

**Принято:**

на заседании Педагогического  
совета

протокол № 7  
от 14.03.2018г.

**Согласовано:**

На заседании Управляющего  
Совета Учреждения

М.А. Мухоморова  
от 14 февраля 2018г.

**Утверждаю:**

Директор Учреждения

Лозовская О.А.

Приказ № 153/1-07  
от 15.03.2018г.



## ПРОГРАММА

по укреплению и сохранению

здоровья обучающихся

ГБОУ СОШ № 11 г. Кинеля

**«Наше здоровье»**

на 2018 – 2022гг.

## Паспорт программы

<b>Наименование программы</b>	Программа «Наше здоровье»
<b>Направление</b>	Сохранение и укрепление здоровья
<b>Нормативно-правовые основания для разработки программы</b>	<p>– Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90.</p> <p>– Национальный проект «Здоровье»</p> <p>– Федеральный закон № 3266-1 от 10.06.92 «Об образовании» (в ред. ФЗ от 13.01.96 №12-ФЗ, от 16.11.1997 № 144-ФЗ, от 20.07.2000 № 102-ФЗ, от 07.08.2000 № 122-ФЗ)</p> <p>– Федеральный закон №38 –ФЗ от 30.03.1995. «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ – инфекции)».</p> <p>– Федеральный закон от 24.07.98 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями от 20 июля 2000 г.).</p> <p>– Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993; СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»</p> <p>– Распоряжение Правительства РФ от 07.08.2009 года № 1101-Р «Стратегия развития физической культуры и спорта РФ на период до 2020 года»</p> <p>– Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»</p>
<b>Разработчик программы</b>	Коллектив ГБОУ СОШ № 11 г.Кинеля
<b>Цель программы</b>	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.
<b>Задачи программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Изучить и проанализировать состояние здоровья обучающихся, воспитанников, отношение к вредным привычкам, выявить тенденции, приводящие к падению уровня культуры здоровья обучающихся, воспитанников;</li> <li>➤ Организовать работу по профилактике вредных привычек через разъяснение последствий воздействия их на организм человека;</li> <li>➤ Вести пропаганду ценности здорового образа жизни через систему организационно-теоретических и практических занятий в родительском лектории, совместных спортивно-оздоровительных мероприятий;</li> <li>➤ Внедрять воспитательный процесс инновационные программы, направленные на охрану и укрепление здоровья детей и подростков;</li> <li>➤ Организация летней оздоровительной работы с детьми</li> </ul>

	и подростками; ➤ Оказание психолого-педагогической помощи в процессе социализации подростка.
<b>Предмет изучения</b>	Здоровье обучающихся, воспитанников и факторы, вызывающие нарушения состояния здоровья.
<b>Сроки</b>	2018 г.- 2022 г.
<b>Ожидаемые результаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;</li> <li>➤ повышение приоритета здорового образа жизни;</li> <li>➤ повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;</li> <li>➤ повышение уровня самостоятельности и активности школьников;</li> <li>➤ повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья;</li> <li>➤ создание системы методической поддержки преподавателей в области инновационных технологий.</li> </ul>
<b>Диагностика эффективности программы</b>	Мониторинг состояния здоровья обучающихся
<b>Участники программы</b>	Обучающиеся, родители, педагогический коллектив

## Пояснительная записка

«Забота о здоровье ребёнка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху.

Это, прежде всего, забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».

*В. А. Сухомлинский*

Настоящая Программа «Наше здоровье» является продолжением успешно реализованной Программы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни «Твое здоровье» на 2012 - 2017 годы.

Данная Программа, как и предыдущая, указывает основные стратегические направления становления здорового образа жизни, обеспечивающие позитивную динамику развития здоровьесберегающей среды Учреждения, положительную динамику отказа от вредных привычек. Программа может подвергаться корректировке в соответствии с конкретной ситуацией, достигнутыми результатами, новыми законодательными актами и имеющимися ресурсами.

В последнее время катастрофическое ухудшение здоровья обучающихся становится все очевиднее. Развитие Учреждения идет по пути интенсификации, увеличения физических и психических нагрузок на ребенка. Лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем заниматься производительно-полезным трудом. Профилактика же детских заболеваний является хорошо окупаемым национальным вложением, более экономичным и результативным, чем дорогостоящее лечение. Поэтому проблема сохранения здоровья обучающихся и привития им навыков здорового образа жизни сегодня очень актуальна. Модернизация системы образования требует внедрения кардинально нового подхода в обучении, который должен органично войти в повседневную деятельность Учреждения и лежать в основе всего образовательного процесса. Программа «Наше здоровье» является комплексной, в ней особое внимание уделено медико-биологическим, психологическим и социальным аспектам физического и нравственного здоровья детей.

Программа разработана с целью оптимального использования здоровьесберегающих технологий в процессе образования обучающихся и ориентирована на охрану и укрепление их здоровья для получения полноценного образования. Путем реализации программы раскрываются возможности образовательного учреждения в осуществлении здоровьесберегающей деятельности, в пропаганде здорового образа жизни, в формировании культуры здоровья воспитанников.

Выделяют несколько компонентов здоровья:

- Социальное здоровье – это моральное самообладание, адекватная оценка своего «Я», самоопределение личности в семье, школе, социальной группе.
- Соматическое здоровье – текущее состояние органов и систем организма человека.
- Физическое здоровье – уровень роста и развитие органов и систем организма.
- Психическое здоровье – состояние психической сферы, душевного комфорта.
- Нравственное здоровье – это система ценностей, установок и мотивов поведения человека в обществе.

Основная задача Учреждения – создание необходимых условий, гарантирующих охрану и укрепление здоровья обучающегося. Иными словами, если задача медицины – воздействовать на причины болезни, то задача педагогики – воздействовать на причины здоровья. Учреждение может и должна заниматься изучением таких причин.

Причины здоровья – это категория, характеризующая условия формирования конкретного

человека, становления и развития его психических и духовных качеств, физического совершенства, целевой жизненной установки.

### **Факторы, влияющие на причины здоровья обучающегося:**

- Состояние лечебно-оздоровительной работы в Учреждении.
- Состояние внеурочной воспитательной работы в Учреждении.
- Уровень психологической помощи обучающимся.
- Состояние микроклимата в Учреждении и дома.

Таким образом, создание активной среды, в которой обучение ребёнка происходит не за счёт ресурсов его здоровья, а вследствие специально организованной системы развития внутреннего потенциала обучающегося, становится актуальной задачей Учреждения.

