# Муниципальное общеобразовательное учреждение лицей №1 Тутаевского муниципального района

Рассмотрено и принято на заседании педагогического совета Протокол №1 от 30.08.2023 г.

Утверждено приказом директора МОУ лицей №1 № 254a/01-09 от 30.08.2023 г.

Программа здоровьесбережения «Мы выбираем здоровье»

на 2023-2026 учебные годы.

«Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...»

В.А.Сухомлинский

#### 1. Пояснительная записка

Ухудшение здоровья подрастающего поколения достигло масштабов национальной проблемы. На социальное здоровье влияет целый ряд социально-экономических факторов, в свою очередь нарушения здоровья детей негативно сказывается на их способностях к освоению программ общего и профессионального образования и, как следствие, на последующей профессиональной деятельности. С другой стороны, сама система образования в настоящий момент рассматривается как фактор, негативно влияющий на здоровье обучающихся, прежде всего через неадекватные учебные нагрузки.

В статьях Федерального закона «Об образовании» среди принципов государственной политики в области образования выдвигается приоритет жизни и здоровья человека, предусматривается создание условий, гарантирующих охрану и укрепление здоровья обучающихся и воспитанников. Образовательное учреждение в соответствии с существующим законодательством несет ответственность за жизнь и здоровье обучающихся и воспитанников во время образовательного процесса. В соответствии с законом «Об образовании» Министерство образования РФ совместно с Минздравом РФ разработали нормативно-правовые документы по созданию оптимальных условий, санитарные нормы и требования для детских учреждений.

Оздоровление общества в широком понимании немыслимо без признания человеком с самого раннего возраста стандартов здоровья как жизненно необходимых ценностей. Здоровый образ жизни — залог счастливой и благополучной жизни ребёнка в гармонии с миром сегодня и в будущем.

Здоровье является признаком культуры. Оно даёт здоровому человеку значительно больше возможностей для реализации себя во всех сферах жизни.

Одной из важнейших задач совершенствования образовательного процесса в школе является организация двигательной активности школьников, обеспечивающей им активный отдых и удовлетворяющей их естественную потребность в движениях.

Организация двигательной активности обучающихся школы требует научнообоснованного подхода, учитывающего возрастные особенности детей, состояние их физического здоровья, возможности учреждения для проведения оздоровительноспортивных мероприятий, распределение интенсивности и продолжительности двигательной нагрузки в течение дня и недели. Таким образом, для обеспечения качества образования необходимо создание соответствующих условий, что должно быть зафиксировано в документах образовательного учреждения. В нашей школе таким документом является программа «Мы выбираем здоровье».

Все школы имеют свои индивидуальные потребности, слабые и сильные стороны. Опираясь на свои сильные стороны и используя творчество обучающихся, родителей, учителей, можно открыть новые пути к укреплению здоровья. Именно это лежит в основе программы «Мы выбираем здоровье».

Изучение состояния здоровья подрастающего поколения является важнейшей медикосоциальной задачей. Ежегодное проведение медицинских осмотров учеников 1-9 классов является обязательным, и результаты комплексной оценки состояния здоровья школьниковдолжны стать отправной точкой при планировании мероприятий по программе «Мы выбираем здоровье». Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики всфере здоровьесбережения.

Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в

школе состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относится к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел «Календарный план реализации программы» обновляется каждый учебный год.

#### 2. Цели программы:

- создание в школе организационно педагогических, материально технических, санитарно гигиенических и других условий здоровье сбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- усиление контроля за медицинским обслуживанием участников образовательного процесса;
- создание материально технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;
- обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
- формирование представления об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды.

#### 3. Задачи программы:

- четкое отслеживание санитарно гигиенического состояния школы;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся; планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся;
- развитие психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физического состояния учащихся;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

#### 4. Нормативно-правовая база:

- Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90;
- Конституция РФ:

- Всемирная декларация прав человека;
- 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.);
- Закон РФ «Об Образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 N 273-ФЗ);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

#### 5. Функции различных категорий работников школы

- 5.1. Функции медицинской службы школы:
  - Организация диспансеризации учащихся школы;
  - Организация медосмотра учащихся школы, определение уровня физическогоздоровья;
- 5.2. Функции администрации:
  - общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
  - общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
  - организация и контроль уроков физкультуры;
  - обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работыспортивных секций;
  - разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
  - организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ееконтроль;
  - организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
  - организация работы психологической службы в школе.
  - Организация работы школьной службы медиации
- 5.3. Функции классного руководителя:
  - санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
  - организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактикечастых заболеваний учащихся;
  - организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактикедетского травматизма на дорогах;
  - организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактикенаркомании, токсикомании, табакокурения;
  - организация и проведение профилактических работы с родителями;
  - организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
  - организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции,конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
  - организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

0

#### 6. Участники программы:

- обучающиеся
- педагогическое сообщество,
- родители,
- социальные партнеры:
- Детское Досуговое Движение "К истокам нашим",
- МУДО ЦДО «Созвездие»,
- МУДО ДЮСШ №4,
- МУДО ДЮСШ №1,
- МУ СШ "Старт",
- МУ СА МЦ «Галактика»,
- МУ Центр психолого-педагогической, медико-социальной помощи «Стимул»,
- ТКДНиЗП АТМР, ЦДБ им. Н.Н. Носова.
- ГБУЗ ЯО Тутаевская ЦРБ
- ГИБДД

#### 7. Сроки и этапы реализации программы:

1 этап – подготовительный (2023 – 2024гг.):

- анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

2 этап — апробационный ( 2024 — 2025гг.):

- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- выполнение оздоровительных мероприятий.

3 этап - контрольно-обобщающий (2025 – 2026гг.):

- сбор и анализ результатов выполнения программы;
- коррекции деятельности.

#### 8. Модель личности ученика.

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей и подростков.

Для этого создана прогнозируемая модель личности ученика:

Модель выпускника первой ступени обучения	Модель выпускника второй ступени обучения	Модель выпускника третьей ступени обучения
- ание основ личной гигиены, выполнение	- знание основ личной гигиены, выполнение	- стремление к самосовершенствованию,
правил гигиены;	правил гигиены;	саморазвитию и профессиональной
- владение основами	- владение основами	пригодности через
личной гигиены и	личной гигиены и	физическое
здорового образа жизни.	здорового образа жизни.	

