

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Тинская средняя школа №1» имени Героя Советского Союза
Петра Акимовича Рубанова**

УТВЕРЖДАЮ
директор МБОУ "Тинская СШ № 1»
_____ Р.Н. Крахмалёва
Приказ № 61/2-О
от 01.09.2025 г.

Программа

«ШКОЛА – ЗДОРОВЬЕ ДЛЯ ВСЕХ»

Паспорт программы

Наименование программы	Школа – здоровье для всех
Разработчики программы	Зам. директора по УВР, зам. директора по ВР
Цель программы	Создать образовательную среду, гарантирующую безопасный учебный процесс, который способствует развитию психологического, социального и физического здоровья ученика.
Задачи программы	• Освоение и внедрение здоровьесберегающих технологий в практику работы всех служб школы. • Разработка и апробация системы повышения здоровьесформирующих компетенций педагогов и сотрудников школы. • Разработка и апробация модели здоровьесформирующей среды • Создание методической копилки инноваций педагогов школы по здоровьесберегающим технологиям. • Расширение взаимодействия субъектов здоровьесбережения со всеми компонентами микросоциума (администрации, педагогов, медицинских работников, семьи ученика, службы социальной помощи населению и т.п.) в контексте укрепления здоровья. • Создание условий для развития культуры здоровья педагогов. • Содействие формированию устойчивой мотивации здоровой жизнедеятельности у учащихся, их родителей и педагогов.
Срок реализации программы	2025 – 2028 гг.
Ожидаемые результаты реализации программы, их социальная эффективность	• Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус обучающихся. • Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения. • Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам. • 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. • Организация систематического контроля за состоянием здоровья обучающихся и учителей на основе организации профилактических осмотров. • Снижение заболеваемости всех участников образовательных отношений. • Разработка рекомендаций для родителей, администрации школы, учителей-предметников, позволяющих систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения. • Включение в план работы школы регулярное проведение дней здоровья. • Регулирование системы внеурочных занятий, способствующих комплексному формированию здорового образа жизни.
Участники реализации программы	Обучающиеся 1-11 классов, их родители, классные руководители, учителя-предметники, социальный педагог, медицинский работник школы, медицинские работники Нижнеингашской ЦРБ.
Формы и методы	Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые

реализации программы	штурмы, традиционные мероприятия, внеклассная работа, внеурочная деятельность.
Условия реализации программы	• Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ. • Проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья. • Учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития школы.
Управление и контроль	Контроль над реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация школы.

Пояснительная записка

Проблема здоровья школьников сегодня как никогда актуальна. В Федеральном государственном образовательном стандарте говорится, что «Единственный и абсолютный в своем значении предмет общего среднего образования – становящийся человек и гражданин, его ЗДОРОВЬЕ, его человеческие и гражданские качества».

Для решения задачи сохранения здоровья ученика Министерство образования Российской Федерации инициировало разработку в образовательных учреждениях специальных программ, направленных на укрепление здоровья обучающихся, составленных с учётом их возрастных, психофизиологических особенностей. Решение проблемы здорового образа жизни является ключевой во все возрастные периоды, начиная с раннего детства.

Настоящая Программа «Школа – здоровье для всех» (далее - Программа) составлена на основе Федеральной целевой программы развития образования.

На сегодняшний день весьма актуальными является создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Школа должна выпускать не только культурного, высоконравственного, творческого человека, но прежде всего – здорового. Обозначая цель деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья учащихся и педагогов нашей школы, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

Реализация программы начинается с первого класса и продолжается на всех ступенях обучения, способствуя сохранению здоровья участников образовательного процесса. Программа служит основой сотрудничества образования и здравоохранения, общественности, школы и родителей.

Для ее реализации не требуется дополнительных часов в учебном плане школы, она войдёт в образовательные области, базирующиеся на предметах естественнонаучного, гуманитарного, эстетического циклов, а также через систему дополнительного образования и воспитательные мероприятия.