### **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**

- Изучить и проанализировать состояние здоровья обучающихся, воспитанников, отношение к вредным привычкам, выявить тенденции, приводящие к падению уровня культуры здоровья обучающихся, воспитанников;
- Организовать работу по профилактике вредных привычек через разъяснение последствий воздействия их на организм человека;
- Вести пропаганду ценности здорового образа жизни через систему организационно-теоретических и практических занятий в родительском лектории, совместных спортивно-оздоровительных мероприятий;
- Внедрять в воспитательный процесс инновационные программы, направленные на охрану и укрепление здоровья детей и подростков;
- Организация летней оздоровительной работы с детьми и подростками;
- Оказание психолого-педагогической помощи в процессе социализации подростка.

### **Основные термины и понятия программы**

**Духовное здоровье** - система ценностей и убеждений.

**Здоровый образ жизни** - благоприятное социальное окружение, духовно-нравственное благополучие, оптимальный двигательный режим (культура движений), закаливание организма, рациональное питание, личная гигиена, отказ от вредных пристрастий (курение, употребление алкогольных напитков, наркотических веществ), положительные эмоции.

**Здоровье** - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

**Здоровьесберегающая педагогика** - это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.).

**Здоровьесозидающая образовательная среда** – совокупность компонентов ОУ, их функциональных взаимосвязей и субъектов – педагогов, учащихся (воспитанников) и родителей, в деятельности которых реализуется обеспечение условий для сохранения и

укрепления здоровья участников образовательного процесса.

**Культура здоровья** – сознательная система действий и отношений, определяющих качество индивидуального здоровья человека, слагающаяся из ценностного отношения к своему здоровью и здоровью других людей и являющаяся основой здорового образа жизни. Межведомственное взаимодействие – организация совместной работы различных структур, имеющих разную ведомственную принадлежность, для решения актуальных комплексных проблем, например, здоровьесбережения и здоровьесозидания.

**Нравственное здоровье** - это комплекс характеристик мотивационной и потребностно - информативной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.

**Психическое здоровье** - высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение); это состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (медицинское определение).

**Сетевое взаимодействие** – установление взаимосвязи между различными образовательными учреждениями или их подразделениями (в данном случае – службами здоровья). Основу сетевого взаимодействия составляют не структурные преобразования, а многочисленные социальные связи, обеспечивающие условия для создания общего образовательного пространства. Сетевое взаимодействие основывается на следующих принципах: открытость и общедоступность определенных ресурсов членов сети как для других членов сети, так и для непрофессиональной общественности; преимущественно «горизонтальное», не иерархическое взаимодействие членов сети.

**Служба здоровья образовательного учреждения** – организационная форма взаимодействия специалистов ОУ по обеспечению здоровья участников образовательного процесса, формированию их здорового образа жизни.

**Социальное здоровье** - это здоровье общества, а также окружающей среды для каждого человека.

**Социальное партнерство** – технология координации разнонаправленной взаимовыгодной деятельности различных социальных субъектов, вынужденных в силу дефицита ресурсов, иных ограничивающих факторов объединить усилия, материальные возможности и инфраструктуру. Основными категориями социальных партнеров ОУ могут быть органы законодательной и исполнительной власти, учреждения, общественные организации и отдельные категории граждан, заинтересованные в совместной разработке механизмов сохранения и укрепления здоровья детей.

**Физическое здоровье** - совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде (педагогическое определение); состояние роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции (медицинское определение).

### **Образовательное пространство учреждения по параметрам здоровьесбережения**

Данные медицинской статистики свидетельствуют о том, что за последние годы здоровье детей серьёзно ухудшилось. Увеличилась частота хронических заболеваний органов пищеварения, нервной и иммунной системы. Отмечается высокое распространение поведенческих факторов риска, таких как курение, употребление спиртных напитков, низкая физическая активность, нерациональное питание. Зафиксирована достоверная зависимость числа и характера нарушений в состоянии здоровья обучающихся от объёма и интенсивности учебных нагрузок, от несбалансированного питания и распространённости других факторов риска в школьной среде, консервативных форм и методов физического воспитания.

К другим заболеваниям, часто возникающим у детей, относятся нарушение зрения (миопия, рефракционная или осевая и т. д.), болезни костно-мышечной системы (сколиоз, патологический кифоз или лордоз, плоскостопие).

Заболеваемость детей дошкольного и школьного возраста держится на высоком уровне и составляет примерно заболеваний на 1000 детей, так как каждый ребенок на протяжении учебного года условно болеет 2,4-2,6 раза. Это свидетельствует о низкой сопротивляемости организма к патогенным микроорганизмам и вирусам, а также к неблагоприятным воздействиям окружающей среды. У современных детей стали чаще выявлять такие нарушения физического развития, как избыток массы тела.

Всё это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Решить эту проблему позволяет использование здоровьесберегающих технологий.

## **Здоровьесберегающие технологии**

### **1. Медико-гигиенические технологии**

К медико-гигиеническим технологиям относятся контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиНов. Медицинский кабинет школы организует проведение прививок учащимся, оказание консультативной и неотложной помощи обратившимся в медицинский кабинет, проводит мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению учащихся и педагогического коллектива, следит за динамикой здоровья учащихся, организует профилактические мероприятия в преддверии эпидемий (гриппа) и решает ряд других задач, относящихся к компетенции медицинской службы. Участие врача или медицинской сестры необходимо при проведении психолого-педагогических консилиумов, на которых решаются вопросы, касающиеся отдельных учащихся с проблемами здоровья.

### **2. Физкультурно-оздоровительные технологии**

Направлены на физическое развитие занимающихся: тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового тренированного человека от физически немощного. Реализуются на уроках физической культуры и в работе спортивных секций.

### **3. Экологические здоровьесберегающие технологии**

Направленность этих технологий - создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой. В школе это - и обустройство пришкольной территории, и зеленые растения в классах, рекреациях, и участие в природоохранных мероприятиях.

### **4. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности**

Их реализуют специалисты по охране труда, защите в чрезвычайных ситуациях, архитекторы, строители, представители коммунальной, инженерно-технических служб, гражданской обороны, пожарной инспекции и т. д. Поскольку сохранение здоровья рассматривается при этом как частный случай главной задачи - сохранение жизни требования и рекомендации этих специалистов подлежат обязательному учету и интеграции в общую систему здоровьесберегающих технологий. Грамотность учащихся по этим вопросам обеспечивается изучением курса ОБЖ, педагогов - курса «Безопасность жизнедеятельности», а за обеспечение безопасности условий пребывания в школе отвечает ее директор.