	совершенствование и
- знание основ строения и	заботу о своем здоровье;
функционирования	
организма человека;	- убеждение в пагубности
	для здоровья и дальнейшей
- знание изменений в	жизни вредных привычек;
организме человека в	
пубертатный период;	- знание различных
	оздоровительных систем;
- умение оценивать свое	
физическое и психическое	умение поддерживать
состояние;	здоровый образ жизни,
	индивидуальный для
- знание влияния алкоголя,	каждого человека;
курения, наркомании на	
здоровье человека;	- способность вырабатывать
	индивидуальный образ
- поддержание физической	жизни;
формы;	
	- гигиена умственного
- телесно-мануальные	труда.
навыки, связанные с	
укреплением силы,	
выносливости, ловкости;	
- гигиена умственного	
труда.	

#### 9. Ожидаемые конечные результаты программы:

- повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;
- рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников;
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- повышение уровня самостоятельности и активности школьников;
- повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья.

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

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

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

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

#### 11. Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Методического совета школы;
- посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОЖ;
- 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.

#### 12. Основные направления деятельности программы:

#### 12.1. Медицинское направление предполагает:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья:
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно гигиенического состояния школы;
- планомерную организацию питания учащихся;
- обязательное медицинское обследование;

#### 12.2. Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганду 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).

#### 12.3. Психолого-педагогическое направление предполагает:

- 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 психолого медико педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровье сберегающих технологий обучения;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся с OB3 специалистами( учитель-логопед, учитель-дефектолог, педагог-психолог, врачпсихиатр).

#### 12.4. Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- 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.

#### 12.5. Диагностическое направление предполагает:

- 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.

#### 13. Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесберегающие экологические технологии, направленные на создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой ( обустройство пришкольной территории, зеленые растения в классах, рекреациях, участие в природоохранных мероприятиях);
- здоровьеформирующие образовательные технологии, т.е. все те психологопедагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

#### 14. Реализация основных направлений программы:

- 1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
- 2. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
- 3. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
- 4. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
- 5. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
- 6. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
- 7. Обеспечение каждого учащегося горячим питанием в столовой.
- 8. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
- 9. Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне её.
- 10. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
- 11. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
- 12. Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

#### 15. Применение разнообразных форм работы:

#### 15.1. Учет состояния детей:

- анализ медицинских карт;
- определение группы здоровья;
- учет посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

#### 15.2. Физическая и психологическая разгрузка обучающихся:

- организация работы спортивных секций, кружков, клубов, проведение дополнительных уроков физической культуры;
- динамические паузы;
- индивидуальные занятия;
- организация спортивных, танцевальных и рефлексивных перемен;
- дни здоровья;

- физкульминутка, зрительная гимнастика для учащихся;
- организация летних оздоровительный лагерей при школе с дневным пребыванием.

#### 15.3. Урочная и внеурочная работа:

- открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ;
- открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
- спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол, теннис, туризм, фитнес

#### 16. Реализация программы в начальной школе

Основн	Виды деятельности	Формы занятий с обучающимися	
ые направ ления програ ммы		Ключевые мероприятия	Курсы внеурочной деятельности
Здоровь есбере- гающее воспита ние	Получают первоначальные представления о здоровье человека как абсолютной ценности, его значении для полноценной человеческой жизни, о физическом, духовном и нравственном здоровье, о природных возможностях организма человека, о неразрывной связи здоровья человека с его образом жизни; участвуют в пропаганде здорового образа жизни; учатся организовывать правильный режим занятий физической культурой, спортом, туризмом, рацион здорового питания, режим дня, учебы и отдыха;	Классные часы «В здоровом теле здоровый дух», «Вредные привычки» Презентация учебноисследовательских и просветительские проекты по направлениям: здоровье, здоровый образ жизни, физическая культура и спорт Конкурс плакатов и рисунков «Мы за здоровый образ жизни» Организация работы школьного оздоровительного лагеря в дни школьных каникул Беседы Беседы о компьютерной	«Азбука здоровья» «Здоровые щечки» «Ритмика»
	получают элементарные представления о первой доврачебной помощи пострадавшим; получают представление о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека, в том числе к аддиктивным проявлениям различного рода - наркозависимость, игромания, табакокурение, интернетзависимость, алкоголизм и др., как факторам ограничивающим свободу личности; получают элементарные знания и умения противостоять негативному влиянию открытой и скрытой рекламы ПАВ, алкоголя, табакокурения; регулярно занимаются физической культурой и спортом	безопасности, классные часы «Безопасный интернет», «Полезные и вредные привычки»  Игровой тренинг «Умение сказать «Нет», профилактические беседы с педагогом-психологом, медицинскими работниками, представителями КДН и ЗП, профилактическая игра «Здоровая планета в твоих руках»  Дни здоровья и спорта, походы Праздник, посвященный сдаче норм ГТО и открытию полосы препятствий на спортивной	«Юные командиры» «Информашка »
	физической культурой и спортом активно участвуют в школьных	площадке Соревнования «Весёлые	выживания»

	спортивных мероприятиях, соревнованиях	старты», «Мама, пап, я — спортивная семья» Участие в легкоатлетическом пробеге «Мир. Май. Молодость.» День бегуна. Участие в районном смотреконкурсе утренних гимнастик «Здоровое утро — здоровая жизнь»	«Здоровые щечки»
культур а безопас ности	получают элементарные представления об информационной безопасности, о девиантном и делинквентном поведении, о влиянии на безопасность детей отдельных молодежных субкультур; получают первоначальные представления о правилах безопасного поведения в школе, семье, на улице, общественных местах.	Беседы, классные часы «Правила поведения в своем доме, на улице и общественном месте», «Я – ученик (правила поведения обучающихся)», «Правила общения», «Моя семья», «Вредные привычки»Классный час, посвященный Дню толерантности День правовой помощи детям Единый урок безопасности дорожного движения, беседы обезопасном поведении, о компьютерной безопасности, классные часы «Безопасного маршрута от дома до школы и обратно Участие в конкурсах творческих работ по правилам дорожного движения, электробезопасности, пожарной безопасности Викторина «Путешествие по	«Юные командиры »  «Юный инспектор дорожного движения»  «Информашка»  «Азбука выживания »  «Земля — нашобщий дом»
		городу Светофорску» с приглашением представителей ГИБДД Конкурс рисунков на асфальте «Безопасность в нашей жизни» Участие в акциях «Внимание, дети»»	«Юный ин- спектор до- рожного движения» « Путешествие вТур-град» «Планета Почемучек»

