

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 95
имени Героя Советского Союза Ивана Романенко
Российская Федерация, 350005, Краснодар, улица Кореновская, д.33,
тел./факс (861)258-12-40, e-mail: school95@kubannet.ru

Принято
на педагогическом совете
протокол № 32

от «10» апреля 2025г.

Утверждаю
Директор МАОУ СОШ № 95

И.Б. Пасичник
«10» апреля 2025 г.

ПРОГРАММА ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ В МАОУ СОШ № 95 на 2022-2027 год

город Краснодар 2025

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Информационная карта программы	3
Пояснительная записка	5
Цель и задачи программы	4
Срок реализации программы	4
Возраст детей	4
Формы и методы реализации программы	6
Перечень организаторов программы	4
Направления и виды деятельности	8
Перечень основных мероприятий по реализации	8
Механизм реализации программы	18
Ожидаемые результаты	4

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА		
1.	Полное название программы	«Я-здоровый человек»
2.	Цель программы	Укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры. Формирование навыков здорового и безопасного образа жизни
3.	Направление деятельности.	Учебно-развивающее
4.	Автор программы	Черемных Елена Юрьевна, заместитель директора по воспитательной работе
5.	Методическое сопровождение	Кораблева Ирина Васильевна заместитель директора по УМР
6.	Муниципальное образовательное учреждение, представившее программу	МАОУ СОШ № 95
7.	Адрес, телефон	г. Краснодар, ул. Кореновская, 33
8.	Место реализации	МАОУ СОШ № 95
9.	Количество учащихся	580 человек
10.	Возраст учащихся	от 7 до 11 лет
11.	Сроки проведения.	2022-2027 г.

Программа по здоровьесбережению "Я — здоровый человек!"

В мире есть лишь две абсолютные ценности: чистая совесть и здоровье

Паспорт программы

Необходимость создания программы: ухудшение здоровья обучающихся в связи с изменениями экологической обстановки города и района, отношения к своему здоровью, социального благополучия.

Основные разработчики программы: Черемных Е.Ю., заместитель директора по ВР, Кораблева И.В., заместитель директора по научно-методической работе.

ЦЕЛЬ: формирование у обучающихся первой ступени понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

ЗАДАЧИ:

- отработать систему выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- создать информационный банк о состоянии здоровья подростков;
- организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и учителями-предметниками;
- формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
- осуществлять медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья подростков;

Сроки реализации программы. 2022 – 2027 гг.

Перечень основных блоков:

- Педагогический (работа классного руководителя, учителя физической культуры, учителей-предметников);
- Психологический (работа педагога-психолога);
- Социальный (взаимодействие с родителями, учреждениями дополнительного образования);
- Блок двигательной активности (физическое развитие)

Исполнители. Педагоги школы

Ожидаемые результаты.

В результате реализации программы будут:

- снижена заболеваемость или стабилизация здоровья (в зависимости от первоначального диагноза),
- повышено качество обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков;

- апробированы элементы методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам;
- увеличено число детей и подростков, соблюдающих нормы и требования здорового образа жизни;
- разработана школьная программа по здоровьесбережению;
- разработаны рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения;
- включено в план работы школы регулярное проведение недель здоровья (1 раз в четверть);
- создана комната психологической разгрузки для обучающихся;
- организована система кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.

Система управления и контроля за реализацией программы.

Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет педагогический совет школы.

Формы контроля: результативность работы рассматривается 1 раз в год на МО классных руководителей.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В соответствии с законом РФ “Об образовании” здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования.

Развитие школы идет по пути интенсификации, увеличения физических и психических нагрузок на ребенка. И сегодня уже необходимо говорить о начале глобальной катастрофы всей современной цивилизации. По данным НИИ педиатрии:

- 14 % детей практически здоровы;
- 50 % детей имеют отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата;
- 35 – 40 % детей страдают хроническими заболеваниями.

Беспокоят специалистов и другие недуги современной молодежи, такие как зависимость от табака, алкоголя и наркотиков.

Таким образом, появилась острая необходимость решения данной проблемы в масштабе страны, региона, города школы и отдельно взятого класса.