**5. Здоровьесберегающие образовательные технологии** подразделяются на 3 три подгруппы:

- **организационно-педагогические технологии**, определяющие структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;

- **психолого-педагогические технологии**, связанные с непосредственной работой учителя на уроке, воздействием, которое он оказывает все 40 минут на своих учеников. Сюда же относятся и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса;

- **учебно-воспитательные технологии**, которые включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся, мотивации их к ведению здорового образа жизни, предупреждению вредных привычек, предусматривающие также проведение организационно-воспитательной работы со школьниками после уроков, просвещение их родителей.

Отдельное место занимают еще две группы технологий, традиционно реализуемые вне школы, но в последнее время все чаще включаемые во внеурочную работу школы:

- **социально адаптирующие и личностно-развивающие технологии** включают технологии, обеспечивающие формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности. Сюда относятся разнообразные социально-психологические тренинги, программы социальной и семейной педагогики, к участию в которых целесообразно привлекать не только школьников, но и их родителей, а также педагогов.

## Приоритетные направления

### **1. Пропедевтическое направление:**

*Основные задачи направления:*

- организация здоровьесберегающей деятельности, совершенствование системы физического воспитания с учетом индивидуального подхода к обучающимся;
- разработка комплекса мероприятий по воспитанию культуры здоровья детей и подростков;
- формирование у воспитанников мотивации на сохранение и укрепление здоровья, потребности быть здоровым;
- построение образовательного процесса с учетом психофизиологических особенностей обучающихся;
- устранение негативных факторов образовательного процесса, отрицательно влияющих на здоровье;
- совершенствование материально-технической базы Учреждения, способствующей укреплению здоровья.

### **2. Медицинское направление**

*Основные задачи направления:*

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния Учреждения;
- реабилитационную работу: обязательное медицинское обследование;
- осуществление медико-физиологического контроля показателей физического и психического здоровья обучающихся.

### **3. Просветительское направление**

*Основные задачи направления:*

- организация просветительской работы среди родителей;
- формирование мотивации у родителей на ведение здорового образа жизни в семье;
- привлечение родителей к осуществлению совместной оздоровительной работы в школе и профилактической работы с детьми.
- пропаганда 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 занятия).

#### ***4. Психолого-педагогическое направление***

*Основные задачи направления:*

- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование деятельности психолого-медико-педагогической службы Учреждения для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния обучающихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся.

#### ***5. Спортивно-оздоровительное направление***

*Основные задачи направления:*

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.
- формирование мотивации на сохранение и укрепление здоровья у участников образовательного процесса;
- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих педагогических технологий/

#### ***6. Диагностическое направление***

*Основные задачи направления:*

- проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются: общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
- режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.
- проведение мониторинга за состоянием здоровья обучающихся.

#### **Методическое обеспечение программы:**

- Создание банка здоровьесберегающих педагогических технологий.
- Разработка методических рекомендаций, дидактических материалов по вопросам здоровья и здорового образа жизни.
- Включение в план методической работы школы мероприятий по проблеме здоровьесбережения.

#### ***Методы здоровьесберегающих образовательных технологий:***

- фронтальный;
- групповой;
- практический метод;
- познавательная игра;
- ситуационный метод;
- игровой метод;
- соревновательный метод;

- активные методы обучения;
- воспитательные, просветительские и образовательные программы;
- метод индивидуальных занятий.

### ***Приёмы здоровьесберегающих образовательных технологий:***

- защитно-профилактические (личная гигиена и гигиена обучения);
- компенсаторно-нейтрализующие (физкультминутки; оздоровительная гимнастика, тренинги, позволяющие частично нейтрализовать стрессовые ситуации);
- стимулирующие (элементы закаливания, физические нагрузки и др.);
- информационно-обучающее (письма, адресованные родителям, учащимся, педагогам).

### ***Принципы формирования здорового образа жизни:***

- Принцип актуальности призван обеспечивать обучающихся, воспитанников важной и своевременной гигиенической информацией.
- Принцип научности предусматривает осуществление теоретической и практической деятельности на основе научно обоснованных данных.
- Принцип доступности предполагает соответствие содержания, методов, форм, средств воспитания и обучения социально-культурному уровню обучающихся, воспитанников.
- Принцип положительного ориентирования предполагает формирование типов поведения и стилей жизни, ориентированных на положительные эталонные образцы, одобряемые в обществе.
- Принцип единства теории и практики предполагает возможность использования полученных обучающимися, воспитанниками знаний на практике.
- Принцип активного обучения способствует устойчивому закреплению знаний и навыков здорового образа жизни.
- Принцип единства обучения и воспитания предусматривает усвоение обучающимися не только содержание информации, но и приемов ее обработки, отношения к ней, способов ее использования.
- Принцип дифференцированного подхода предусматривает учет характерных особенностей группы обучающихся, воспитанников.
- Принцип индивидуального подхода предусматривает учет индивидуальных особенностей человека.
- Принцип иллюстративности предусматривает сочетание изложения гигиенической информации теоретического характера с примерами и демонстрациями, конкретизирующими ее применение на практике.
- Принцип последовательности предусматривает выделение основных этапов и их логическую преемственность в процессе его осуществления
- Принцип системности предусматривает постоянный, регулярный характер его осуществления, что позволяет дать знания, имеющие отношение к здоровью, в виде целостной системы
- Принцип стимулирования сознательности и активности направлен на повышение активности педагогов и обучающихся, воспитанников в вопросах здоровья.

### **Ожидаемые результаты работы по реализации программы**

В работе по сохранению и укреплению здоровья обучающихся примут участие педагогический коллектив школы, медработники, родители. В результате совместной работы названных выше служб ожидается:

- Создание активной здоровьесберегающей инфраструктуры Учреждения, способствующей сохранению здоровья и формированию мотивации участников образовательного процесса на здоровый образ жизни.
- Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
- Мотивация педагогического коллектива на повышение своего профессионального уровня в овладении и использовании здоровьесберегающих технологий.
- Снижение уровня заболеваемости среди детей и подростков.
- Создание благоприятного морально-психологического климата в Учреждении, реализация принципов педагогики сотрудничества.
- Улучшение организации питания обучающихся;
- Повышение уровня материально-технического оснащения образовательного учреждения.

### **Программа предусматривает:**

- Мониторинг физического развития и здоровья детей, работу по реализации программы (внедрение системы мер по сохранению и укреплению здоровья воспитанников) – 2018-2022 гг.
- Предусматривает улучшение состояния здоровья детей и подростков; отслеживание в динамике показателей их физического и психического развития – 2022 г.