# Реализация программы в основной школе

Основные	Воспитательные мероприятия	
направления		
Формирование	Дни здоровья (походы, экскурсии, выходына природу,	
мотивационно-	классные часы на тему «Вздоровом теле здоровый дух»). Участие в	
ценностных	городском празднике,посвященном Дню здоровья.	
отношений	Акция, посвященная Всероссийскому днюходьбы.	
обучающегося в	Поездки на хоккейные матчи.	
сфере здорового	Соревнования по пионерболу.	
образа жизни	Соревнования по волейболу.	
	Соревнования по лыжным гонкам.	
	Соревнования по спортивному туризму. Соревнования по	
	пешеходному туризму в зале.	
	Соревнования по спортивному ориентированию «Московский	
	лабиринт». Участие в районных соревнованиях по туризму «Золотая	
	осень», «Туриада» и др.	
	Проведение утренних зарядок, флеш-мобовво время перемен	
	Участие в смотре-конкурсе утренних гимнастик «Здоровое	
	утро – здороваяжизнь».	
	Участие в соревнованиях по военно-прикладным видам спорта.	
	Урок России «Готов к труду и обороне».	
	Сдача норм комплекса ГТО. Участие в Ярославском	
	полумарафоне «Золотая осень» (8-9 классы).	
	Торжественное открытие полосы препятствий и праздник, посвященный комплексу ГТО.	
	Военно-спортивная игра «Призывник». Оборонно-спортивный этап	
	(соревнования по военно-прикладным видам спорта) в рамках	
	оборонно-спортивного конкурса «А ну-ка, мальчики!».	
	Соревнования по стрельбе, посвященные Сталинградской битве.	
	Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки	
	Участие в легкоатлетическом пробеге «Май.	
	Мир. Молодость».	

#### культура безопасности

Классные часы «Безопасность на дороге» «Компьютерная безопасность».

Конкурс плакатов по правилам безопасногоповедения «Предупреждён значит вооружен».

Всероссийский урок безопасностишкольников в сети Интернет. Единый урок по безопасности дорожногодвижения.

Конкурс детского творчества «Дорогаглазами детей». Классный час «Планирование собственнойбезопасности (5 шагов к безопасности).

Творческие конкурсы по пожарной безопасности и электробезопасности.

Тематические классные часы «Разговор о правильном питании», «Быть здоровым – это модно», «Как себе не навредить», «Мыза здоровый образ жизни» (5-9 классы).

Конкурс рисунков «Спорт-это здорово!».

Профилактические беседы инспектора по делам несовершеннолетних с учащимися на

тему: «Ответственность за уголовные иадминистративные правонарушения».

Проведение бесед социального педагога и педагога-психолога с учащимися 7-9 классов на тему: «Ответственное поведение. Жестокость», «Мои права и мои обязанности», «Каким я вижу своебудущее».

Работа школьной службы примирения сприменением восстановительных и медиативных практик.

Викторина, круглый стол по профилактикевредных привычек.

#### 17. Мероприятия по реализации программы

#### Медико-профилактическая работа

- организация медицинского обеспечения детей;
- первичная профилактика;
- питание учащихся;
- физическое воспитание;
- трудовое обучение и профессиональная ориентация;
- гигиеническое воспитание школьников;
- иммунопрофилактика;
- мероприятия по обеспечению адаптации детей к школе;
- ежегодный медицинский осмотр обучающихся и работников школы;
- анализ состояния здоровья детей по критериям и тестам.

№ п/	Наименование мероприятий	Сроки	Исполнитель
1	Проведение профилактических медицинских осмотров школьников	Ежегодно	ГБУЗ «Тутаевская ЦРБ»
2	Определение группы занятий по физкультуре	Постоянно	ГБУЗ «Тутаевская ЦРБ»
3	Обеспечение школы препаратами, необходимыми для оказания неотложной и лечебно-профилактической помощи учащимся и учителям	Постоянно	ГБУЗ «Тутаевская ЦРБ»
4	Контроль за уроками физкультуры	Ежемесячно	Заместитель директора п УВР
5	Организация работы по профилактике нарушения зрения (внедрение обязательных физкультминуток с элементами корригирующей гимнастики для глаз)	Постоянно	Учителя-предметники
6	Проведение иммунопрофилактики	Ежегодно	ГБУЗ «Тутаевская ЦРБ»
7	Организация отдыха учащихся в период летних каникул	Ежегодно	Родители
8	Контроль за отбором детей в 1-й класс по критериям медико-педагогической готовности к обучению в школе	Май - август ежегодно	Зам. директора по УВР
9	Контроль за составлением расписания уроков, расписания работы кружков и секций, работы спортивного зала	Май - август ежегодно	Зам. директора по УВР
10	Проверка соблюдения санитарно- гигиенических норм при организации образовательного процесса, в том числе при организации работы групп продленного дня	Май - август ежегодно	Зам. директора по безопасности
11	Проверка соблюдения санитарно- гигиенических норм при оборудовании учебных кабинетов, в особенности кабинетов повышенной опасности	Май - август ежегодно	Зам. директора по безопасности
12	Контроль за проведением генеральных уборок помещений школы	Май - август ежегодно	Зам. директора по безопасности Зам. директора по АХР
13	Контроль за организацией спортивно- массовой и физкультурно-оздоровительной работы	Май - август ежегодно	Зам. директора по ВР
14	Проведение бесед о здоровом образе жизни с учащимися	Май - август ежегодно	Классные руководители
15	Проведение бесед с родителями о режиме дня и охране здоровья обучающихся	Май - август ежегодно	Классные руководители
16	Организация работы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма	Май - август ежегодно	Зам. директора по безопасности Классные руководители
17	Проведение расследований несчастных случаев и травм с учащимися, а также поиск мер по предотвращению несчастных случаев в дальнейшем	Май - август ежегодно	Зам. директора по безопасности

## Психологическое здоровье.

## Этот раздел включает в себя мероприятия, позволяющие решать задачи:

- создание психологического комфорта для учащихся в школе;
- организация психологической консультативной помощи учителям, детям и их родителям;

— формирование положительной мотивации к ведению здорового образа жизни, умение управлять своим здоровьем, корректировать своё психическое состояние, привитие чувства ответственности за своё здоровье.

