтам воспитания (семье, дошкольным учреждениям, школам).

В условиях модернизации российского образования, а также в соответствии с ключевыми целями национального проекта «Образование», национального проекта «Здравоохранение», Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», одним из важнейших способов реализации положений, обозначенных в вышеуказанных документах, является внедрение принципов здоровьесбережения в образовательный процесс.

Здоровьесбережение в образовании – это комплексный раздел теории и практики, интегрирующий педагогические, психологические, медицинские, физиологические, юридические знания, направленные на сохранение и восстановление здоровья субъектов образовательного процесса.

Можно выделить следующие факторы, оказывающие влияние на образовательный процесс, его эффективность и продуктивность:

1. Социальный фактор (нормативно-правовое обеспечение, характер детско-родительских отношений и условия воспитания в семье, уровень квалификации педагогических кадров).
2. Образовательный фактор (организация и условия урочной, внеурочной деятельности, коррекционно-развивающей работы, взаимодействие с родителями).
3. Средовой фактор (климато-географические условия, техногенно-экологические риски, уровень урбанизации).
4. Медико-профилактический фактор (организация медицинской помощи и здоровьесберегающих мероприятий).
5. Материально-технический фактор (архитектурные условия и техническое оснащение).

Соответственно указанным факторам подразделяются и технологии, применяемые в образовательной практике.

1. Социально-педагогические здоровьесберегающие технологии включают: технологию взаимодействия и сотрудничества с семьей, технологии обеспечения информационной безопасности, технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка, технологии подготовки кадров в области здоровьесбережения.
2. Психолого-педагогические здоровьесберегающие технологии включают: равномерное чередование периодов учебы и каникул, технологию оптимизации обучения в условиях повышенной образовательной нагрузки, технологию модульного составления расписания уроков, личностно-ориентированную здоровьесберегающую технологию, мультипрофильную модель обучения в старшей школе.
3. Эколого-педагогические здоровьесберегающие технологии включают: обустройство пришкольной территории, озеленение внутреннего пространства школы, участие в природоохранных мероприятиях, изучение курса ОБЖ.
4. Медико-гигиенические здоровьесберегающие технологии включают: технологии гигиенического воспитания с формированием мотивации к здоровому образу жизни школьников, оптимизацию школьного питания, инновационный двигательный режим школьников, оптимизацию двигательной активности

школьников в условиях повышенной образовательной нагрузки.

5. Организационно-педагогические здоровьесберегающие технологии включают: профилактическую предметно-пространственную среду школы, педагогическую технологию обучения в условиях активной сенсорно-развивающей среды, технологию профилактики утомления школьников на уроках с активным использованием ЭОС.

Педагогический коллектив МАОУ «Тёсово-Нетельская СОШ», уделяя большое внимание в своей образовательной деятельности здоровью обучающихся, пришел к необходимости применения здоровьесберегающих технологий в организации образовательного процесса, и разработке программы «Школа – территория здоровья», способствующей созданию оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

Здоровьесберегающая школа -это школа, реализующая структурированный и систематический план действий, нацеленный на улучшение здоровья, благополучия и развития социального потенциала всех учащихся, а также педагогического и непедагогического персонала.

В качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении и укреплении здоровья всех участников образовательного процесса.

Цель программы: Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни.

Задачи программы:

1. Просветительско-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни. Формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью
2. Обеспечение санитарно – гигиенического благополучия. Развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды
3. Рациональная организация образовательного процесса, внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий.
4. Организация физкультурно - оздоровительной работы.
5. Медицинская профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья (формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения)
6. Профилактика вредных привычек, изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение, обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.
7. Организация питания.
8. Организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями.

Основные направления деятельности:

1. Информационно-просветительская работа.
2. Обеспечение санитарно – гигиенического благополучия.
3. Рациональная организация образовательного процесса.
4. Организация физкультурно - оздоровительной работы.
5. Медицинская профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья.
6. Организация рационального питания учащихся.
7. Профилактика вредных привычек.
8. Экологическое.