### **Сроки работы над программой:**

#### **I этап - диагностический (2017 -2018 год):**

- анализ тенденций в состоянии здоровья и образа жизни обучающихся, воспитанников;
- выявление проблем, определение целей и задач Учреждения по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса;
- описание опыта решения проблем здоровья участников образовательного процесса, подготовка проекта Программы.

#### **II этап - основной (2018 - 2021 годы):**

- реализация основных мероприятий Программы в рамках комплексной модернизации и развития учреждения;
- мониторинговые исследования.

#### **III этап – оценочный (2022 год):**

- оценка эффективности Программы;
- утверждение нормативных и методических материалов, разработанных в ходе реализации Программы;
- издание основных научно-методических материалов, обобщающих опыт участников Программы.

### **Методика оценки эффективности реализации программы**

- **Мониторинг** здоровьесберегающей и здоровьесозидающей деятельности школы. Основу мониторинга составляет модель психофизиологического мониторинга. Участие в мониторинге дает возможность соотнести работу конкретного образовательного учреждения: с общегородскими данными; с данными образовательных учреждений, участвующих в реализации программы по обеспечению здоровья участников образовательного процесса; с гигиеническими нормативами (частично).

- **Решаемые задачи:** сбор и анализ первичной информации, выявляющей результативность деятельности образовательных учреждений по сохранению и укреплению здоровья; повышение культуры здоровья участников образовательного процесса.
- **Объекты мониторинга:** внутришкольная образовательная среда (инфраструктура и кадровый потенциал школы Учреждения, организация учебного процесса, организация медицинских, физкультурных и педагогических мероприятий по охране и укреплению здоровья обучающихся); деятельность педагогов Учреждения по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, повышению культуры здоровья; образ жизни обучающихся (социальные условия, режим дня, питание, досуговая деятельность, социальные риски); функциональное состояние учащихся и состояние их здоровья.
- **Субъекты мониторинга:** воспитанники и обучающиеся всех возрастных групп, классы (группы), педагогические кадры Учреждения

### Рекомендуемые темы классных часов и бесед:

#### Детские сады:

##### Младший дошкольный возраст:

«Ребенок и здоровье» Формировать у детей представление о необходимости заботиться о собственном здоровье  
Занятие «Помоги незнайке сберечь здоровье».

Беседа «Как я буду заботиться о своём здоровье».

Чтение К. Чуковского «Доктор Айболит».

Разбор и заучивание пословиц о здоровом образе жизни.

Сюжетно-ролевые игры «Поликлиника», «Больница», «Ветеринарная лечебница».

Развлечения «Доктор Айболит», «Мишка заболел». Оформление папки-передвижки «Система оздоровления ребенка»

«Личная гигиена»

Развить у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур.

Занятие «Чтобы быть здоровым».

Беседа «Чистота и здоровье»

Чтение:

- Г. Зайцев «Дружи с водой»,
- Чуковского «Мойдодыр»,
- А. Барто «Девочка чумазая»,
- Бялковская «Юля-чистюля»,
- З. Александрова «Купание»

Дидактические игры и упражнения «Таня простудилась», «Правила гигиены».

Продуктивная деятельность. Аппликация: «Мы стираем, посмотрите».

Развлечение «Девочка чумазая».

Оформление папки-передвижки «Как научить детей чистить зубы правильно»

«Полезные продукты» Закреплять представления детей о пользе для человека овощей и фруктов; познакомить с приготовлением салата. Занятие «Фрукты полезны взрослым и детям».

Беседа «О здоровой пище»

Чтение:

- Г. Зайцев «Приятного аппетита»,
- Ю. Тувим «Овощи»,
- М. Безруких «Разговор о правильном питании»,
- Загадки о овощах и фруктах.

Экскурсия: «В магазин».

Опытно-исследовательская деятельность: Определение продуктов по вкусу.

Дидактические игры: «Узнай и назови овощи», «Разложи на тарелки полезные продукты».

Подвижная игра: Огуречик.  
Сюжетно-ролевая игра: «Магазин продуктов»  
Продуктивная деятельность. Рисование: «Хозяйка однажды с базара пришла.»  
Развлечение «Веселые овощи».  
Семинар «Современные подходы к оздоровлению детей»

### **Старший дошкольный возраст**

«Тело человека»

Познакомить детей с тем, как устроено тело человека, его организм.

Беседы об органах чувств и их значении в жизни человека «Изучаем свой организм».

Ситуации «Я забочусь о глазах, ушах», «Какое у меня обоняние, «Уход за руками и ногами».

Рассматривание фотографий с описанием внешнего облика.

Практикумы: «Слушай во все уши», «Смотри во все глаза». Семинар на тему

«Как организовать спортивный досуг ребенка в выходные дни».

«Опасные предметы»

Уточнить представления детей об источниках опасности в доме, о правилах пользования бытовой техникой.

Беседа «Я знаю, что можно, что нельзя», «Безопасность в нашей группе».

Чтение: С. Маршак «Пожар», Загадки.

Дидактические игры: «источники опасности», «Игра – дело серьезное».

Сюжетно-ролевые игры: «Семья», «Больница», «Аптека».

Развлечение «Медведи в гостях у детей».

Семинар-практикум «Будь осторожен»

«Ребенок на улица города»

Закреплять представления детей о важном значении правил дорожного движения.

Занятие «Безопасность на дорогах».

Беседа «Всем ребятам надо знать, как по улице шагать», «Если ты потерялся».

Чтение:

- В. Лебедев-Кумач «Про умных зверушек», - С. Михайлов «Моя улица», «Дядя Степа - милиционер», - В. Клименко «Зайка-велосипедист», «Происшествие с игрушками».

Экскурсия: «К проезжей части».

Дидактические игры: «О чем говорит светофор».

Подвижная игра: «Цветные автомобили», «Воробушки и автомобили».

Сюжетно-ролевая игра: «Автобус».

Продуктивная деятельность. Аппликация: «На дороге пешеход»

Видеоматериал «Незнайка в городе».

Оформление папки-передвижки «Улица полна неожиданностей»

«Будем спортом заниматься»

Формировать устойчивый интерес к занятиям физкультурой и спортом; расширять и закреплять представления детей о пользе занятий спортом.

Занятие «Здоровье в порядке, спасибо зарядке».

Беседа «Кто спортом занимается».

Чтение: Загадки.

Экскурсия: «Мини поход на школьный стадион».

Дидактические игры: «Назови вид спорта», «Назови спорт по показу».

Продуктивная деятельность. Аппликация: «Мы делаем зарядку»

Развлечение «Мы мороза не боимся». День спорта

Спортивный праздник «Спорт нам нужен, мы со здоровьем дружим!»