<b>№</b> п/п	Наименование мероприятий	Сроки	Исполнитель
1	Помощь в решении проблем взаимоотношений между участниками учебно-воспитательного процесса (тестирование, тренинги)	Постоянно	Зам. директора по ВР
2	Оказание помощи в разрешении конфликтных ситуаций, переживаемых детьми	Постоянно	Зам. директора по BP
3	Диагностика отклоняющегося поведения	Постоянно	Социальный педагог Зам. директора по УВР
4	Выявление неблагоприятных факторов воздействия со стороны окружения, приводящих к нарушению поведения.	Постоянно	Социальный педагог Зам. директора по ВР
5	Организация работы «Школы для родителей» по вопросам общения с ребенком	Ежегодно	Классные руководители
6	Цикл лекций по теме «Психология здоровья»: Психическое здоровье. Секрет нервной системы. Эмоции человека и здоровье. Нервное истощение, нервная депрессия, нервное напряжение, развитие неврастении. Способы создания мощной нервной силы. Формирование индивидуального способа саморегуляции. Духовно-нравственное здоровье человека и его взаимосвязь с другими компонентами здоровья. Отношение к себе, окружающим людям и здоровье. Кризисные состояния у подростков. Тренинг по разрешению конфликтных ситуаций в школе, в семье. Правила общения	По графику	Классные руководители

#### Социальное здоровье

## Основные задачи мероприятий этого раздела:

оказание помощи детям из малообеспеченных и неблагополучных семей:

- патронаж учащихся, которые находятся под опекой.

№п/	Наименование мероприятий	Сроки	Исполнитель
П			
1	Оказание адресной помощи детям из малообеспеченных семей	Постоянно	Администрация, социальный педагог
2	Обеспечение бесплатным питанием в школьной столовой детей из малоимущих семей	Постоянно	Администрация
3	Медико-социальный патронаж детей-инвалидов, обучающихся на дому	Ежемесячно	Учитель, социальный педагог
4	Патронаж учащихся, которые находятся под	Ежеквартально	Социальный

	опекой с целью обследования жилищных условий.		педагог, классные руководители
5	Обследование детей из неблагополучных семей с целью выявления негативного влияния и его устранения.	1 раз в месяц	Социальный педагог, классные руководители
6	Выявление группы риска	Постоянно	Социальный педагог, классные руководители
7	Помощь в разрешении конфликтных ситуаций, переживаемых детьми	Постоянно	Социальный педагог Зам. директорапо ВР
8	Меры по выявлению новых возможностей по жизнеобеспечению детей из малоимущих семей	Постоянно	Социальный педагог, классные руководители

#### Физкультурно-спортивная деятельность

#### Включает в себя мероприятия, позволяющие решать задачи:

- укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности участников образовательного процесса;
- развитие основных двигательных качеств;
- воспитание у школьников нравственных качеств личности;
- внедрение технологий педагогики сотрудничества и личностно-ориентированной педагогики.

# **Большинство мероприятий этого раздела проводятся в школе традиционно, например:**

- Спортивные мероприятие: «В здоровом теле здоровый дух», «Папа, мама, я спортивная семья»; «Зимние забавы», Конкурс «Весёлые старты», «А ну,ка, мальчики!», «З3 богатыря»;
- Круглый стол «Вредные привычки»;
- Месячник здоровья «Мы выбираем здоровье» (1-11 классы);
- Соревнования команд «учителя ученики» по игровым видам спорта;
- Осенний «День здоровья»

№	Наименование мероприятий	Ответственный
$\Pi/\Pi$		
1	Организация урока физической культуры с учётом	Заместитель директора
	мониторинга уровня физического здоровья и	по УВР, учителя
	индивидуальных особенностей учащихся	физкультуры
2	Методическая консультация «Методика проведения	Учителя физической
	гимнастики до занятий, игр на переменах и способы	культуры
	внедрения утренней гимнастики в быт каждого	
	школьника»	
3	Оформление школьного сайта с размещением	Администратор

информации о спортивных и иных достижениях в жизни	школьного сайта	
ШКОЛЫ		

# Охрана труда и здоровья участников образовательного процесса Этот раздел предусматривает:

- -создание безопасных условий жизнедеятельности обучающихся и охрану труда работников;
- -содействие укреплению здоровья;
- -сохранение жизни и здоровья участников образовательного процесса;
- -профилактику детского дорожно-транспортного травматизма (ДДТТ).

<b>№</b> п/п	Наименование мероприятий	Сроки	Ответственные
1	Соответствие режима работы школы Уставу школы и гигиеническим требованиям	Постоянно	Администрация школы
2	Проведение паспортизации учебных кабинетов, мастерских, спортзала	По графику	Администрация школы Учитель
3	Разработка и пересмотр инструкций по охране труда работников и учащихся	1 раз в 5 лет	Зам. директора по безопасности
4	Своевременное проведение инструктажа по технике безопасности обучающихся, педагогов	1 раз в 6 месяцев	Зам. директора по безопасности
5	Соблюдение техники безопасности всеми сотрудниками и учащимися школы при организации учебно-воспитательного процесса	Постоянно	Администрация школы
6	Обеспечение достаточной освещённости искусственным светом всех учебных комнат	Постоянно	Зам. директора по безопасности Зам. директора по АХР
7	Обеспечение оптимального воздушно-теплового режима	Постоянно	Зам. директора по безопасности Зам. директора по АХР
8	Обеспечение кабинетов повышенной опасности медицинскими аптечками	Ежегодно	Зам. директора по безопасности Зам. директора по АХР
9	Осуществление образовательного процесса с учётом специфики курса основ безопасности жизнедеятельности	Постоянно	Учитель ОБЖ и учителя начальных классов
10	Использование технических средств обучения с соблюдением правил их эксплуатации	Постоянно	Учителя Зам. директора по безопасности Зам. директора по АХР
11	Введение в обязательном порядке физкультминутки в ходе уроков	Постоянно	Учителя Зам. директора по ВР
12	Выполнение требований к организации питания учащихся	Постоянно	Лицо, ответственное за питание
13	Организация инструктивно-методических занятий с педагогами по методике проведения занятий с детьми по Правилам дорожного движения	Ежегодно	Общественный инспектор по профилактике