Город Краснодар входит в число городов края, имеющих четко выраженную промышленную специализацию. С точки зрения воздействия на окружающую среду, практически все предприятия характеризуются повышенными вредными выбросами, которые усугубляются географо–климатическими особенностями города, расположенного в низине. Река и водоемы, протекая по территории интенсивной хозяйственной деятельности, загрязняются промышленными и городскими стоками, а также поверхностными, ливневыми и талыми водами. Одним из основных загрязнителей атмосферы является углекислый газ. Газообразные выбросы на территории Краснодара – оксиды железа, свинца, сажа, фтор, хлор, ртуть и другие соединения, опасные для здоровья, особенно опасны аэрозоли свинца. В результате хозяйственной деятельности

происходит загрязнение почв различными тяжелыми металлами, содержащимися в отходах добычи и переработки полезных ископаемых, в продуктах сгорания топлива и хозяйственно-бытовых отходах, обладающими высокой токсичностью к растениям, животным и человеку.

Прикубанский округ, в котором расположено наше образовательное учреждение и проживают все обучающиеся класса, является зоной повышенного внимания экологической службы города, так как расположен в низине относительно других районов города, в окружении сельскохозяйственных объединений, которые удобряются химикатами.

В связи со всеми вышеперечисленными причинами в районе наблюдаются хронические заболевания, связанные с дыхательной системой и желудочно-кишечным трактом. Анализ уровня заболеваемости за период обучения в начальном звене, показал, что у 44 % обучающихся наблюдается предрасположенность к заболеваниям такого рода. Еще одним фактором, подтолкнувшим к созданию данной программы, послужило наличие в классе обучающихся с нарушениями осанки и зрения.

Выявлены причинно-следственные факторы, негативно влияющие на здоровье детей данного класса:

- интенсификация учебного процесса и гиподинамия;
- стрессовая ситуация в семье и школе;
- несоблюдение санитарно-гигиенических требований к организации учебного процесса;
- недостаточная подготовка родителей и педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей;
- недостатки в существующей системе физического воспитания;
- низкий уровень медицинского обслуживания, направленного, как правило, только на оказание экстренной, необходимой медицинской помощи;
- отсутствие межведомственного подхода к решению данной проблемы.

Программа по здоровьесбережению составлена на основании следующих нормативных документов: Конституции РФ; Конвенции о правах ребенка; закона РФ “Об основных гарантиях прав ребенка”; закона РФ “Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан”; закона РФ “Об образовании”; письма Минобразования РФ от 26.06.2003 г. № 23-51-513/16 “Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования”; письма Минобразования РФ от 28.04.2003 № 13-51-86/13 “Об увеличении двигательной активности обучающихся ОУ// Вестник образования – 2003, июль №7; “Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждениях, СанПиН 2.4.2.1178-02” // Официальные документы в образовании – 2003, №3; приказа Минобразования, Минздравоохранения РФ от 31.05.2002 № 176/2017 “О мерах по улучшению охраны здоровья детей в РФ” // Официальные документы в образовании 20/2002; письма Минобразования “О работе экспериментальных общеобразовательных учреждений по направлению “Здоровьесберегающие технологии””// Официальные документы в образовании - 2002, №26; письма Минобразования РФ от 21.02.2001 №1 “О классах охраны зрения в общеобразовательных и специальных (коррекционных) ОУ”; приказа Минобразования РФ от 28.02.2000 г. № 619 “О концепции профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде” // Вестник образования – 2000, апрель №8; письма Минобразования России от 26.01.2000 г. № 22-06-86 “О мерах по профилактике суицида

среди детей и подростков”; санитарных правил “Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждений” // Вестник образования – 2000, №1; решения коллегии Минобразования РФ от 08.04.1997 г. № 4/2 “Об организации работы с детьми со школьной дезадаптацией”; закона от 29.11.2000 г. №821 “Об образовании в Кемеровской области”; региональной программы “Здоровье и образование”; приказа Минобразования России и Минздрава России от 30.06.98 № 186/272 “О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях”).

Цель программы — формирование у обучающихся первой ступени понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

Миссия программы — научить “безопасному плаванию по жизни”

Задачи:

- отработать систему выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- создать информационный банк о состоянии здоровья детей и подростков;
- организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и учителями-предметниками;
- формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
- осуществлять медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья подростков.

Основные блоки программы:

- педагогический (работа классного руководителя, учителя физической культуры, учителей-предметников);
- психологический (работа педагога-психолога);
- социальный (взаимодействие с родителями, учреждениями дополнительного образования);
- блок двигательной активности (физическое развитие).

Задача классного руководителя в педагогическом блоке – стать организатором, координатором совместного творчества (сотворчества) детей, родителей, педагогов-предметников, медиков, которое помогало бы каждому его подопечному осознать здоровье как самоценность, выбрать здоровый образ жизни, поддерживало и развивало детские инициативы в этой области. Эта совместная деятельность может быть не только интересной и увлекательной, она выгодна с точки зрения здоровья для каждого участника этого процесса.