«Врачи наши помощники»

Расширять представления детей о врачебной помощи, продолжать знакомить с профессией врача.

Занятие «Айболит в гостях у детей».

Беседа «Мы были в гостях у врача».

Чтение: Е. Школовский «Как лечили мишку», «Осторожно - лекарство», «Как вести себя во время болезни»

Экскурсия: «В аптеку».

Дидактические игры: «Если кто-то заболел».

Продуктивная деятельность. Рисование: «Я хочу быть здоровым, Я очень спешу. Помогите мне, знаки, попасть к врачу»

Развлечение «Советы доктора Айболита».

Оформление папки-передвижки «Как предупредить болезнь»

«Витамины и здоровый организм»

Расширять и закреплять представления детей о витаминах и их пользе.

Занятие «Витамины и полезные продукты».

Беседа «Полезное- не полезное»

Чтение:

- Г. Зильберг «Полезные продукты», - К. Чуковский «Федорино горе», -К. Кузнецов «Замарашка», - Г. Зайцев «Крепкие, крепкие зубы».

Опытно-исследовательская деятельность: Посадка лука.

Дидактические игры: «Угадай на вкус», «Назови правильно».

Продуктивная деятельность. Лепка: «Заходите в гости в гости к нам, витамины я вам дам».

Апликация: «Бедный зайчик заболел, ничего с утра не ел».

Развлечение «Таблетки растут на ветки, таблетки растут на грядке».

Оформление папки-передвижки «Таблетки растут на ветки, таблетки растут на грядке»

#### **1-4 классы**

**Тема 1: Режим дня.** Организация учебного труда школьника. Биоритмы в жизни человека. Работоспособность и утомление. Активный отдых. Составление индивидуального режима дня в соответствии с возрастными особенностями ребенка.

**Тема 2: Опорно-двигательная система.** Общие сведения о строении и функционировании. Возрастные особенности скелета и мышц. Изучение своей осанки. Профилактика сколиоза и плоскостопия. Разучивание комплекса упражнений для формирования правильной осанки.

**Тема 3: Мое питание.** Общие понятия о питании и пищеварительной системе человека. Питательные вещества. Витамины. Полезные и вредные продукты питания. Режим питания. Профилактика заболеваний пищеварительной системы.

**Тема 4: Органы дыхания и их гигиена.** Общие понятия о дыхательной системе. Как надо правильно дышать? Заболевания органов дыхания и их профилактика. Что разрушает легкие? Разучивание комплекса дыхательной гимнастики. Как уберечься от простуды?

#### **5-9 классы**

**Тема 1: Профилактика вредных привычек.** Привычки полезные и вредные. Что такое психоактивное вещество? Алкоголь и болезни. Вред и опасность курения. Наркотики сокращают жизнь. Тренинг: как сказать “нет”? Предупреждение токсикомании.

**Тема 2: Угроза здоровью и жизни в природной среде.** Природа – источник здоровья и опасности для человека. Правила поведения в природной среде. Опасности, подстерегающие в лесу, на воде. Ядовитые растения, грибы. Меры по предотвращению отравлений. Ядовитые змеи, лесные звери и насекомые. Меры предосторожности при встрече с ними. Правила пользования огнем в лесу.

**Тема 3: Здоровье и его сохранение.** Сущность понятий “здоровье” и “болезнь”. Основные факторы, формирующие здоровье. Факторы риска болезней. Понятие “здоровый образ жизни”. Основные принципы здорового образа жизни. Валеологический самоанализ (анкетирование и тестирование по различным аспектам здоровья и здорового образа жизни). Каким ты хочешь быть в старости? (анализ образа жизни родителей и прогнозирование своего здоровья).

**Тема 4: Организм человека и его строение.** Органы и системы органов, входящие в состав организма, их основные функции. Что определяет нормальное развитие организма? Как оценить физическое развитие? Валеологический анализ (анкетирование, позволяющее оценить особенности собственного развития).

**Тема 5: Как следует питаться.** Причины нарушений работы пищеварительной системы. Заболевания и функциональные нарушения. Рациональное и сбалансированное питание. Потребность в белках, жирах и углеводах. Вода, минеральные соли, макро– и микроэлементы. Их содержание в продуктах питания и влияние на сохранение здоровья.

**Тема 6: Забота о коже и ее производных.** Как устроена кожа человека? От чего защищает кожа? Травмы и заболевания кожи (ожоги, сыпь, воспаления, грибковые заболевания, чесотка и др.). Правила ухода за кожей. Гигиена волос и ногтей. Почему выпадают волосы?

### 10-11 классы

**Тема 1: Обмен веществ и энергии.** Что такое обмен веществ? Основные причины нарушения обмена веществ. К чему приводит переедание и привычка есть много сладкого? Валеологический самоанализ: анализ своих роста-весовых показателей и примерного дневного рациона питания. Составление суточного рациона и меню.

**Тема 2: Мозг и нервы.** Строение нервной системы. Что случается с человеком при повреждениях головного и спинного мозга? Отрицательное влияние на мозг алкоголя и курения. Что укрепляет нервы? Валеологический самоанализ: опросник, позволяющий оценить опасность для нервной системы своего поведения и коррекция своего образа жизни.

**Тема 3: Кровь и кровеносная система.** Состав крови и ее значение. Сердце и его работа. Показатели, по которым можно судить о работе сердца. Большой и малый круги кровообращения. Сердечно-сосудистые заболевания, их причины и профилактика. Группы крови, переливание, донорство.

**Тема 4: Иммуитет и его укрепление.** Что такое иммуитет? Органы иммунной системы. Что ослабляет иммуитет и что его укрепляет? Значение прививок. Детские инфекции и их профилактика. Воздушно-капельные инфекции и их профилактика.