			ДДТТ Заместитель директора по ВР
14	Организация изучения Правил дорожного движения с детьми согласно программе	Постоянно	Классные руководители Зам. директора по безопасности
15	Проведение встреч с работниками ГИБДД	Постоянно	Общественный инспектор по профилактике ДДТТ Заместитель директора по ВР
15	Создание отрядов юных инспекторов движения	Ежегодно	Заместитель директора по безопасности
16	Оформление уголка по безопасности дорожного движения	Ежегодно	Зам. директора по безопасности, Классные руководители
17	Обсуждение на родительских собраниях вопросов по профилактике ДДТТ	Постоянно	Классные руководители Администрация школы

#### Валеологическое просвещение педагогического коллектива

#### Основные задачи мероприятий этого раздела:

- повышение квалификации педагогов в вопросах охраны здоровья;
- рациональная организация учебного процесса;
- применение здоровьесберегающих технологий в учебном процессе.

#### Поэтому данный раздел предполагает:

- знакомство с научно-методической литературой по вопросам здоровья;
- изучение, освоение и использование в работе учителя здоровьесберегающих технологий позволяющих приспособить учебный процесс к индивидуальным особенностям школьников;
- организацию режима труда и отдыха школьников, обеспечивающих высокую работоспособность учащихся во время учебных занятий;
- организацию самообразования;
- проведение семинаров, методических консультаций, методических дней на тему «Валеологическая направленность учебных предметов».

№ п/п	Наименование мероприятий	Ответственный
1	Цикл лекций по саморегуляции:	В перспективе
	Здоровый учитель - залог психологического комфорта на	
	уроке.	
	Взаимосвязь здоровья учителя и здоровья школьников.	
	Психологические аспекты профессионально-педагогического	
	общения.	
	Гуманистический стиль общения учителя как фактор здоровья	
	школьников.	
	Регуляция психического состояния и саморегуляция.	

	Управление своей работоспособностью	
2	Тренинговые занятия	В перспективе
3	Организация самообразования учителей по вопросам	
	психофизического оздоровления учащихся	
4	Психологические консультации	В перспективе
5	Знакомство с новинками методической литературы по вопросам здоровья	Библиотекарь
6	Проведение «круглых столов» по секциям на тему «Валеологическая направленность учебных предметов»	Заместитель директора по УВР
9	Проведение педсоветов: валеологизация учебно-	Заместители
	воспитательного процесса; использование в работе учителя	директора
	здоровьесберегающих технологий	
10	Проведение методических консультаций:	Заместители
	методика проведения физкультминуток в 1-8-х классах;	директора
	методика и организация домашних заданий в соответствии с	
	гигиеническими требованиями;	
	требования к режиму работы группы продлённого дня;	
	физические упражнения и игры в группах продлённого дня;	
	физкультминутки во время выполнения домашних заданий;	
	физические упражнения и игры в часы отдыха;	
	занятия в группах корригирующей гимнастики; занятия в	
	спортивных секциях	

#### Пропаганда здорового образа жизни

Основные задачи мероприятий этого раздела:

- -повышение уровня знаний в вопросах охраны здоровья;
- -воспитание разумного отношения к своему здоровью;
- -воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- -формирование целостного понимания о здоровом образе жизни.

№	Тема лекции	Ответственные
$\Pi/\Pi$		
1	Значение режима питания (1-4-е кл.).	Классный
	Значение режима питания (5-7-е кл.).	руководитель
	Значение режима питания (8-11-е кл.)	
2	Возрастные особенности детей. Организациятруда	Педагог-психолог,зам.
	и отдыха в семье (1-3-и кл.).	Директора побезопасности
	Укрепление здоровья, предупреждение утомляемости,	Классные руководители
	инфекционных заболеваний у подростков.	
	Профилактика детского травматизма(5-7-е кл.).	
	Возрастные и психологические особенности	
	старших подростков (8-11-е кл.)	
3	Режим дня. Организация свободного времени (1-3-и	Классный
	кл.). Режим дня. Организация свободного времени (5-	руководитель.
	7-е кл.). Соблюдение подростками правил личной и	Родители.
	общественной гигиены (8-11-е	
	кл.)	
4	Профилактика простудных и инфекционных	Медработник ГБУЗ
	заболеваний. Курение, алкоголь, наркотики. Их	«ТутаевскаяЦРБ»
	отрицательное влияние (8-11-е кл.)	
5	Соблюдение правил личной и общественной гигиены (1-	Медработник ГБУЗ
	3-и кл.) Соблюдение детьми правил	«Тутаевская
	личной и общественной гигиены (5-7-е кл.).	ЦРБ»

	Физическая подготовка. Её необходимость в жизни (8-11-е кл.)	
6	Физкультура и спорт. Значение занятий спортом для здоровья детей (1-3-и кл.). Здоровье и выбор профессии (8-11-е кл.)	Учителя физкультуры, медработник
7	Алкоголь - его отрицательное влияние на воспитание детей. О вреде курения (1-3-и кл.). Возрастные особенности детей, и их учёт в семейном воспитании (5-7-е кл.). Вопросы полового воспитания (8-11-е кл.). Физическое развитие, завершение процесса полового созревания (8-11-е кл.)	Медработник ГБУЗ «ТутаевскаяЦРБ»
8	Здоровый образ жизни и его составляющие (5-7-е кл.). Физическое воспитание старшеклассников в семье (8-11-е кл.)	Медработник ГБУЗ «ТутаевскаяЦРБ» учителя физкультуры
9	Организация труда и отдыха в период летних каникул (1-3-и кл.). Организация труда и отдыха впериод летних каникул (5-7-е кл.). Целенаправленная организация свободного времени. Труд и отдых в период летних каникул.	Администрация