Субъекты реализации программы:

- администрация;
- логопед;
- психолог;
- социальный педагог;
- учителя-предметники;
- классные руководители;
- родители;
- учащиеся;
- социальные партнеры

Материально-техническое обеспечение

В школьных зданиях созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Здания школы расположены на благоустроенных участках. Школьные здания с прилегающей территорией ограждены забором. Здания подключены к инженерным сетям – холодному водоснабжению, отоплению, обеспечено горячее водоснабжение.

Материально – техническая база - необходимое условие функционирования и развития образовательного учреждения. Совершенствование материально-технического обеспечения современным учебным и спортивным оборудованием, информационно-техническими средствами являются современными требованиями к образовательному учреждению. В школе созданы оптимальные материально-технические условия для осуществления учебно-воспитательного процесса. Школа имеет необходимый набор помещений для изучения обязательных учебных дисциплин. Учащиеся начального общего образования обучаются в учебных помещениях, закрепленных за каждым классом, основного и среднего образования – по классно-кабинетной системе.

В школе просторные, оборудованные кабинеты, компьютерный класс, спортивный зал с инвентарем и необходимым оборудованием, столовая (организовано горячее питание, разнообразное 10-дневное меню). В школе имеются кабинеты физики, химии, истории, психолога, учительская и другие, которые оборудованы мебелью. Кабинеты обеспечены необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающими гигиеническим требованиям. Школа подключена к сети Internet. Используется лицензионное программное обеспечение.

В школе создана «Точка роста». Информационно-коммуникативные технологии широко используются во внеурочной деятельности школы.

Функции различных категорий работников школы

1. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация преподавания вопросов валеологии на уроках биологии, окружающего мира, обществознания;

- 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.

2. Функции учителя физкультуры:

- организация уроков с соблюдением всех требований, предъявляемых к урокам физкультуры современным законодательством;
- применение на уроках и во внеурочной деятельности здоровьесберегающих технологий ;
- соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;
- определение уровня подготовленности и уровня знаний обучающихся в области физической культуры и здорового образа жизни (на основании стандартного набора тестов, характеризующих выносливость, силу, быстроту, ловкость, гибкость, на основании бесед с учащимися, проведения контрольных теоретических зачетов и использования других средств оперативного или этапного контроля знаний);

3. Функции классного руководителя:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике 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, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Сроки и этапы реализации программы

2024-2025 уч.год

1 этап - определение концептуальной линии развития ОУ (август-сентябрь 2024 г.):

- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

формирование научно-методической базы ОУ здоровьесберегающего типа(сентябрь 2024 г.):

- совершенствование материально-технической базы ОУ;
- разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования;
- подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;
- программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся

2 этап – разработка программ деятельности здоровьесберегающего образовательного учреждения (октябрь- декабрь 2024г.):

- внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в ОУ;
- разработка программы обучения педагогов технологиям здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на уроках.

практическая реализация программы развития ОУ здоровьесберегающего типа.

- Работа педагогов всех МО школы по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- Проверка результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения
- Разработка программ самоаудита здоровьесберегающей деятельности ОУ;
- Подведение итогов.

Общее представление о здоровьесберегающей среде в МАОУ «Тёсово-Нетыльская СОШ»

Приоритетной задачей нашей школы, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива, направленных на формировании здорового образа жизни школьников. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения:

- Соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм
- Учет возрастных особенностей обучающихся
- Режим учебно-познавательной деятельности
- Организация питания
- Социально-педагогические условия обучения

Слагаемые здоровьесберегающей среды:

- Родители, их взаимоотношения с ребенком
- Школьная среда
- Организация и содержание внеучебного времени
- Педагогическая среда (конкретный процесс на уроках)
- Психологическая среда (общение с учителями и учащимися)

- Санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы)

Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья

Блок профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья обучающихся предполагает:

- регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья обучающихся;
- использование в школе рекомендованных методов профилактики заболеваний
- обсуждение данных мониторинга здоровья учащихся на педсоветах
- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- планомерная организация питания учащихся;
- реабилитационная работа.