### План работы Учреждения по сохранению и укреплению здоровья обучающихся

#### *Диагностика, коррекция и развитие обучающихся*

№ п\п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Сбор информации о состоянии здоровья детей	Сентябрь	Социальный педагог, медработник
2.	Анализ заболеваемости обучающихся, учет обучающихся по группам здоровья	Октябрь-ноябрь	Социальный педагог, медицинский работник
3.	Мониторинг состояния здоровья обучающихся	В течение года	Классные руководители,

			воспитатели
4.	Обновление банка данных о заболеваемости детей	1 раз в год	Классные руководители, воспитатели, медицинский работник
5.	Проведение подвижных перемен на свежем воздухе	1 раз в неделю	Педагоги
6.	Проведение на уроках специальной гимнастики на осанку, гимнастики для снятия утомления глаз обучающихся	Систематически	Педагоги

***Организация здоровьесберегающего образовательного процесса***

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственные</b>
1	Поддержание в Учреждении надлежащих санитарно-гигиенических условий	Постоянно	Директор, заведующий детским садом
2	Соблюдение воздушного и светового режима в Учреждении	Постоянно	Директор, заведующий детским садом
3	Обеспечение соблюдения правил ТБ в Учреждении	Постоянно	Директор, заведующий детским садом
4	Содержание в исправности электрохозяйства и всех средств пожаротушения	Постоянно	Директор, заведующий детским садом
5	Регулярное проведение объектовых тренировок	По графику	Директор, начальник штаба ГО Учреждения
6	Проверка состояния охраны труда в Учреждении и документации по ТБ в учебных кабинетах	По плану внутришкольного контроля	Администрация Учреждения
7	Разработка плана мероприятий по охране труда и ТБ в Учреждении	Сентябрь	Администрация Учреждения
8	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья обучающихся, - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь	Директор
9	Составление социального паспорта по классам, группам, составление списков: - обучающихся группы риска, - неблагополучных семей, - многодетных семей, - малообеспеченных семей, - неполных семей, - детей-инвалидов	Сентябрь	Классные руководители, воспитатели
10	Учет посещаемости обучающимися	В течение года	Зам. директора по



	Учреждения		ВР, кл.руководители, медработник
11	Организация дежурства по Учреждению	Сентябрь	Зам. директора по ВР, кл.руководители
12	Составление графика работы технического персонала	Сентябрь	Директор, завхоз
13	Оформление листков здоровья в классных журналах	Сентябрь	Классные руководители, воспитатели, медицинский работник
14	Организация горячего питания в столовой	В течение учебного года	Директор, зам. директора по УВР, заведующий детским садом
15	Обеспечение льготным горячим питанием нуждающихся обучающихся	В течение учебного года	Директор
16	Проведение динамических пауз в 1-х классах	Постоянно	Учителя начальных классов
17	Проведение подвижных игр на свежем воздухе	Постоянно	Учителя начальных классов, инструктор по физ.культуре
18	Составление графика работы спортивных секций и спортивного зала	Сентябрь	Зам. дир. по УВР
19	Оформление стенда «Хочу быть здоровым»	Октябрь	Учитель биологии
20	Рейды: - по проверке внешнего вида обучающихся, - по сохранности библиотечных учебников,	По плану внутришкольного контроля	Зам. директора по ВР, библиотекарь,
21	Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов	В течение года	Директор
22	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Учитель физкультуры, инструктор по физ.культуре
23	Обеспечение готовности помещений Учреждения, системы отопления для работы в зимний период	К началу зимнего периода	Директор, заведующий детским садом
24	Организация занятий для будущих воспитанников детского сада и первоклассников с целью адаптации их к условиям образовательной среды	Февраль-май	Учителя начальных классов, воспитатели
25	Обеспечение требований к охране труда при проведении итоговой аттестации	Май-июнь	Зам. директора по УВР
26	Организация ремонта учебных кабинетов	Летний период	Зав. Кабинетами, завхоз
27	Обеспечение требований ТБ во время ремонта	В летний период	Директор

	Учреждения		
28	Подготовка актов по приемке Учреждения	Июль-август	Директор
29	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов	Август-сентябрь	Директор
30	Приемка Учреждения к новому учебному году	Август	Директор

***Инструктивно-методическая и учебно-воспитательная работа***

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственные</b>
1	Организация работы с обучающимися, мотивированными на успешное обучение, путем участия в олимпиадах, предметных неделях, различных конкурсах с целью профилактики учебных перегрузок	В течение года	Зам. директора по УВР, руководитель ШМО, старший воспитатель
2	Проведение вводного инструктажа по правилам ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь Март	Директор, кл.руководители
3	Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий	В течение года	Зам. директора по УВР, руководитель ШМО
4	Проведение классных часов и бесед, включающих инструктажи по правилам дорожного движения	По плану воспитательной работы	Классные руководители, воспитатели
5	Проведение тематических классных часов по нравственному воспитанию: - «Личная гигиена» - «Жить, побеждая зло»	Январь Февраль	Классные руководители, воспитатели
6	Создание библиотеки методической литературы по проблеме здорового образа жизни	До декабря	Библиотекарь, старший воспитатель
7	Обеспечение соблюдения правил ТБ и ПБ во время проведения новогодних мероприятий и на каникулах	Во время каникул	Директор, кл.руководители, заведующий детским садом, воспитатели
8	Организация круглых столов по обмену опытом в разработке эффективных форм и методов работы, направленных на оздоровление обучающихся	Ноябрь Март	Зам. директора по ВР, старший воспитатель

***Оздоровительно- профилактическая работа***

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственные</b>
1	Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований на занятиях, профилактики близорукости и сколиоза, режима	Постоянно	Зам. директора по УВР, учителя, помощники

	проветривания кабинетов		воспитателя
2	Контроль соблюдения режима дня обучающимися	Постоянно	Классные руководители, старший воспитатель
3	Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок обучающимся	По графику	Мед. раб.
4	Организация работы по пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся (лекции, беседы, вечера)	По отдельному плану	Классные руководители, воспитатели
5	Обучение детей эффективным поведенческим стратегиям: умению решать жизненные проблемы, эффективно общаться, владеть своими эмоциями и т. д.	По плану	Классные руководители, воспитатели
6	Оказание социальной поддержки подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	Постоянно	Психолог, соц.педагог
7	Акция «Молодежь за здоровый образ жизни»	Октябрь-декабрь	Добровольческий отряд
8	Проведение физкультминуток	Ежедневно	Учителя-предметники, воспитатели
9	Проведение Дней здоровья	2 раза в год	Учитель физ-ры, инструктор по физкультуре
10	Работа спортивных секций	Систематически	Учитель физ-ры
11	Проведение субботников по уборке школьной территории	Сентябрь Май	Кл. руководители
11	Озеленение кабинетов и территории Учреждения	Май-сентябрь	Классные рук, воспитатели
12	Организация летнего оздоровительного лагеря при школе	Июнь	Зам. директора по УВР, учителя
13	Организация отдыха и оздоровления обучающихся в летний период	Июнь-август	Зам. директора по УВР, учителя, воспитатели
14	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива	Июнь-август	Директор, профком
15	Проведение медосмотра педагогов Учреждения	Август-сентябрь	Администрация