 18. План деятельности по реализации программы

 мероприятия
 Ответственные
 сроки
 Планируемый

No	мероприятия	Ответственные	сроки	Планируемый
		исполнители		результат и
				выполнение
1	Медицинское направление.			
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; -выявление учащихся специальной медицинской группы; -ведение строгого учета детей по	медицинский работник	ежегодно	медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2.	группам здоровья. Проведение диспансеризации учащимся школы.	медицинский работник	ежегодно	
1.3.	Проведение медицинского осмотра учащихся 9-х,11-х классов	медицинский работник	ежегодно	план медосмотров
1.4.	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.	медицинский работник	ежегодно	план медосмотров
1.5.	Обеспечение и организация	медицинский	ежегодно	план

	профилактических прививок учащихся.	работник		прививок
1.6.	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах	медицинский работник	ежегодно	классные журналы
1.7.	Анализ случаев травматизма в школе.	медицинский работник, инженер ОТ и ТБ	ежегодно	материалы отчетов
1.8.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Кл.руководитель	ежегодно	материалы отчетов
1.9.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	медицинский работник	ежедневно	
1.10.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: проветривание; освещение; отопление вентиляция уборка	медицинский работник, учителя	ежедневно	
1.11.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиН)	заместитель директора	ежегодно	справка по оценке расписания
1.12.	Постоянный контроль за школьной столовой.	медицинский работник, директор, члены родительского комитета	ежедневно	
2.	Просветительское направление			
2.1.	Организация просветительской работы с родителями по ЗОЖ (лекторий).	учителя, заместитель директора	ежегодно	график проведения и тематика лектория
2.2.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.3.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.4.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»	заместители директора		протокол педсовета

2.5			1	<u> </u>
2.5.	Организация просветительской	учителя,	ежегодно	план работы
	работы с учащимися	классные		
		руководители,		
		медицинский		
2.6		работник		
2.6.	Совместная работа с	заместитель	ежегодно	план работы
	учреждениями	директора		
	здравоохранения и органами			
	внутренних дел по			
	профилактике токсикомании,			
	наркомании, курения и			
	алкоголизма.			
2.7.	Пропотом по функционой	VIIIVEORE	р жананна	HHOW I VINOROD
2.7.	Пропаганда физической	учителя -	в течение	планы уроков
	культуры и здорового образа	предметники	года	
	жизни через уроки биологии,			
	географии, химии, экологии,			
3.	ОБЖ, физической культуры.			
3.	Психолого-педагогическое			
3.1.	направление. Организация психолого-	администрация	ежегодно	план работы
3.1.	педагогического	школы, педагог	Сжегодно	план рассты
	сопровождения учебно-	- психолог		
	воспитательного процесса.			
3.2.	Отслеживание	педагог –	ежегодно	диагностические
3.2.	работоспособности,		Сжегодно	
	тревожности и других	психолог, классные		исследования
	психических показателей			
	учащихся.:	руководители		
	- определение влияния			
	учебной			
	нагрузки на психическое			
	здоровье детей;			
	- изучение психологических			
	возможностей и готовности			
	детей к школе.			
3.3.	Организация психолого-	педагог –	ежегодно	план работы
0.0.	медико-педагогической и	психолог,	one ogne	TWINT PWC C 121
	коррекционной помощи	специалисты,		
	учащимся.	учителя, члены		
	J v v v v	ПМПк		
3.4.	Конференция по теме	заместитель		материалы
	«Здоровьесберегающие	директора		конференции
	технологии обучения»			
3.5.	Использование	учителя-	ежегодно	планы уроков
	здоровьесберегающих	предметники		
	технологий, форм и методов в			
	организации учебной			
	деятельности.			
3.6.	Выявление группы риска по	Классный	ежегодно	план работы
	социальной дезадаптации,	руководитель,		_
	устранения негативного	педагог -		
	влияния.	психолог		
4	Спортивно-оздоровительное			
	направление.			
4.1.	Организацию спортивных	учителя	ежегодно	план работы

	мероприятий.	физической		
	Ponpuni.	культуры		
4.2.	Разработка системы дополнительного образования, внеурочной деятельности, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся	заместитель директора	ежегодно	Расписание внеурочной деятельности план работы кружков и секций
4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	заместитель директора	ежегодно	план работы
4.4.	Организация урока физической культуры с учётом мониторинга уровня физического здоровья и индивидуальных особенностей учащихся	заместитель д учителя физической культуры иректора	ежегодно	планы уроков

#### ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

# Перечень основных мероприятий по реализации программы по здоровьесбережению на 2023-2024 год «Здоровье первоклассника» (1 класс)

№	Мероприятие,	Цель	Срок	Ответственный
	форма			
	Класснь	е часы по программе здо	ровьесбережения	1
1.	Режим дня – основа	Пробудить заботу о	Сентябрь	Классный
	жизни человека	здоровье, осознать		руководитель
	(беседа – игра)	важность режима дня		
2.	Скуку, простуду,	Обучить навыкам	Октябрь	Классный
	безделье меняем на	выполнения		руководитель
	бодрость, здоровье,	правильного		
	веселье	пробуждения,		
	(практикум)	выполнения		
		гимнастики, массажа,		
		правильного питания		
3.	Если хочешь быть	Расширить знания	Декабрь	Классный
	здоров (классный	личной гигиены,		руководитель
	час)	чистоты,		
		аккуратности		
4.	Зимушка – зима	Формировать навыки	Январь	Классный
	(час развлечений на	игры на улице		руководитель
	прогулке)			
5.	Зимние затеи	Формировать	Февраль	Классный
	(спортивный	подвижно-игровые		руководитель,
	праздник)	навыки		родители
6.	Мойдодыр (беседа)	Вызвать интерес к	Март	Классный
		вопросам здоровья,		руководитель
		ответственность за		
		состояние своего		
		организма		