Блок просветительско-воспитательной работы предполагает:

- организацию «Дней здоровья», внеучебной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;
- включение в программу воспитания и календарный план воспитательной работы МАОУ «Тёсово-Нетельская СОШ» мероприятий, направленных на формирование мотивации здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, обществознания, окружающего мира, физической культуры).

Блок рациональной организации учебного процесса предполагает:

- соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;
- использование приемов индивидуализации обучения;
- строгое соблюдение гигиенических требований к использованию технических средств в учебном процессе;
- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование деятельности психолога - медико - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Блок организации физкультурно-оздоровительной работы предполагает:

- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы дополнительного образования, внеклассной и внеучебной деятельности к формированию здорового образа жизни учащихся;
- организация динамических перемен, физкультпауз на уроках;
- эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (включая занятия ЛФК), родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Блок здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения предполагает:

- соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;
- наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровьесберегающую работу
- оснащённость физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, школьной столовой.

Блок организации системы просветительской и методической работы с педагогами и родителями предполагает:

- проведение в образовательном учреждении постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;
- повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения.

Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

Раздел 1. Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся (организация здоровьесберегающей деятельности ОУ и готовность учителей к реализации здоровьесберегающей деятельности).

- Позиционирование школы в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения
- Вовлечение школы в сетевое взаимодействие системы здоровьесберегающих школ, научно-педагогических и общественных организаций
- Готовность учителей к участию в здоровьесберегающей работе
- Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования
- Организация самоаудита школы - внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы

Раздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.

- Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку, зданию школы
- Организация питания обучающихся
- Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму образовательного учреждения
- Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению
- Выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

Раздел 3. Рациональная организация образовательного процесса и использование здоровьесберегающих технологий при реализации образовательного процесса в школе.

- Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса
- Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе
- Психологические основы здоровьесберегающей организации учебного процесса

Раздел 4. Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

- Состояние физкультурно-спортивного комплекса образовательного учреждения
- Организация уроков физвоспитания в образовательном учреждении
- Физвоспитание в режиме дня школы
- Внеклассная физкультурно-спортивная работа
- Контроль за выполнением обучающимися образовательного учреждения нормативов двигательной активности
- Комплексная оценка физической подготовленности обучающихся образовательного учреждения

Раздел 5. Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов здорового образа жизни обучающихся.

- Организация образовательной работы в ОУ в рамках учебных дисциплин здоровьесберегающего блока
- Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся
- Участие обучающихся и их родителей в здоровьесберегающей работе образовательного учреждения.

Раздел 6. Организация профилактики употребления психоактивных веществ в среде обучающихся

- Программа профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися
- Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде обучающихся
- Организация безопасной поддерживающей образовательной среды

Раздел 7. Организация комплексного сопровождения системы формирования здорового образа жизни обучающихся (система медицинского обслуживания обучающихся)

- Оценка комплексных показателей состояния здоровья обучающихся

Раздел 8. Организация системы мониторинга сформированности культуры здорового образа жизни обучающихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов.

- Программа диагностики психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья
- Программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся
- Оценка сформированности у обучающихся, их родителей и учителей школы мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации в форме отчетов образовательного учреждения.

Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения

1. *Гигиенические средства (санитарно-гигиенические средства здоровьесберегающие технологии)*

- Требования к материально-техническому состоянию здания школы; организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов
- Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления

- Организация рационального питания обучающихся – пища должна быть полноценной по химическому составу. Быть безвредной в химическом отношении и безопасной с точки зрения бактериального состава
 - Соблюдение общего режима дня обучающихся – режима двигательной активности, режима питания и сна
 - Формирование здорового образа жизни
 - Личная и общественная гигиена; привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.
 - Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций
2. *Средства двигательной направленности* (здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта)
- Уроки физкультуры с комплексами физических упражнений
 - Физкультминутки на уроках и подвижные перемены
 - Различные виды оздоровительной гимнастики(пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура
 - Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.
3. *Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ*(психологические здоровьесберегающие технологии)
- Обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик
 - Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер обучающихся в процессе их развития
 - Функционирование кабинета психологической разгрузки
4. *Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса* (здоровьесберегающие образовательные технологии)
- Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс
 - Системный подход к организации образовательной деятельности
 - Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровьесберегающей направленности для всех ступеней обучения
5. *Профилактические и закаливающие средства* (воспитательная работа по формированию ЗОЖ)
- Организация просветительского лектория
 - Культурно-массовые мероприятия
 - Работа с семьей обучающегося(пропаганда здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории)
 - Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии)

Модель личности ученика

Реализация программы направлена на формирование у учащихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями); культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их);

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

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

Модель выпускника начальной школы	Модель выпускника основной школы	Модель выпускника средней школы
-знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены; -владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.	- знание основ строения и функционирования организма человека; - знание изменений в организме человека в пубертатный период; -умение оценивать свое физическое и психическое состояние; - знание о влиянии алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; -поддержание физической формы; - телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости; - гигиена умственного труда.	- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье; - убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; - знание различных оздоровительных систем; - умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; -способность вырабатывать индивидуальный образ жизни; - гигиена умственного труда.
<ol style="list-style-type: none"> 1. Физически, нравственно, духовно здоровая личность. 2. Образованная, адаптированная к условиям нестабильного социума. 3. Осознание необходимости здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности как условий благополучного существования человека. 4. Правильная организация своей жизнедеятельности. 5. Стойкий интерес к познавательной деятельности. 6. Устойчивый интерес к регулярным занятиям физкультурой и спортом. 7. Самоконтроль, личностное саморазвитие. 		

8. Творческая продуктивность.

Ожидаемые конечные результаты программы:

1. Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого школьника.
2. Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.
3. Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса.
4. Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
5. Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков;
6. Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам;
7. Разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения;
8. Включение в календарный план воспитательной работы школы проведение недель здоровья;
9. Организация работы объединений системы дополнительного образования, внеурочных занятий, направленных на формирование ЗОЖ;
10. Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников;
11. Участие в спартакиадах, командных соревнованиях, личных первенствах по различным видам спорта на школьном, муниципальном и региональном уровнях.
12. Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья школьников.
Эффективность деятельности школы по охране и укреплению здоровья, полнота и системность проводимой работы определяются **комплексом показателей:**
 1. рациональная организация учебного процесса;
 2. рациональная организация режима дня школьников;
 3. состояние здоровья и текущая заболеваемость;
 4. физическое развитие и физическая подготовленность учащихся;
 5. отношение детей к своему здоровью, здоровому образу жизни.

Методы контроля над реализацией программы

- проведение заседаний педагогического совета школы, заседаний МО школы по вопросам здоровьесбережения;
- посещение и взаимопосещение уроков, внеклассных мероприятий;
- создание методической копилки (разработки уроков, внеурочных занятий, программ по направлению здоровьесбережения);
- мониторинг состояния здоровья учащихся и эмоционального климата в школе.
- мониторинг отношения обучающихся к ЗОЖ.
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

Деятельность МАОУ «Тёсово-Нетыльская СОШ» в рамках программы «Школа – территория здоровья»