### *Физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия*

<b>№ п\п</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственные</b>
1	Подвижные игры на свежем воздухе	Ежедневно	Классные руководители, воспитатели
2	Проведение Дня здоровья	Октябрь	Учителя физкультуры, инструктор по физкультуре
3	Игра «Мама, папа, я – спортивная семья»	Сентябрь	Учителя Физкультуры,

			инструктор по физкультуре
4	Спортивные игры	Ноябрь	Учителя Физкультуры, инструктор по физкультуре
5	Соревнование по волейболу между классами	Декабрь	Учителя физкультуры
6	Спортивные соревнования, посвящённые Дню Защитника Отечества	Февраль	Учителя Физкультуры, инструктор по физкультуре
7	Футбол	Сентябрь, май	Учителя физкультуры
8	Эстафета «Веселые старты»	Февраль	Учителя Физкультуры, инструктор по физкультуре

***Работа по преодолению у обучающихся вредных привычек***

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Дата</b>	<b>Ответственные</b>
1	Организация родительского патрулирования	В течение года	Психолог, соц.педагог
2	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска»	Систематически	Психолог, соц.педагог
3	Тематические классные часы о вреде алкоголя, курения и употребления наркотиков, курительных смесей	По плану кл. руководителей	Классные руководители, воспитатели
4	Оформление стенда «Скажи наркотикам нет»	Ноябрь	Добровольческий отряд
5	Встречи обучающихся с работниками полиции, медицинскими работниками	Ноябрь-декабрь, апрель	Администрация
6	Акция «Молодежь за здоровый образ жизни»	Октябрь-декабрь	Добровольческий отряд
7	Анкетирование обучающихся по проблемам наркомании, алкоголизма, курения.	В течение года	Психолог

***Работа с родителями***

<b>№</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Дата</b>	<b>Ответственные</b>
1	Включение в повестку родительских собраний выступлений по темам оздоровления обучающихся	Ноябрь, январь, апрель	Директор, заведующий детским садом
2	Организация индивидуальных консультаций для родителей	В течение года	Классные руководители, воспитатели
3	Выступление на родительских собраниях по результатам диагностики	По плану	Классные руководители,

			воспитатели
4	Участие родителей на спортивно-оздоровительных мероприятиях	По плану	Классные руководители, воспитатели

**2018-2019 уч. год**  
**«Ученик и его здоровье»**

**Главные идеи:**

- сохранение собственного здоровья – одна из основных обязанностей;
- образ жизни человека, отношение к своему здоровью определяет здоровье будущих поколений;
- экологическое воспитание и экологическая культура должны стать основой здравого смысла в сохранении человеком своего здоровья, его поведения и поступках;
- социальное благополучие и успешность человека невозможны без сохранения физического и психического здоровья;
- воспитание привычки к постоянным занятиям физкультурой и спортом не с целью спортивных достижений, а с целью ежедневного оздоровления своего организма;
- стремление к воспитанию в человеке воли, характера, стремления к достижению невозможного.

**Главная цель:** формирование у обучающихся всех возрастов понимания значимости здоровья для собственного самоутверждения.

**Задачи воспитания:**

- знакомить обучающихся с традициями и обычаями бережного отношения человека к собственному здоровью;
- создавать условия для формирования у обучающихся культуры сохранения собственного здоровья;
- формировать у обучающихся отношение к мужскому и женскому здоровью как бесценному дару природы;
- создавать возможность обучающимся демонстрировать свои достижения и усилия по сохранению здоровья;
- способствовать преодолению вредных привычек обучающихся средствами физической культуры и занятием спортом.

№ п\п	Название мероприятий	Сроки проведения	Ответственные
1	День Здоровья	октябрь	Учителя Физкультуры, инструктор по физкультуре
2	Классные часы, беседы, практикумы по ОБЖ	сентябрь	Кл.руководители, воспитатели
3	Спортивные соревнования муниципального и регионального уровня	В течение года	Учителя Физкультуры, инструктор по физкультуре
4	Конкурс рисунков по ПДД	В течение года	Кл.руководители, воспитатели
5	«В стране дорожных знаков» - познавательная программа для обучающихся	Сентябрь-октябрь	Кл.руководители, воспитатели

6	День борьбы с распространением СПИДа, ВИЧ	декабрь	Добровольческий отряд
7	Антинаркотические акции	В течение года	Добровольческий отряд
8	«Мы против курения!»- мероприятие, посвященное Дню отказа от курения (5-11 классы)	декабрь	Добровольческий отряд
9	Спортивный турнир «А, ну – ка, парни!» (5-11 классы), игра «Зарница» (старший дошкольный возраст)	февраль	Учителя Физкультуры, инструктор по физкультуре
10	«Безопасное колесо»	май	Кл.руководители, воспитатели

### 2019-2020 учебный год

№ п\п	Критерии эффективности	Показатели	Методики изучения
1	Состояние организационно-методической деятельности по здоровьесбережению обучающихся	Выработка рекомендаций по проведению оздоровительных динамических пауз, физкультминуток на уроке Подготовка памятки о режиме дня и рекомендаций для обучающихся по организации учебной и внеучебной деятельности Организация работы с родителями по проблемам сохранения и укрепления здоровья их детей	Наличие медицинских карт и листков здоровья, сформированность физкультурных групп
2	Улучшение санитарных условий обучения	Регулярность организации профилактических осмотров состояния здоровья обучающихся и педагогов Организация горячего питания с учетом всех санитарных норм и требований Контроль за расписанием уроков и объемов домашнего задания в целях упорядочения учебной нагрузки Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием помещений	Наблюдение, анкетирование обучающихся и педагогов, мониторинг
3	Создание благоприятного психологического климата	Снижение психологической напряженности, конфликтов среди обучающихся и педагогов Снижение количества	Выявление обучающихся группы риска Тест на тревожность Исследование эмоционального выгорания

		обучающихся, склонных к девиантному поведению	педагогических работников
4	Решение оздоровительных задач средствами физической культуры и спорта	Организация массовых спортивно-оздоровительных соревнований Использование в учебном процессе комплексных физических упражнений для динамических пауз на уроке, занятиях в детском саду	Наличие физкультминуток на уроках, занятиях в детском саду Проведение спортивных соревнований Работа спортивных секций
5	Сформированность валеологического мышления всех участников педагогического процесса	Проведение Дней здоровья, конкурсов, акций, декады профилактики вредных привычек, наркомании, ЗППП Выпуск стенгазет, бюллетеней, листовок, памяток Проведение бесед, тренингов по профилактике стресса, наркомании и табакокурения	% охвата обучающимися мероприятий Анкетирование Количество пропусков по болезни