Социально-профилактическая работа в социальном блоке по формированию ценностного отношения к здоровью из эпизодической должна перейти на уровень системы. Данная профилактика должна стать частью всей системы воспитания.

Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни должно также стать одним из основных направлений работы психолого-социальной службы школы. Проведение мониторингов по выявлению учащихся “группы риска” поможет педагогу-психологу наметить формы и методы избирательной профилактики с разными группами

учащихся, что даст позитивный результат. Комплексный психолого-педагогический подход к проблеме позволит аккумулировать эффект от взаимодействия всех специалистов.

1 класс – “Здоровье – это здорово!”, под девизом “Твой завтрашний успех начинается сегодня”;

2 класс – “Здоровье – это спорт!” под девизом “Не тешься успехом долго, намечай новую цель, снова добивайся, снова побеждай”;

3 класс – “Здоровье – это победа над собой!” под девизом “Не стремись победить других, все победы начинаются с победы над самим собой”;

4 класс – “Здоровье – это умение общаться!” под девизом “Для успеха в жизни умение общаться с людьми не менее важно, чем обладание талантом”;

5 класс – “Здоровье – это жизнь!” под девизом “Успешный человек тот, кто научился учиться и знает, как изменить себя”.

В учебной деятельности здоровьесберегающий компонент реализуется в ходе уроков. Во внеурочной деятельности программа “Я – здоровый человек!” опирается на школьную программу воспитательной работы “Будущее в настоящем

Основные направления и предполагаемые результаты реализации программы

Направления работы	Исполнители	Предполагаемые результаты
1 класс – “Здоровье – это здорово!”, по девизом “Твой завтрашний успех начинается сегодня”;	Классный руководитель, педагог-психолог школы, учителя-предметники	- создание благоприятного психо-эмоционального фона; -развитие адаптационных возможностей; - формирование у обучающихся потребности ЗОЖ.
2 класс – “Здоровье – это спорт!” под девизом “Не тешься успехом долго, намечай новую цель, снова добивайся, снова побеждай”;	Классный руководитель, учитель физической культуры	- совершенствование физических качеств; - формирование приоритетного отношения к своему здоровью.
3 класс – “Здоровье – это победа над собой!” под девизом “Не стремись победить других, все победы начинаются с победы над самим собой”;	Классный руководитель, педагог-психолог школы, учителя-предметники	- развитие самопознания; - формирование психологической культуры личности.
4 класс – “Здоровье – это умение общаться!” под девизом “Для успеха в жизни умение	Классный руководитель, педагог-психолог	- совершенствование коммуникативных навыков, качеств толерантной личности.

общаться с людьми не менее важно, чем обладание талантом”;	школы, учителя-предметники	
5 класс – “Здоровье – это жизнь!” под девизом “Успешный человек тот, кто научился учиться и знает, как изменить себя”.	Классный руководитель, педагог-психолог школы, учителя-предметники	Формирование здоровой целостной личности

Предполагаемые результаты

Результативность программы прослеживается через мониторинговую деятельность, включающую в себя педагогическую, психологическую, медицинскую диагностику. В результате работы может быть построена модель здорового школьника

Перечень основных мероприятий по реализации программы «Я – здоровый человек» на 2022 - 2027 годы.

1 класс

«Здоровье – это здорово!»

(план работы)

***Твой завтрашний успех
начинается сегодня***

№ п/ п	Сотрудниче ство	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководител ь	Классный час «Что такое здоровье?»	Кл. час «Как живешь, первоклассник ?» Конкурс рисунков о здоровье	Лекторий- игра «Мои жизненные ценности» (1 этап)	ПДД. Дорожные «ловушки» Экскурсия в спортивный центр п. Энка
2	Классный руководител	Сопровождение адаптационного процесса		Психологичес кий тренинг	Психологическое занятие «Дружеский

	ь и педагог-психолог	Проведение дней психологической адаптации	Адаптационная игра «Правила трех С – сотрудничества, сочувствие, самоконтроль»	«Ребята, давайте жить дружно!»	десерт»
Игра «Наши учителя»					
Факультативный курс «Психология личности»					
3	Классный руководитель и учителя-предметники (физкультуры, музыки, ИЗО)	Природоведение. Урок «Закаливание организма».	Природоведение. Урок «Питание и здоровье человека».	Природоведение. Урок «Роль режима труда и отдыха в сохранении здоровья человека»	Технология.Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, Литературное чтение. Урок «Устное народное творчество. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающие употребление спиртного)
4	Классный руководитель и	Проведение профилактических прививок.			
		Фиточай.			