7.	Умеем ли мы	Формировать	Апрель	Классный
	правильно	представление об		руководитель
	питаться? (беседа)	основных		
		питательных		
		веществах и		
		продуктах, их		
		содержащих		
8.	Растем здоровыми	Формировать навыки	Май	Классный
	(музыкально –	игровой деятельности		руководитель
	спортивный час)			

# «Здоровый второклассник» (2 класс)

№	Мероприятие,	Цель	Срок	Ответственный
	форма		~	
4		е часы по программе здоро		T
1.	Осенний	Формировать заботу о	Сентябрь	Классный
	калейдоскоп (беседа	здоровье, осознать		руководитель
	о здоровой и пище	важность правильного		
2	I.C.	питания	0 7	T/C V
2.	Как сохранить	Познакомить с	Октябрь	Классный
	зрение (беседа)	причинами глазных		руководитель
		болезней и их		
		профилактикой,		
		разучить упражнения		
		для профилактики глазных заболеваний		
3.	Потомую доборух		Hagen	Классный
1	Детские забавы	Развивать спортивные	Ноябрь	
	(спортивно – развлекательный	способности у детей		руководитель
	час)			
4.	Семь С (спортивные	Развивать силу,	Декабрь	Классный
	состязания)	скорость,	декиоры	руководитель
	обстизатим)	сообразительность,		руководитель
		сноровку, смекалку,		
		сплоченность и т.д.		
5.	Растения и человек	Познакомить с	Январь	Классный
	(интегрированный	понятием «кожа» и ее	1	руководитель
	классный час)	функциями, с		
		правилами ухода за		
		кожей с помощью		
		лечебных растений		
6.	Кулинарное	Рассказать о пользе	Февраль	Классный
	путешествие по	каши для здоровья,		руководитель,
	Простоквашино	познакомить с		
	(инсценировка	традициями блюд		
	сказки)	русской кухни		
7.	Поешь рыбки –	Формировать	Март	Классный
	будут ноги прытки	представления о		руководитель
	(игра-конкурс)	полезных свойствах		
		рыбных блюд		

Ī	8.	Кулинарные	Формировать навыки	Апрель-май	Классный
		традиции моей семьи	сбора данных и		руководитель
		(разработка	оформления проектов		
		проектов)			

# «Здоровая пища третьеклассника» (3 класс)

Nº	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
	Классные	часы по программе здо	ровьесбережения	Ī
1. Цена ломтика (беседа)		Расширить знания о пользе, ценности хлеба, воспитывать чувство бережного отношения к хлебу	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Правила поведения в столовой (занятие – практикум)	Добиться уяснения учащимися правил поведения в столовой, проработать правила хорошего тона за столом	Октябрь	Классный руководитель
3.	Это удивительное молоко (занятие- исследование)	Расширить знания о пользе молока, молочных продуктов	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков (игра)	Расширить знания о вреде данных продуктов	Декабрь	Классный руководитель
5.	Самые полезные продукты (театрализованный классный час)	Учить выбирать самые полезные продукты	Январь	Классный руководитель
6.	Что надо есть, если хочешь стать сильнее (беседа)	Формировать представление о связи рациона питания и здорового образа жизни	Февраль	Классный руководитель,

7.	Где найти витамины весной (игра-путешествие по станциям)	Познакомить со значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека	Март	Классный руководитель
8.	День рождения Зелибобы (герой улицы Сезам)	Закрепить полученные знания о правильном питании	Апрель	Классный руководитель
9.	Секреты поваренка (круглый стол)	Формировать представление о последствиях неправильного питания для организма	Май	Классный руководитель

# «В четвертый класс со здоровьем» (4 класс)

Nº	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
		Классные часы		
1.	Учись быть здоровым (игра)	Способствовать осознанию необходимости бережного отношения к своему организму	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Здоровяк Формировать у учащихся предупреждает (игра – КВН) представления о том что здоровье — главная ценность в жизни		Октябрь	Классный руководитель
3.	Кулинарные обычаи (игра – путешествие)	Закрепить знания о законах здорового питания	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Питание и красота (кулинарный практикум)	Воспитывать культуру питания	Декабрь	Классный руководитель
5. Спортивно – массовое мероприятие «Зимние забавы»		Формировать стремление к здоровому образу жизни	Январь	Классный руководитель, родители
6. Удивительные превращения колоска (занятие – беседа)		Закрепить знания учащихся о значимости хлеба в рационе питания, прививать бережное отношение к хлебу	Февраль	Классный руководитель,
7.	Волк и семеро козлят на валеологический лад (музыкально-	Развивать ловкость, быстроту, скорость и других двигательных качеств	Март	Классный руководитель

		спортивный праздник)			
8	8.	Кафе «Здоровейка»	Формировать у детей	Апрель	Классный
		(разработка	привычку правильно		руководитель
		проектов)	питаться		

# Родительские собрания по программе здоровьесбережения в начальной школе

Класс	Название	Форма, содержание
1 класс	Режим труда и учёбы	Круглый стол, посвященный
		трудностям адаптационного периода
1 классы с OB3	Задержка психического развития-	Выступление специалистов
	что это?	
	Логопедическая коррекционная	
	работа.	
2 класс	Здоровье ребёнка в руках	Ослабленные дети, нервные дети, заикание
	взрослых	у детей, леворукий ребенок,
3 класс	Секреты здоровья ребенка	Анкетирование детей и родителей,
		беседа врача
4 класс	Не запрет, а предупреждение	Профилактика табакокурения,
	вредных привычек	алкоголизма, наркомании

## «Здоровье – это здорово!» (5 класс)

	Сотрудничество	Учебные четверти				
№п/п		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	
1						
	Классный	«Что такое	Кл. час «Как	Диаграмма «Мои	ПДД. Дорожные	
	руководитель	здоровье?»	живешь,	жизненные	«ловушки»	