Программа призвана послужить моделью, которую школа и учителя смогут использовать при разработке учебных планов, отвечающих потребностям школьников в этой области знаний, а также при оценке достижений обучающихся.

Основной задачей нашей школы является формирование у обучающихся системы знаний учебных дисциплин. Но образование – это один из основных элементов социально культурного и экономического развития страны. В этой связи на образование как целостную государственную систему, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо прочих, задача сохранения физического, нравственного и психического здоровья подрастающего поколения. Поэтому наше образовательное учреждение содействует социализации выпускников средней общеобразовательной школы в сложных, динамично меняющихся, условиях современной действительности.

Программа включает в себя все наиболее распространенные в настоящее время направления здоровьесберегающей деятельности школы, применяемые в системе образования:

- Сохранение и укрепление здоровья ученика.
- Обеспечение формирования здоровьесохраняющих культурных традиций семьи.
- Обеспечение здоровьесохраняющей деятельности педагога.

Программа предусматривает:

- мониторинг состояния здоровья учащихся в разные периоды их обучения в школе;
- профилактические мероприятия для разных возрастных групп;
- пропаганду здорового образа жизни; создание и апробацию здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс;
- формирование способности к самодиагностике состояния здоровья и устойчивой мотивации на здоровый образ жизни;
- обучение учащихся самостоятельно снимать с себя психическое напряжение;
- формирование у педагогов, родителей и учащихся здорового образа жизни.

Эта программа представляет собой комплексную систему профилактических и оздоровительных технологий, реализация которых проводится в отношении всех возрастных групп учащихся школы. Все профилактические и оздоровительные технологии осуществляются администрацией школы, педагогами и родителями и основываются на результатах ежегодных профилактических осмотров всех учащихся.

Планомерное сотрудничество всех участников образовательных отношений в направлении сохранения и укрепления здоровья ученика приведет к желаемому результату: здоровый ученик – здоровое будущее страны!

Нормативно-правовая база программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».
2. Конституции Российской Федерации.
3. СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
5. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации ФЗ-273.
6. Приказ Минобрнауки РФ «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

Ресурсное обеспечение программы

В МБОУ «Тинская СШ №1» им. П.А. Рубанова созданы необходимые условия для сбережения здоровья обучающихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Здание школы расположено на благоустроенном участке. Территория школы ограждена забором.

Кадровые ресурсы	Материально-технические	Научно-методические ресурсы
• Директор ОУ; • заместители директора по УВР, ВР; • социальный педагог; • классные руководители; • учителя-предметники; • медицинский работник школы; • члены школьного родительского комитета. • педагог-психолог.	• кабинеты, обеспеченные необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающим гигиеническим требованиям; • спортзал, обеспеченный спортивным инвентарем и спортивным оборудованием; • тренажерная комната; • раздевалки; • столовая, соответствующая всем санитарным и гигиеническим требованиям; • медицинский кабинет; • кабинет психолога.	• методическая литература, необходимая для подготовки уроков с использованием здоровьесберегающих технологий; • методические разработки уроков, классных часов, родительских собраний.

Сроки и этапы реализации программы

1 этап – 2025-2026 уч. г.

2 этап – 2026-2027 уч. г.

3 этап – 2027-2028 уч. г.

1 Этап «Информационно-подготовительный»

Цель: выявление проблемы и обоснование актуальности программы; подготовка диагностик, материалов;

Задачи:

- создание рабочей группы;
- оценка имеющихся ресурсов (материальных, кадровых, организационных, информационных);
- распределение сфер ответственности, обязанностей и задач каждого участника проекта;
- выявление структуры факторов, оказывающих негативное воздействие на здоровье обучающихся;
- анализ актуальности рассматриваемой проблемы (изучение медкарт, тестирование, диагностика);
- анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение и внедрение здоровьесберегающих технологий;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

Ответственные: Администрация школы, рабочая группа (учителя-предметники, классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог).