#### 2020-2021 учебный год

№ п/п	Критерии эффективности	Показатели	Методики изучения
1	Состояние организационно-методической деятельности по здоровьесбережению обучающихся	Мониторинг здоровья, состояния физического развития обучающихся Создание единого банка данных о состоянии психологического, физического, нравственного здоровья обучающихся Организация психолого-педагогической помощи по вопросам здоровьесбережения обучающимся и их родителям	Анализ пропусков уроков/дней по болезни, выявление наиболее частых заболеваний
2	Улучшение санитарных условий обучения	Регулярность организации профилактических осмотров состояния здоровья обучающихся и педагогов Организация горячего питания с учетом всех санитарных норм и требований Контроль за расписанием уроков и объемов домашнего задания в целях упорядочения учебной нагрузки Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием	Наблюдение, анкетирование  Работа бракеражной комиссии

		помещений	
3	Создание благоприятного психологического климата	Снижение психологической напряженности, конфликтов среди обучающихся и педагогов Снижение количества обучающихся, склонных к девиантному поведению	Выявление обучающихся группы риска Тест на тревожность Исследование эмоционального выгорания педагогических работников
4	Решение оздоровительных задач средствами физической культуры и спорта	Организация массовых спортивно-оздоровительных соревнований Использование в учебном процессе комплексных физических упражнений для динамических пауз на уроке разработка рекомендаций по использованию естественных средств оздоровления и физкультуры в условиях семьи	Наличие физкультминуток на уроках Проведение спортивных соревнований Работа спортивных секций Занятость обучающихся в спортивных секциях вне образовательного учреждения
5	Сформированность валеологического мышления всех участников педагогического процесса	Проведение Дней здоровья, конкурсов, акций, декады профилактики вредных привычек, наркомании, ЗППП Выпуск стенгазет, бюллетеней, листовок, памяток проведение бесед, тренингов по профилактике стресса, наркомании и табакокурения	% охвата обучающимися мероприятий Анкетирование Количество пропусков по болезни

### 2021-2022 учебный год

№ п\п	Критерии эффективности	Показатели	Методики изучения
1	Состояние организационно-методической деятельности по здоровьесбережению обучающихся	Мониторинг здоровья, состояния физического развития обучающихся Создание единого банка данных о состоянии психологического, физического, нравственного здоровья обучающихся Организация психолого-педагогической помощи по вопросам здоровьесбережения обучающимся и их родителям	Анализ пропусков уроков/дней по болезни, выявление наиболее частотных заболеваний
2	Улучшение санитарных условий обучения	Регулярность организации профилактических осмотров состояния здоровья обучающихся и педагогов	Наблюдение, Анкетирование Работа бракеражной комиссии



		<p>Организация горячего питания с учетом всех санитарных норм и требований</p> <p>Контроль за расписанием уроков и объемов домашнего задания в целях упорядочения учебной нагрузки</p> <p>Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием помещений</p>	
3	Создание благоприятного психологического климата	<p>Снижение психологической напряженности, конфликтов среди обучающихся и педагогов</p> <p>Снижение количества обучающихся, склонных к девиантному поведению</p> <p>Отсутствие случаев суицидального поведения</p>	<p>Выявление обучающихся группы риска</p> <p>Тест на тревожность</p> <p>Исследование эмоционального выгорания педагогических работников</p> <p>Анкета «Твое здоровье»</p> <p>Диагностика суицидальных проявлений</p>
4	Решение оздоровительных задач средствами физической культуры и спорта	<p>Организация массовых спортивно-оздоровительных соревнований</p> <p>Использование в учебном процессе комплексных физических упражнений для динамических пауз на уроке</p> <p>разработка рекомендаций по использованию естественных средств оздоровления и физкультуры в условиях семьи</p>	<p>Наличие физкультминуток на уроках, занятиях в детском саду</p> <p>Проведение спортивных соревнований</p> <p>Работа спортивных секций</p> <p>Занятость обучающихся в спортивных секциях вне образовательного учреждения</p> <p>Качественные показатели физической работоспособности и степени утомления</p> <p>Оценка физич. подготовленности обучающихся в течение года</p>
5	Сформированность валеологического мышления всех участников педагогического процесса	<p>Проведение Дней здоровья, конкурсов, акций, декады профилактики вредных привычек, наркомании, ЗППП</p> <p>Выпуск стенгазет, бюллетеней, листовок, памяток, проведение бесед, тренингов по профилактике стресса, наркомании и табакокурения</p>	<p>% охвата обучающимися мероприятий</p> <p>Анкетирование</p> <p>Количество пропусков по болезни</p>

## Литература

1. Амонашвили Ш.А. Педагогика здоровья / Ш.А. Амонашвили, А.Г. Алексин. – М: Педагогика, 1990. – 288 с.
2. Ананьев В.А. Психология здоровья: пути становления новой отрасли человекознания. С-П. 2000
3. Балашова В.А. Основные направления программы «Оздоровительная модель общеобразовательного учреждения / В.А. Балашова, В.П. Степаненко, Л.М. Бекетова // Завуч. – 2000. – №4. – С.65 – 69.
4. Вавилова В.П. Современные технологии в программе профилактики, реабилитации и адаптации детей дошкольного образовательного учреждения: метод. пособие / В.П. Вавилова.– Кемерово: Изд-во Кемер. облИУУ, 2001. – 131 с.
5. Гафаров В.В. Личность и ее взаимодействие с социальной средой: непроторенная дорога. Новосибирск. СО РАН, 2008.
6. Назарова Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие. М. «Академия» 2001.
7. Нравственность. Здоровье. Семья: метод. пособие для учителя. Основы нравственного выбора / Отв. ред. А.С.Белкин. – Екатеринбург: Изд-во Уральск. ун-та, 2000. – Ч.1,2 – 280 с., 324с.
8. Педагогика и психология здоровья: сб. тр. каф. психолого-педаг. технологий охраны и укрепления здоровья. – М.: АПК иПРО, 2003. – 128 с.
9. Свяш А.Г. Здоровье в голове, а не в аптеке. ЗАО Центрополиграф. 2007.
10. Синягина Н.Ю. Интересы и потребности современных детей и подростков.- СПб., КАРО.-2007.-138с.
11. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2003. – 272 с.
12. Счастье быть здоровым / под ред. С.А. Муравьев, Г.А. Макарова. Екатеринбург «Фотек» 2009.
13. Усаков В.И. Программно-методическое обеспечение образовательного воздействия физической культуры в условиях семьи, детского сада, школы: автореф. дис. ... док.пед.. наук / В.И. Усаков. – Омск, 2000. – 87 с.