№	Направление	Основные цели	Содержание деятельности(перечень основных форм работы по направлениям)		
			Учащиеся	Учителя	Родители
1	Информационно-просветительская работа	Создание условий для получения достоверной, соответствующей возрасту учащихся информации о сущности здорового образа жизни и путях формирования навыков ЗОЖ, а также формирование поведенческих навыков ЗОЖ среди родителей учащихся и педагогов.	<p>Информирование учащихся о сущности ЗОЖ через уроки, внеурочную деятельность, систему дополнительного образования, включение их в активную деятельность, направленную на приобщение к ЗОЖ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение циклов классных часов по ЗОЖ, профилактике алкоголизма, курения, наркомании. 2. Реализация превентивных программ. 3. Организация работы лекторских групп. 4. Оформление и периодическое обновление уголков здоровья. 5. Внедрение 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Валеологическое образование педагогов и школьного персонала. 2. Оказание методической помощи педагогам по реализации валеологического подхода к урокам. 3. Проведение практикумов, лекториев для учителей по вопросам школьной валеологии, информирование учителей об адапционных изменениях психики при повышении умственной нагрузки, о последствиях, хронической травматизации 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Привлечение родителей учащихся к работе по пропаганде ЗОЖ (приглашение для выступления на классных; часах, беседах, лекциях ведения спецкурсов по ЗОЖ) 2. Консультации для родителей. 3. Индивидуальная работа с семьями 4. Родительские собрания: <ol style="list-style-type: none"> 1. «Новый предмет, требования учителей, особенности домашнего задания, помощь ребенку» 2. Возрастные особенности учащихся. 3. Адаптация первоклассников, пятиклассников.

			<p>валеологических знаний в учебные дисциплины.</p> <p>6. Анкетирование учащихся с целью определения уровня сформированности навыков ЗОЖ</p> <p>7. Работа выставки книг, периодической печати по ЗОЖ, профилактике ПАВ</p> <p>8. Оформление информационных стендов школы:</p> <p>- расписание уроков, индивидуальных, факультативных занятий, кружков;</p> <p>- Уголка здоровья;</p> <p>- Уголка ТБ, ПДД, ППБ;</p>	<p>школьников в процессе обучения, о патологических отклонениях характера, неврозах, психических и соматических заболеваниях и т.д.</p>	<p>4. Методы психического и физического давления на детей: мера ответственности взрослых.</p> <p>5. Ознакомление родителей с приказом по школе «Об организации летней оздоровительной кампании». Опасности лета: как предотвратить летние травмы</p> <p>6. Пропаганда здорового образа жизни и т.д</p>
2	Обеспечение санитарно – гигиенического благополучия	Обеспечение соблюдения санитарно – гигиенических требований	<p>Обеспечение санитарно –гигиенических требований по следующим параметрам:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Шум 2. Освещенность 3. Воздушная среда 4. Размер помещений, кубатура 5. Дизайн, цвет стен 6. Используемые стройматериалы, краска 7. Мебель: размеры, размещение в помещении 8. Видеоэкранные средства - компьютеры, проекторы 9. Пищеблок: ассортимент, качество пищи, организация питания 10. Качество питьевой воды, используемой в школе 11. Экологическое состояние прилегающей к школе территории 12. Состояние сантехнического оборудования. 		

3	Рациональная организация образовательного процесса.	Создание благоприятных условий для сохранения здоровья учащихся при организации образовательного процесса.	<p>1. Учёт возрастных особенностей учащихся при распределении объема учебной нагрузки.</p> <p>2. Формирование школьного компонента и составление расписания уроков с учётом суммарной учебной нагрузки, дневной и недельной биологической кривой работоспособности учеников с учетом физиологической цены (трудоемкости) каждого урока, соотношения количества уроков со статическими и динамическими видами деятельности.</p> <p>3. Преимущество преподавания при переходе из 4 класса в 5, из 9 класса в 10 как условие успешной адаптации детей к новым условиям.</p> <p>4. Соответствие методик и технологий обучения возрастным возможностям школьников.</p> <p>5. Соблюдение гигиенических нормативов и правил организации учебного процесса, обеспечивающих профилактику учебных перегрузок и переутомления.</p>		
4	Организация физкультурно - оздоровительной работы.	Создание условий для укрепления здоровья и профилактики заболеваний средствами физической культуры, содействие правильному физическому развитию, обучения жизненно важным двигательным умениям и навыкам	<p>Учащиеся</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Занятия (уроки по физическому воспитанию) 2. Физкультурные паузы на уроках (с учётом возрастных, физиологических, психологических особенностей учащихся) 3. Проведение Дней здоровья 4. Работа школьных спортивных секций (настольный теннис, волейбол) 5. Организация работы летних оздоровительных лагерей при школе 6. Привлечение учащихся к занятиям в спортивных секциях 	<p>Учителя</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Оказание помощи классным руководителям в планировании физкультурного раздела работы с учащимися класса с учётом плана физкультурно-спортивной работы школы 2. Дни здоровья 3. Организация изучения педагогическим коллективом возможных вариантов физкультурных пауз и приёмов снятия зрительного и мышечного утомления. 	<p>Родители</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение Дней здоровья 2. Консультации по итогам диагностик физического развития детей 3. Обмен опытом по формированию ЗОЖ и физической активности в семье.

