

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №5
имени Героя Советского Союза О. В. Гудкова
города Георгиевска»**

Согласовано:
На Управляющем Совете
Председатель
МБОУ СОШ № 5 им. О.В. Гудкова г.
Георгиевска

Стрельников С.В.
протокол от 2.08.2023 № 5

Рассмотрено:
на педагогическом совете
протокол от 29.08.2023 г. № 1



ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Муниципального общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 5
имени Героя Советского Союза О.В.Гудкова города Георгиевска

**В СООТВЕТСТВИИ С МЕТОДИЧЕСКИМИ РЕКОМЕНДАЦИЯМИ ПО СИСТЕМЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ**

Паспорт программы

Наименование программы	«Школа – территория здоровья»	
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	- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий; - формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью; - пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности; - изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение; - обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения; - четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы; - формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения; - развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды; - развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов; - воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни	
Срок реализации программы	2023-2024	
Ожидаемые результаты реализации программы, их социальная эффективность	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 рекомендаций для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровья/бережения; 8. Включение в план работы школы регулярное проведение недель здоровья; 9. Создание комнат психологической разгрузки для обучающихся; 10. Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.
Нормы и методы реализации программы	Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, фоновые мероприятия, внеклассная работа, внеурочная деятельность.
Условия реализации программы	Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ учет в любом решении ОУ аспектов, связанных с влиянием данного решения на здоровье 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
Управление, контроль	Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет

Нормативно-правовая база программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. «Конвенция ООН о правах ребенка» 1989г.;
2. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
3. «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»;
4. Конституции Российской Федерации от 12.12.1993г.;
5. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (Сан Пин 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;
6. Сан Пин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
7. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
8. Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»

Пояснительная записка

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Забота о сохранении здоровья учащихся важнейшая обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива и самого ребенка. Здоровье-основа формирования личности. Таким образом, проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, будут актуальны всегда. 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.

В Конвенции о правах ребенка подчеркивается, что современное образование должно стать здоровьесберегающим. В законе «Об образовании» сохранение и укрепление здоровья детей выделено в приоритетную задачу.

Педагогический коллектив МБОУ СОШ №5 им.О.В.Гудкова г.Георгиевска, уделяя большое внимание в своей образовательной деятельности здоровью обучающихся, пришел к необходимости применения здоровьесберегающих технологий в организации образовательного процесса, и разработать программу, способствующую созданию оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

В качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья учащихся и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни. Вместе с тем выявлен ряд проблем, среди которых:

не созданы соответствующие условия для занятий физической культурой и спортом для детей с ослабленным здоровьем, с ограниченными возможностями здоровья;

отсутствует глубокая медицинская диагностика врачей-специалистов.

Предметом исследования, а также целью данной программы является поиск наиболее оптимальных средств для формирования самой важной базовой характеристики, обеспечивающей реализацию всех остальных,- здоровья.

Программа призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка, направленные на защиту здоровья и получение полноценного образования.

Материально-техническое обеспечение

В школьном здании 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. Здание школы расположено на благоустроенном участке. Территория школы ограждена

забором. На территории школы расположена многофункциональная спортивная площадка. Здание подключено к районным инженерным сетям – холодному и горячему водоснабжению, отоплению.

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, 2 спортивных зала с инвентарем и необходимым оборудованием, тренажерный зал, раздевалки, душевые, отдельные для девочек и мальчиков, спортивная площадка - стадион для активных игр и прогулок, настольный теннис, столовая (организовано горячее питание, разнообразное меню), медицинский кабинет, актовый зал. 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.

Информационно-коммуникативные технологии широко используются во внеурочной деятельности школы. Организован доступ обучающихся и педагогов к средствам ИКТ и Интернет-ресурсам для поиска информации, оформление работ, создания фильмов и презентаций с разнообразной тематикой для проведения классных часов, общешкольных научно-практических конференций, вечеров отдыха, родительских собраний и других мероприятий с использованием ПК и ИКТ.

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 валологии на уроках биологии и ОБЖ в классах среднего и старшего звена;

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 классного руководителя:

санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;

организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;

организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;

организация и проведение профилактических работ с родителями;
организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками; 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 диагностики уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Общие представления о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении МБОУ СОШ № 45

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:

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 педагогических советах;
создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;

составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;

проведение физкультурминут;

гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;

четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;

плановая организация питания учащихся;

реабилитационную работу;

Блок просветительно-воспитательной работы предполагает:

организацию «Дней здоровья», внеучебной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;

включение в воспитательный план образовательного учреждения 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, экологии, ОБЖ, 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 кружковой, 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 партнеров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Блок здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения предполагает:

соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;

работу

наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровьесберегающую

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;
обеспеченность образовательным учреждением необходимой научно-методической литературой

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 здоровьесохранной 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 здоровьесохранной 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 здоровьесохранного блока

Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся

Участие обучающихся и их родителей в здоровьесохранной 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 избежании 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

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 закалывающие 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

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности данной программы. В качестве основополагающей линии развития нашей школы в этом направлении выбрана концепция здоровьесберегающего образования. Школа должна стать «антропоцентричной», т.е. центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, соответственно, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям его всестороннего личностного развития. Модель технологий обучения в здоровьесберегающей школе существенно отличается от других существующих моделей и педагогических систем. Она предоставляет ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках не ученик подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя, а учитель, обладая разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем ребенка. Это требует разработки новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации обучения и здоровьесбережения. Учет индивидуальных особенностей учащихся в педагогической деятельности – это комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими путями:

вариативностью образовательной среды на основе принципов профилизации обучения;
дифференциацией обучения;

индивидуализацией учебного процесса с учетом личностных особенностей учащихся;
разработкой индивидуальных образовательных программ для детей с особенностями развития и педагогически запущенных детей;

индивидуальными портфолио в системе дистанционного образования

Работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения учащихся

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	- знание основ строения и функционирования организма человека; - знание изменений в организме человека в пубертатный период; -умение оценивать свое физическое и психическое состояние;	- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье; - убеждение в пагубности для здоровья и

жизни.	- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; -поддержание физической формы; - телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;- гигиена умственного труда.	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.
--------	--	---

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) и 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.

Методы контроля над реализацией программы

проведение заседаний педагогического совета школы;

посещение и взаимопосещение уроков, внеклассных мероприятий;

создание методической копилки опыта;

мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе.

сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.

контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.