	медицинские работники	Мониторинг санитарно-гигиенических условий Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся Мини - исследование «Много ли ты употребляешь витаминов?», 1-5 класс	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Составление кроссвордов о витаминах «Веселая минутка», 4-5кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.
5	Классный руководитель и родители	Психологическая беседа «Особенности адаптационного периода» (педагог-психолог)	Психологическая беседа «Трудности приспособления к темпу школьной жизни и их причины» (психолог)	Собрание «Как сохранить здоровье ребенка?»	Родительское собрание «Семейное воспитание и здоровье наших детей» (психолог)
6	Классный руководитель и педагог-организатор, ПДО	Конкурсная программа «Посвящение в первоклассники»	Беседа : «Если хочешь быть здоров»	Беседа «для чего нужен режим дня»	Сказка «Репка» о вредных привычках
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	Неделя туризма. «Путешествие в страну «Витаминию»	День здоровья. Игровая программа «Спортлото»	День здоровья. «Богатырские игрища»	День здоровья. День здоровой семьи.

2класс

«Здоровье – это спорт!»

(план работы)

Не тешься успехом долго,

намечай новую цель,

снова добивайся, снова побеждай.

№ п/ п	Сотрудниче- ство	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Беседа «Определение здорового образа жизни»	Кл. час «Курение – медленная смерть» Экскурсии по спорткомплекса м города	Беседа «Мы разные, но мы- одна семья»	Викторина «В плену вредных привычек» Экскурсия в дендрарий КСХИ
2	Классный руководитель и педагог- психолог	Факультативный курс «Психология личности»			
		Анкетировани- е «Это сладкое слово «успех»	Анкетирование «Хорошие и плохие привычки»	Тренинг «Привычки и воля»	Игра по развитию толерантности «Волшебный кристалл»
3	Классный руководитель и учителя- предметники (в том числе ИЗО, физкультуры, музыки)	Окружающий мир. Урок «Профилактик а переутомления , 2 класс.	Кубановедение. Урок-фантазия «Витамины полей и садов края и наш организм».	Литературн ое чтение. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающи е употреблени	Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1- 11кл.

				е спиртного)	
4	Классный руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Мини - исследование «Много ли ты употребляешь витаминов?», 2 класс	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Составление кроссвордов о витаминах «Веселая минутка», 2 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11 кл.
5	Классный руководитель и родители	Круглый стол «Первые проблемы здоровья школьника» (психолог)	Собрание «Компьютер в жизни школьника»	Родительское собрание «Физическое развитие школьников»	Лекторий «Здоровая семья – здоровый образ жизни»
6	Классный руководитель и педагог-организатор, ПДО	Беседа инспектора ГИБДД о ПДД «Будь внимателен на дорогах»	И снова о вреде курения	Беседа соцпедагога «Относись к другим, как если бы ты хотел. Чтобы относились к тебе»	Дискуссия «Здоровье мы делаем сами»
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья. Праздник пяти олимпийских колец.	День здоровья. Праздник мяча.	День здоровья. «Зимние забавы»	День здоровья. «Папа, мама, я – здоровая семья»

3 класс

«Здоровье – это победа над собой!»

(план работы)

Не стремись победить других,

все победы начинаются

с победы над самим собой

№ п/ п	Сотрудниче- ст во	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Диаграмма «Мои жизненные ценности» (2 этап)	Поездка в к\т «Аврора» на просмотр тематического кинофильма Кл. час «Если хочешь быть здоров	Практикум «Как бороться с конфликтам и»	Соревнования в параллели «Что я знаю о здоровье» Беседа «Что для меня ценно?»
2	Классный руководитель и педагог- психолог	Беседа с элементами анкетирования «Как я отношусь к себе и как ко мне относятся другие»	Психологическ ая игра «На пути к образованному человеку»	Классный час «Конфликты и пути их разрешения»	Тренинг «Как подготовиться к урокам на «5» и сохранить здоровье?»
3	Классный руководитель и учителя- предметники (в том числе ИЗО, музыки, физкультуры)	Окружающий мир. Урок «Наше питание. Что и как мы едим» Технология. Изготовление офтальмологичес ких тренажеров	Окружающий мир. Урок-игра «Как перехитрить грипп», 7 класс.	ИЗО. Урок «здоровый образ жизни в произведени ях известных художников »	Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1- 11 кл.
4	Классный	Проведение профилактических прививок.			