			<p>7. Организация внеурочной деятельности спортивного направления (1 класс)</p> <p>8. Участие в спортивных соревнованиях</p>		
5	Медицинская профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья.	Сохранение и развитие психологического, социального, физического здоровья школьников	Учащиеся	Учителя	Родители
			<p>1. Ежегодные комплексные медосмотры учащихся с последующими рекомендациями классным руководителям, учителям-предметникам, родителям</p> <p>2. Работа по созданию режима учебных занятий и самостоятельной работы детей, обеспечивающего сохранение высокого уровня работоспособности</p> <p>3. Обеспечение необходимого санитарно-гигиенического режима (подбор мебели, влажная уборка,</p>	<p>1. Организация методической работы учителей по направлениям "Урок здоровья" – здоровый урок" по программе здоровьесберегающей педагогики</p> <p>2. Организация работы по вопросам психотерапии учителей, регуляции психического состояния учащихся и саморегуляции учителя.</p> <p>3. Проведение консультаций для учителей по результатам медицинских осмотров и итогам медицинской и психологических диагностик учащихся</p> <p>4. Ежегодный</p>	<p>1. Родительские собрания, индивидуальная работа с родителями по созданию установки на совместную работу со школой с целью решения медико-психологических проблем развития детей.</p> <p>2. Проведение педагогической консультации для родителей по итогам медицинских осмотров и наблюдений за здоровьем детей.</p> <p>3. Индивидуальные консультации и беседы психологов с родителями.</p> <p>4. Привлечение родителей к участию в создании интерьера</p>

			<p>освещённость, тепловой режим, рациональное питание)</p> <p>4. Обучение школьников приёмам личной самодиагностики, саморегуляции</p> <p>5. Психологический практикум для учащихся с ограниченными возможностями здоровья</p> <p>6. Осуществление профориентации с учётом состояния здоровья и психофизических особенностей учащихся</p> <p>7. Строгое соблюдение правил ТБ, осуществление необходимых мер по охране здоровья и жизни учащихся</p> <p>8. Создание банка данных детей с отклонениями в здоровье</p>	профосмотр учителей	школы, классов, облагораживанию территории
6	Организация	Улучшение	1.обеспечение	1.проведение	1.организация

	<p>рационального питания учащихся.</p>	<p>состояния здоровья школьников, уменьшение случаев заболеваний, связанных с питанием благодаря организации рационального питания, основные принципы которого следующие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - полное удовлетворение энергетических, пластических и др. потребностей организма; - обеспечение адекватного уровня обмена веществ; - поступление в достаточном количестве витаминов, микроэлементов, пищевых волокон и других необходимых компонентов пищи <p>Основные критерии::</p> <p><i>сбалансированность</i></p>	<p>бесплатного школьного питания социально незащищенным и малообеспеченным школьникам и школьникам с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>2. обеспечение школьников горячими обедами и выполнение питьевого режима</p> <p>3. обучение школьников принципам рационального питания</p>	<p>тематических уроков и классных часов по рациональному питанию</p> <p>2. проведение родительских собраний с обсуждением системы и принципов организации питания</p>	<p>рационального питания дома</p> <p>2. участие в мероприятиях, проводимых школой по обучению школьников навыкам рационального питания.</p>
--	--	---	--	---	---