2 Этап «Основной (Практический)»

Цель: реализация разработанного здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса.

Задачи:

- совершенствование материально-технической базы ОУ: разработка программ школьных разновозрастных объединений, планов воспитательных работ с классом по направлению «здорового образа жизни», внедрение в практику работы педагогов здоровьесберегающих технологий;
- разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования, подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля обучающегося;
- профилактическая работа по предупреждению заболеваний: программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся;
- обеспечение качественного и рационального питания школьников и учителей;
- организация сотрудничества семьи и школы: систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- повышение психолого-педагогической компетентности педагогического коллектива: внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- организация и проведение спортивных праздников и соревнований с участием педагогов и родителей;
- организация и проведение различных внеурочных видов деятельности: дни здоровья, месячники, декады, акции по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек.

Ответственные: Администрация школы, рабочая группа (учителя-предметники, классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог), родители.

3 Этап «Аналитический»

Цель: анализ результатов выполнения программы.

Задачи:

- обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов эксперимента с поставленной целью; корректировка исследования описание хода и результатов эксперимента;
- оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности.

Ответственные: Администрация, учителя-предметники, родители.

Общее представление о здоровьесберегающей среде

Здоровьесберегающие образовательные технологии следует признать наиболее значимыми из всех перечисленных по степени влияния на здоровье обучающихся. Конечно, единственной уникальной технологии здоровья не существует. И только благодаря комплексному подходу к обучению школьников могут быть решены задачи формирования и укрепления здоровья обучающихся. Приоритетной задачей нашей школы, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни школьников. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения – образовательной среды. Согласно санитарно-гигиеническим нормам и правилам создание такой образовательной среды предполагает:

- 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 обучающимися)
- Санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы)

Основные направления деятельности программы и предполагаемые формы работы

Основные направления в здоровьесберегающей деятельности школы.

1. Сохранение и укрепление здоровья ученика:

- обеспечение школьника возможностью сохранения здоровья на период обучения в школе;
- снижение уровня заболеваемости обучающихся;
- уменьшение уровня тревожности обучающихся;
- сохранение работоспособности на уроках;
- положительная динамика физического развития ребенка;
- коррекция способности ребенка выстраивать отношения со сверстниками, родителями, учителями; коммуникативные навыки вне школы;
- формирование системы спортивно-оздоровительной работы;
- применение индивидуального подхода к обучающимся;
- наличие правильного, сбалансированного питания обучающихся;
- повышение уровня культуры здоровья обучающихся, их грамотности в вопросах здоровья;
- компетентность педагогов в вопросах здоровья и здоровьесберегающих технологий.

2. Обеспечение формирования здоровьесохраняющих культурных традиций семьи.

Формирование здорового образа жизни должно стать одно из традиций семьи. Она играет важнейшую роль в формировании навыков, умений и основных знаний, способствующих поддержанию собственного здоровья:

- соблюдения элементарных культурно – гигиенических навыков;
- правильное построение и соблюдение режима дня;
- умение анализировать опасные ситуации (находить выход из них);
- знание основных частей тела, их расположение и роль в жизнедеятельности организма;
- знание основ безопасности нахождения в окружающей среде;
- определение показателей: рост, вес, пульс, дыхание (для контроля над состоянием здоровья и его коррекции);
- основные правила правильного питания;
- понимание значения двигательной активности для развития здорового организма;
- знание правил сохранения здоровья от простудных и других инфекционных заболеваний;
- умение оказывать простейшую помощь при небольших порезах, ушибах, ожогах, обморожениях;
- знание природных факторов, укрепляющих здоровье, и правил их использования;
- знание лечебных учреждений (где возможно получить помощь в случае болезни).

Для эффективного сохранения и укрепления здоровья ребенка родители могут использовать разнообразные методы, рекомендованные педагогическим коллективом, учитывая возрастные особенности ребенка: занимательная беседа, рассказ, чтение и обсуждение детских книг, просмотр спортивных телепередач, совместные походы, игры и прогулки и т.п.