2	Классный руководитель, психолог	-	пятиклассник?» Конкурс рисунков о здоровье Беседа «Остановись у преступной черты» задаптационного цесса Адаптационная игра «Правила трех С — сотрудничество, сочувствие, самоконтроль»	ценности» (1 этап)  Психологически й тренинг «Ребята, давайте жить дружно!»	Сказка «Репка» о вредных привычках
3	Классный руководитель и учителя-предметники	Литература:	танизма» овье человека». уда и отдыха в сохр родное творчество.	ранении здоровья че Русские народные	
4	Классный руководитель и медицинские работники	Мониторинг сани	Кислородн тарно-гигиеническ	актических прививовый коктейль.  ких условий  ческих медицински  Составление кроссвордов о здоровье «Веселая минутка».	
5	Классный руководитель и родители	Психологическа я беседа «Особенности адаптационного периода» Поход в лес.	«Организация рационального питания подростков»		Родительское собрание «Семейное воспитание и здоровье наших детей»
6	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

# «Здоровье – это спорт!» (6 класс)

$\mathcal{N}_{\underline{0}}$	Сотрудничеств		ные четверти			
$\Pi/\Pi$	О	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	
1	Классный руководитель	Кл. час. «Здоровое питание» Беседа «Разрешение конфликтов без насилия»	Кл. час «Хорошие и плохие привычки» Дискуссия «Согласны ли вы с тем, что в жизни надо пробовать все?»	Беседа «Чистота — залог здоровья» Беседа «Уголовная ответственность несовершеннолетних »	Беседа «И снова о вреде курения»	
2	Классный руководитель, психолог		Анкетировани е «Хорошие и плохие привычки»			
3	Классный руководитель и учителя- предметники	Биология: Урок «Особенности высшей нервной деятельности». Литература. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки»				
4	Классный руководитель и медицинские работники	Регулярное п	роведение профи	илактических прививок плактических медицинск нающихся. ческих условий Составление кроссвордов о здоровье «Веселая минутка».		
5	Классный руководитель и родители	«Организация рациональног о питания подростков» Поход в лес.	Родительское собрание «Компьютер в жизни школьника»		Лекторий «Здоровая семья — здоровый образ жизни»	
6	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	

# «Здоровье – это победа над собой!» (7 класс)

№	Сотрудничество	Учебные четверти				
п/п		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	
1	Классный	Диаграмма		Практикум «Как		
	руководитель	«Мои	Кл. час «Если	бороться с		
		жизненные	хочешь быть	конфликтами»		
		ценности»	здоров	Беседа		

		Беседа «Алкоголь и его влияние на организм подростка»	Беседа «Шалость. Злонамеренный проступок. Вандализм»	«Токсикомания».	
2	Классный руководитель, педагог-психолог	Беседа с элементами анкетирования «Как я отношусь к себе, и как ко мне относятся другие»			
3	Классный руководитель, учителя- предметники		: «Профилактика нер коголизм»	вных и психически	х заболеваний.
4	Классный руководитель, медицинские работники	Проведение профилактических прививок.  Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.  Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.  Мониторинг санитарно-гигиенических условий  Мониторинг Беседа Мониторинг			
		показателей здоровья обучающихся	«Правильное питание – залог здоровья»		показателей здоровья обучающихся
5	Классный руководитель, родители	Дискуссия «Пока не поздно! Права и обязанности родителей, права и обязанности ребенка» Поход в лес.	Собрание «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»	Беседа «Навыки сохранения зрения»	«Воспитание культуры питания у подростков»
6	Классный руководитель, учитель физической культуры	День здоровья	День здоровья	День здоровья	День здоровья

# «Здоровье – это умение общаться!» (8 класс)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный				

	руководитель	Театрализованна игра «Суд над сигаретой» Анкета: употребление алкоголя, сигаре наркотиков.	викторины по СПИДу «Наркотики – яд!»	Беседа «Мои проблемы» Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!»	<b>&gt;</b>	
2	Классный руководитель, педагог-психолог			Классный час «Эмоции и чувства. Их влияние на здоровье человека»		
3	Классный руководитель, учителя- предметники	Физика Урок. Электрические нагревательные приборы. Короткое замыкание предохранители. (правила обращения с электрическими приборами, опасности короткого замыкания, перегрузки электрических сетей). Биология. Урок «Факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье».				
4	Классный руководитель, медицинские работники	Проведение профилактических прививок.  Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.  Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.				
		Мониторинг санитарно-гигиенических условий				
		Беседа «Последствия ранних половых связей девушек» Мониторинг показателей здоровья обучающихся		Беседа «Правильное питание – залог здоровья»	Мониторинг показателей здоровья обучающихся	
5	Классный руководитель, родители	Беседа «В здоровом теле – здоровый дух!» Поход в лес.	Собрание «Не дай нам Бог судьбу ребенка увидеть на конце иглы»			
6	Классный руководитель учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	

# «Здоровье – это жизнь!» (9 класс)

№	Сотрудничест	Учебные четверти				
п/ П	ВО	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	
1	Классный руководитель	Беседа «Законы жизни». Беседа «Свобода выбора – это уход от зависимости»	Анкета информированно сти по вопросам ВИЧ – СПИДа	Беседа для девочек «Влияние стиля жизни на репродуктивное здоровье женщины» Беседа «Как не стать жертвой	Игра «Степень риска»	
2	Классный руководитель, педагог-психолог			преступления»  Классный час с элементами тестирования «Стрессоустойчивос ть»	Тренинг «Уверенност ь» (подготовка к экзаменам, повышение самооценки)	
3	Классный руководитель, учителя-предметники	Обществознание. Урок «Семья и наркотики». Химия. Урок «Оксид углерода (II) и оксид углерода (IV)» (образование угарного газа при курении и действии его на организм).				
4	Классный руководитель, медицинские работники	Регулярное п Мон	роведение профилан обучан	актических прививок.  стических медицинских ощихся  гигиенических условий бучающихся.		
		здоровья обучающихся	врача «Правильное питание – залог здоровья»			
5	Классный руководитель, родители	«Организация рационального питания старшеклассник ов» Поход в лес.	Собрание «Роль и ответственность семьи в профилактике табакокурения и алкоголизма»		«Особенност и питания подростков во время экзаменов при интенсивных учебных нагрузках»	
6	Классный руководитель	День здоровья.	День здоровья	День здоровья		