		<p>— питание, в котором имеются адекватные соотношения белков, жиров, углеводов и др. нутриентов в зависимости от возраста, пола и индивидуальных особенностей;</p> <p><i>правильный режим питания .</i></p>			
7	Профилактика вредных привычек	<p>Развитие у подростков позитивных отношений с окружающими, приобретение умения адаптироваться к отрицательным эффектам рекламы, выразить свои чувства, разрешать конфликты, сопротивляться давлению, которое угрожает здоровью и жизни.</p>	<p>1)Проведение первичной профилактики наркозависимости через внедрение превентивных программ;</p> <p>2)Информирование учащихся о причинах, формах и последствиях злоупотребления ПАВ;</p> <p>3)Формирование у учащихся негативного отношения к возможности употребления наркотиков;</p> <p>4)Развитие навыков анализа и оценки информации, полученной о ПАВ;</p> <p>5) Тренинг общения;</p> <p>6)Формирование умения делать осознанный выбор.</p>	<p>1)подготовка учителей к ведению профилактической работы;</p> <p>2) организационно-методическое сопровождение реализации превентивных программ</p>	<p>1.информирование и консультирование родителей по проблеме незаконного употребления ПАВ;</p> <p>2.работа с семьями «группы риска»</p>

			7) Анкетирование по здоровому образу жизни; 8) Просмотр видеофильмов		
8	Экологическое	Формирование ответственного отношения детей к природе и своему здоровью, формирование представлений о единстве социальной сущности человека и его биологической природы, привитие навыков экологически оправданного поведения в природе	<ol style="list-style-type: none"> 1. Работа профильного лагеря экологического направления. 2. Выпуск экологических газет 3. Проведение экологических игр, конкурсов, викторин 4. Привлечение учащихся к облагораживанию пришкольной территории (создание Альпийской горки, реконструкция клумб и т.д.). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Изучение и обобщение передового опыта по экологическому воспитанию, включение вопросов экологии в учебные дисциплины. 2. Проведение конкурсов методических разработок по организации природоохранительного просвещения 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Привлечение родителей к планировке и облагораживанию пришкольной территории. 2. Работа по пропаганде экологических знаний среди жителей микрорайона (выпуск рекламных щитов, плакатов, экологические десанты, индивидуальные беседы и лекции для родителей).

«Школа-территория здоровья» МАОУ «Тёсово-Нетыльская СОШ»

2024-2025 учебный год

	Мероприятие	Дата	Ответственный	
1.	Составление рационального расписания уроков, не допускающего перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	сентябрь	заместитель директора по УВР	
2.	Инструктажи по т.б	сентябрь	Классные руководители	
3.	Организация дежурства по школе и по классам	сентябрь	заместитель директора по ВР	
4.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	сентябрь	заместитель директора по ВР	
5.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	сентябрь	Мед. работники, Классные руководители	
6.	Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровью сбережению детей.	сентябрь	заместитель директора по ВР	
7.	Операция «Внимание, дети!»	С 1.09. по 12.09.	заместитель директора по ВР, Классные руководители	
8.	Осенние спортивные соревнования. Открытие спортивного сезона. Легкоатлетический кросс	12-24. 09.	Учитель физкультуры	
9.	Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время	сентябрь	заместитель директора по ВР	
10.	Урок подготовки детей к действиям в условиях экстремальных и опасных ситуаций, посвящённый годовщине создания МЧС России	04.10.	Классные руководители	
11.	Всероссийский урок безопасности школьников в сети Интернет	октябрь	Учитель информатики, классные руководители	
12.	Кубок по пионерболу	октябрь	Учитель физкультуры	
13.	Генеральные уборки классов	25.10	Классные руководители	
14.	Инструктажи по т.б перед уходом на осенние каникулы	октябрь	Классные руководители	
15.	Организация социально- психологического тестирования	октябрь	Педагог-психолог	
16.	Неделя качества, классные часы, беседы	11-17.11	Классные руководители	
17.	«День без вредных привычек», викторина, конкурс рисунков	18.11	заместитель директора по ВР, волонтеры	