3. Обеспечение здоровьесохраняющей деятельности педагога.

Понятие «здоровьесберегающая деятельность педагога» появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет. Оно включает в себя умения учителя осуществлять деятельность по профилактике физического, психологического и социально-нравственного здоровья ученика.

Урок остаётся основной организационной формой образовательного процесса, поэтому важной частью здоровьесберегающей работы в школе является рациональная организация урока:

- обстановка и гигиенические условия в классе (кабинете);
- количество видов учебной деятельности (4-7 видов за урок);
- средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности (7-10 минут);
- количество видов преподавания (не менее трех) и их чередование (не позже чем через 10-15 минут);
- наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих обучающихся, когда они действительно превращаются из «потребителей знаний» в субъектов действия по их получению и созиданию;
- место и длительность применения ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами), поза обучающихся, чередование позы;
- наличие, место, содержание и продолжительность оздоровительных моментов на уроке (физминутки, динамические паузы, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек);
- наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни;
- наличие мотивации деятельности обучающихся на уроке;
- психологический климат на уроке;
- наличие на уроке эмоциональных разрядок: шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, известное высказывание (афоризм) с комментарием, небольшое стихотворения, музыкальная минутка и т.п.

Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности

РАЗДЕЛ 1. 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 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.

- Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку, зданию школы.
- Организация качественного горячего 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. 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.
- Готовность учителей к участию в здоровьесохранной работе.
- Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования.
- Организация самоаудита школы - внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы.

РАЗДЕЛ 4. Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесохранной деятельности школы.

- Состояние физкультурно-спортивного комплекса школы.
- Организация уроков физической культуры в образовательном учреждении.
- Физвоспитание в режиме дня школы.
- Внеклассная физкультурно-спортивная работа.
- Контроль за выполнением обучающимися нормативов двигательной активности.
- Выполнение обучающимися норм ГТО.
- Комплексная оценка физической подготовленности обучающихся школы.

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

- Организация образовательной работы в рамках учебных дисциплин здоровьесохранного блока.
- Организация воспитательной работы в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся.
- Участие обучающихся и их родителей в здоровьесохранной работе школы.

РАЗДЕЛ 6. Организация профилактики употребления психоактивных веществ в социальной среде обучающихся.

- Реализация программы профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися.
- Выявление факторов риска распространения психоактивных веществ в среде обучающихся.
- Участие обучающихся в СПТ.
- 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.

Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения.

1. Гигиенические средства (медико-гигиенические здоровьесберегающие технологии), включающие комплекс мер, направленных на соблюдение надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПинНов:

- Требования к материально-техническому состоянию здания школы; организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов.
- Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления.
- Организация рационального горячего 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 умственного труда, двигательной активности, режима питания и сна.

Соблюдение требований медицинской направленности:

- Функционирование в школе медицинского блока.
- Своевременная диспансеризация обучающихся школы, педагогов и сотрудников школы.
- Формирование привычной потребности вести здоровый образ жизни.
- Привитие детям элементарных навыков личной и общественной гигиены.
- Реализация профилактических программ прививок обучающихся с целью предупреждения инфекций.

2. Средства двигательной направленности (физкультурно-оздоровительные здоровьесберегающие технологии).

В основном данные технологии реализуются на уроках физкультуры и в работе спортивных секций. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурнооздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье).

- Уроки физкультуры, способствующие тренировке силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств. Лечебная физкультура.
Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, в образовательном процессе обеспечиваться за счет:
- Физкультминутки в соответствии с рекомендуемым комплексом упражнений.
- Организованных подвижных игр на переменах.
- Внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья.
- Самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

3. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ (здоровьесберегающие образовательные технологии – психолого-педагогические).
Психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса.