18.	Мастер-класс для обучающихся по оказанию первой помощи	ноябрь	Социальный педагог, волонтеры	
19.	Проведение классных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.(01.12)	02.12	Учитель биологии, классные руководители, волонтеры	
20.	Международный день инвалидов. Беседы по классам.	03.12	Психолог, классные руководители	
21.	День спасателя Российской Федерации. Информационные мероприятия, инструктажи по т.б.	27.12	классные руководители, волонтеры	
22.	Международный день без Интернета.(26.01) Безопасность в сети Интернет. Классные часы	24.01	классные руководители, волонтеры	
23.	Спортивные соревнования. Месячник оборонно-массовой работы.	17-21. 02.	Учитель физкультуры	
24.	Участие в районных мероприятиях Месячника оборонно – массовой и спортивной работы, посвященного Дню защитников Отечества.	февраль	Учитель физкультуры. классные руководители, волонтеры	
25.	Дорожная безопасность (деловая игра).	17.03	Зам. директора по ВР, классные руководители, Совет обучающихся	
26.	«Час Земли» общешкольная акция	25.03	Зам. директора по ВР, классные руководители, учитель биологии, Детский общественный Совет»	
27.	Инструктажи по т.б. перед уходом на весенние каникулы	25.03	Классные руководители	
28.	Неделя здоровья. День здоровья.	01-07.04	Зам. директора по ВР, классные руководители,	
29.	Мероприятия по уборке территории, озеленению посёлка. 22 апреля: Международный день Матери-Земли	21-30. 04	учитель биологии, Детский общественный Совет»	
30.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»	03.04	Зам. директора по ВР,	
31.	День пожарной охраны. Тематический урок 5-11 кл.	28.04	Зам. директора по ВР, классные руководители	
32.	Подведение итогов реализации превентивных программ	май	Зам. директора по ВР, классные руководители	

33.	Инструктажи по т.б. перед уходом на весенние каникулы	25.05	Классные руководители	
34.	Проведение мероприятий здоровьесберегающей направленности в Летнем оздоровительном лагере с дневным пребыванием детей «Солнышко» при МАОУ «Тёсово-Нетьльская СОШ»	июнь	Начальник лагеря	

Мероприятия, проводимые на протяжении всего учебного года

1. Поддержание санитарно-гигиенического режима (рациональное расписание, влажные уборки, освещённость рабочих мест учащихся, подбор мебели, воздушно-тепловой режим и т.д.).
2. Организация ежедневного горячего питания для учащихся, систематический контроль качества пищи (тепловой режим, разнообразие, соответствие санитарным требованиям).
3. Работа по профилактике травматизма.
4. Физкультурные паузы на уроках, разработка комплексов упражнений для профилактики зрительного утомления, нарушения осанки.
5. Валеологическое образование педагогического коллектива, оказание методической помощи педагогам по реализации валеологического подхода к урокам.
6. Работа спортивных кружков и секций.
7. Работа объединений дополнительного образования по здоровому образу жизни
8. Индивидуальные консультации психологов для учащихся, учителей, родителей.
9. Работа лекторских групп. (Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма)
10. Мероприятия по улучшению интерьера школы, создание уюта.
11. Внеклассная и внешкольная работа по пропаганде здорового образа жизни.
12. Усиление валеологической составляющей предметов естественнонаучного цикла (прежде всего биологии).
13. Реализация превентивных программ.
14. Выпуск газеты "Здоровый образ жизни".
15. Анкетирование учащихся с целью определения степени сформированности навыков ЗОЖ, изучения отношения учащихся к своему здоровью (по плану диагностических мероприятий).
16. Классные часы по правовому воспитанию. (реализация программы «Право и закон»)
17. Классные часы по ПДД и противопожарной безопасности (реализация программы «Безопасность дорожного движения»)
18. Классные часы по профилактике терроризма и экстремизма.
19. Классные часы по профилактике суицидов.
20. Заседание Совета профилактики.