- Обеспечение положительного эмоционального климата в ученическом коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик.
- Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер обучающихся в процессе их развития.
- Функционирование кабинета психологической разгрузки (психогимнастика, тренинги и т.п.).
- Коррекция неблагоприятных психосоматических состояний детей.

4. Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровьесберегающие образовательные технологии – организационно-педагогические).
Способствуют предотвращению состояния дезадаптационных состояний.

- Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс (частично регламентировано в СанПиН).
- Системный подход к организации образовательной деятельности.
- Модернизация содержания образования, в рамках действующего законодательства.

5. Профилактические и закалывающие средства (здоровьесберегающие образовательные технологии – учебно-воспитательные).

- Обучение грамотной заботе о своем здоровье через просветительские лектории, тренинги.
- Культурно-массовые мероприятия оздоровительной направленности.
- Работа с семьей обучающегося (пропаганда здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории, индивидуальных бесед, групп по интересам).
- Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивнооздоровительные праздники, дни здоровья, выход на природу, экскурсии).

Методы контроля над реализацией программы

- проведение заседаний педагогического совета школы, совещаний при директоре;
- посещение и взаимопосещение уроков, внеклассных мероприятий;
- создание методической копилки, обмен опытом;
- мониторинг состояния здоровья обучающихся и морально-психологического климата в школе;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
- контроль над организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

План мероприятий по реализации программы

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
1. Медицинское направление				
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: Анализ основных характеристик состояния здоровья детей в коле. Выявление обучающихся специальной медицинской группы. Ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.	Классные руководители (согласно предоставленным данным)	Ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2.	Медосмотр обучающихся школы, плановая диспансеризация, определение уровня физического здоровья.	Медработники ЦРБ Нижнеингашского района, учителя физической культуры	Ежегодно	План медосмотров
1.3.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся	Медработники ЦРБ	Ежегодно	План прививок
1.4.	Анализ случаев травматизма в школе	Администрация школы	Ежегодно	Материалы отчетов
1.5.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	Администрация школы, классные руководители, медицинская сестра школы	Ежегодно, в течение года	Материалы отчетов
1.6.	Контроль над качеством питания и питьевым режимом	Директор, ответственный за организацию питания детей в школе, представители родительского комитета	Ежедневно в течение года	Справки, акты
1.7.	Контроль соответствия кабинетов гигиеническим требованиям: проветривание, освещение, отопление, уборка и т.д.	Заместитель директора по АХР, учителя предметники	Ежедневно в течение года	Заключение соответствия
1.8.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок участников образовательного процесса (соблюдение требований СанПиН)	Администрация школы	Ежегодно	Справка по оценке расписания

1.9.	Постоянный контроль над функционированием школьной столовой	Директор школы, родительский контроль ответственный за организацию питания детей в школе	Ежедневно в течение года	Заключение соответствия
2. Просветительно - воспитательное направление				
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий) по здоровому образу жизни.	Заместитель директора по ВР, классные руководители	Ежегодно	График проведения лектория
2.2.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	Администрация школы	Ежегодно	План работы
2.3.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме здоровьесбережения	Администрация школы	Ежегодно	Протокол педсовета
2.4.	Организация просветительской работы с обучающимися (лекторий, тематические классные часы и другие виды работ).	Заместитель директора по ВР	Ежегодно	План работы
2.5.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	Заместитель директора по ВР	Ежегодно	План работы
2.6.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, физики, ОБЖ, физической культуры.	Учителя-предметники	В течение года	Планы уроков
3. Психолого-педагогическое направление				
3.1.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе; - выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения; - разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения	Администрация школы, классные руководители, педагог психолог	Ежегодно	Диагностические исследования

3.2.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности	Учителя - предметники	Ежегодно	Планы уроков
4. Спортивно-оздоровительное направление				
4.1.	Организация спортивных мероприятий.	Учителя физической культуры	Ежегодно	План работы
4.2.	Разработка системы внеурочной работы по формированию здорового образа жизни обучающихся.	Администрация школы	Ежегодно	План работы внеурочной деятельности и секций
4.3.	Привлечение обучающихся, родителей, социальных партнёров школы различным формам оздоровительной работы.	Заместитель директора по ВР	Ежегодно	План работы

Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения

Сентябрь

- Организация дежурства по школе и по классам.
- Налаживание работы внеурочной деятельности.
- Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровьесбережению.
- Организация качественного горячего питания обучающихся.
- Проведение физкультминуток на уроках, подвижных игр на переменах.
- Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях.
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Неделя здоровья.
- Обеспечение систематического контроля занятости детей во внеурочное время.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

Октябрь

- Организация работы обучающихся по поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка школьного здания к зимнему периоду.
- Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Ежедневные физкультминутки на уроках и подвижные игры на переменах.
- Школьные соревнования по волейболу.
- Социально-психологическое тестирование обучающихся.

Ноябрь

- Проведение мероприятий, в рамках Акции «Молодёжь выбирает жизнь».
- Выпуск плакатов, посвящённых борьбе с курением и наркотиками «Курить – себе вредить».

- Систематические физкультминутки и динамические паузы.
- Отчёты о проделанной работе по организации здоровьесбережения в образовательном учреждении.

Декабрь

- Проведение мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
- Систематические физкультминутки и динамические паузы.
- Школьные соревнования по прыжкам в высоту.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

Январь

- Воспитательные часы «Здоровый образ жизни».
- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

- Мероприятия патриотической направленности: Зарница, Праздник песни истоя.
- Физкультминутки и динамические паузы.

Март

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- День здоровья.
- Систематические физкультминутки и динамические паузы.
- Школьные соревнования по лыжным гонкам.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

Апрель

- Акция «Всемирный день здоровья».
- Школьные соревнования по гимнастике.
- Систематические динамические паузы, физкультминутки.

Май

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ (велопробег, товарищеская встреча дворовых команд по волейболу).
- «Весёлые старты».
- Акция «Чистый сквер».
- Закрытие спортивного сезона.
- Проведение экскурсий на природу.

Июнь

- Международный день защиты детей.
- Реализация программы летнего оздоровительного лагеря при школе.
- Временное трудоустройство подростков (ТОС).

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЫ.

Основная задача школы, которая работает над формированием здоровьесберегающей среды, заключается в том, чтобы подготовить ученика к самостоятельной жизни, вырастить его нравственно и физически здоровым, научить грамотно, ответственно и эффективно сохранять свое здоровье. Здоровье ученика, его социально-психологическая адаптация, нормальное развитие во многом определяется средой, в которой он живет. Для ребенка от 7 до 18 лет этой средой является школа.

I ступень. Начальное звено. Уровень: Прimitивно-поведенческий

Результат:

- Сформированы навыки коммуникации учитель-ученик, ученик-ученик.

- Присутствуют элементарные навыки санитарно-гигиенической культуры.
- Ученик приобщается к гигиенической культуре.
- Обучающийся внедряет в свою деятельность элементарные составляющие здорового образа жизни.
- Правильная организация питания в учреждении.

II ступень. Среднее звено. Уровень. Эмоциональный.

Результат:

- Стремление к самостоятельной организации здорового образа жизни.
- Уменьшение психоэмоциональной нагрузки, отсутствие негативного отношения к учебному процессу.
- Учебная нагрузка, соответствующая возрасту обучающегося, не вызывает угнетения ребенка.
- Снижение гиподинамии в жизни ученика.
- Осведомленность участников образовательного процесса в вопросах охраны и укрепления здоровья.
- Правильная организация питания в учреждении.
- Наличие индивидуального подхода к обучающимся.

III ступень. Старшее звено. Уровень: Нравственный.

Результат:

- Отсутствие стрессовых ситуаций на уроках.
- Интенсификация образовательного процесса не приводит к переутомлению.
- Отсутствие нарушений физиологических и гигиенических норм.
- Правильная организация питания в учреждении.
- Популяризация культуры здоровья.
- Формирование полового самосознания и здорового образа жизни.

Осуществление запланированных действий по реализации данной программы позволит получить следующие результаты:

- сформирована система физкультурно-оздоровительной работы 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 ребенка;
- осуществлен систематический контроль над состоянием здоровья обучающихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики;
- снижена заболеваемость всех участников образовательного процесса;
- создан банк данных о состоянии здоровья каждого обучающегося на всех ступенях образования;
- повышаться уровень знаний по вопросам здоровья и его сохранения.

**План действий по реализации программы «Школа – здоровье для всех»
на 2025 – 2028 учебные годы**

Этапы реализации программы	Программные мероприятия		
	Для педагогов	Для учащихся	Для родителей
Первый этап	1.Круглый стол в рамках педагогического совещания «Основы воспитания культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя». 2.Взаимопосещаемые уроки «Использование интерактивных методов в работе учителя-предметника при формировании ЗОЖ обучающихся».	1. Круглый стол старшеклассников «Здоровый образ жизни - основа нашего будущего» 2.Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся. 3.Исследование духовно-нравственного здоровья (представляет собой оценку уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников). 4.Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности культуры здоровья школьников. 5.СПТ.	1.Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы посредством консультаций, информационных писем и буклетов, выступлений на родительских конференциях, родительских собраниях. 2.Изучение уровня удовлетворённости учащихся и родителей организацией физкультурно-оздоровительной работы в школе. 3.Работа родительской общественности по надзору за созданием здоровых и безопасных условий учёбы и труда. 4. ознакомление родителей с результатами СПТ.
Второй этап Цель: реализация программы деятельности, внесение, по мере необходимости, корректив в ее основные положения	1.Обмен методическими материалами . 2.Организация цикла занятий «Здоровье- это сила». 3.Медикопедагогический всеобуч «Будьте здоровы!»	1.Беседы, лекции, просмотры научно популярных телепрограмм, видеофильмов. 2.Организация медицинского всеобуча. 3.Конкурс «Самый здоровый класс года». 5.Цикл классных часов «Как уберечь себя от беды» (1-4-е классы).	1.Совместные занятия детей и родителей, участие в играх на воздухе, походах, спортивных соревнованиях. 2.Общешкольный День здоровья. 3.Тематические родительские собрания «Быть здоровым – это модно!». 4.Медико - педагогический

		6. Цикл классных часов «Здоровые привычки – здоровый образ жизни» (5-7-е классы). 7. Цикл классных часов «Вредные привычки и их преодоление» (8-9-е классы). «Здоровый образ жизни» (10-11-е классы).	всеобщ «Будьте здоровы!».
Третий этап Цель: обобщение позитивного опыта здоровьесберегающей работы школы.	Педагогический совет «Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности».	1. Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся». 2. Исследование духовно – нравственного здоровья посредством изучения уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников. 3. Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности культуры здоровья обучающихся.	1. Общешкольное родительское собрание «Результаты реализации программы». 2. Размещение отчетной информации в родительские чаты.

Традиционные мероприятия на всех этапах	1. Выполнение и соблюдение норм и правил СанПиН (шум, освещённость, воздушная среда, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи, обследование обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями, рациональное расписание занятий, дозирование домашних заданий). 2. Соблюдение динамических пауз на всех уроках в 1-4-х классах. 3. Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных и неинфекционных заболеваний среди обучающихся. 4. Обеспечение надлежащих психолого - педагогических условий (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и т.п.). 5. Организация контроля над координацией питания учеников в школе. 6. Профилактика гиподинамии –организация подвижных переменок. 7. Дни здоровья. 8. Тематические классные часы по ЗОЖ. 9. Мониторинг показателей здоровья школьников (группа здоровья, физкультурная группа здоровья). 10. Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов. 11. Мониторинг эмоционального состояния учащихся и педагогов. 12. Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях. 13. Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни. 14. Медицинские осмотры обучающихся и педагогов.
---	---