	руководитель и медицинские работники	Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Мини - исследование «Много ли ты употребляешь витаминов?», 3 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Встреча с врачом-офтальмологом .	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Анкетирование «Оценка обучающимися своего собственного о здоровья»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11 кл.
5	Классный руководитель и родители	Дискуссия «Пока не поздно! Права и обязанности родителей, права и обязанности ребенка»	Собрание «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»	Лекторий «Хорошая учеба и хорошее здоровье» Беседа «Навыки сохранения зрения и его коррекция» с врачом.	Собрание «Положительные эмоции в жизни человека» (психолог)
6	Классный руководитель и педагог-организатор, ПДО	Беседа «Алкоголь и его влияние на организм »	Беседа инспектора ОДН «Шалость. Злонамеренный проступок. Вандализм»	Беседа «Маленькие детки и большие бедки»	История о вредных привычках
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья Школьные олимпийские игры	День здоровья День бегуна	День здоровья «Ледовые забавы»	День здоровья День спортивной семьи.

4 класс

«Здоровье – это умение общаться!»

(план работы)

Для успеха в жизни

умение общаться с людьми

не менее важно, чем обладание талантом.

№ п/ п	Сотрудниче- ство	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Поездка в бассейн			
		Театрализован- ная игра «Суд над сигаретой»	Беседа «Мои проблемы»	Кл. час «Я хочу пожелать вам «Здравствуй- те!»	Вопросы для викторины по СПИДу
2	Классный руководитель и педагог- психолог	Факультативный курс «Психология общения»			
		Урок толерантности «Толерантност- ь к проявлению чувств другими людьми»	Тренинг «В гармонии с собой и окружающими»	Классный час «Эмоции и чувства. Их влияние на здоровье человека»	Анкета «Насколько ты эмоционален»
3	Классный руководитель и учителя- предметники (в том числе ИЗО, музыки, окружающего мира)	Окружающий мир. Распространен- ие буклетов среди обучающихся о необходимости употребления витаминов, 1- 11 кл	Окружающий мир. Урок «Факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье», 4 класс.	Литературное чтение. Урок. Стихи о зиме. 4 класс	Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1- 11 кл.
4	Классный	Проведение профилактических прививок.			

	руководитель и медицинские работники	Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Беседа мед. работника .Мини - исследование «Много ли ты употребляешь витаминов?», 4 – 5 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Анкетирование «Личный опыт школьников в закаливании»	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья».	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11 кл.
5	Классный руководитель и родители	Собрание «Компьютерные игры-польза и вред»	Беседа «В здоровом теле – здоровый дух!»	Психологическая беседа с результатами исследования «Агрессия: ее причины и последствия»	Родительское собрание «Ребенок становится трудным» (социальный педагог)
6	Классный руководитель и педагог-организатор, ПДО	Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!»	Беседа инспектора ОПДН «К чему может привести шалость»	«Наркотики – яд!»	Анкета: «На сколько я веду здоровый образ жизни»
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья. «Сильные, ловкие, дружные, смелые»	День здоровья. «От спорта к здоровью»	День здоровья. Клуб веселых спортсменов	День здоровья. Мини-олимпийские игры.

5 класс

«Здоровье – это жизнь!»

(план работы)

**Успешный человек тот,
кто научился учиться и знает,
как изменить себя**

№ п/ п	Сотрудниче- ство	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководител ь	Поездка в бассейн			
		Беседа «Законы жизни».	Анкета информированн ости по вопросам ВИЧ – СПИДа	Беседа для девочек «Влияние стиля жизни на здоровье женщины»	Игра «Степень риска»
2	Классный руководител ь и педагог- психолог	Курс по выбору «Культура эмоций»		Курс по выбору «Конфликтология»	
			Классный час с элементами тестирования «Лидер на все времена»	Классный час с элементами тестирования «Стрессоустойчиво сть»	Тренинг «Уверенность » (подготовка к урокам, повышение самооценки, адаптация в среднем звене.
3	Классный руководител ь и учителя- предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	ОБЖ. Распростране ние буклетов среди обучающихс я о необходимос ти употреблени я витаминов, 1-11 кл	ОБЖ. «Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей. Основы здорового образа жизни. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Понятие о	Природоведение.У рок «Семья и здоровье», 5 класс.	Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1- 11 кл.

			привычках здорового образа жизни», 5 класс.		
4	Классный руководител ь и медицински е работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихс я. Беседа врача- «Здоровое питание»	Регулярное проведение профилактическ их медицинских осмотров обучающихся. Анкетирование «Что мы любим есть».	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Беседа «Мы ешь, что мы едим». Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья», 7 - 11 классы.	Регулярное проведение профилактиче ских медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11 кл.
5	Классный руководител ь и родители	Вечер «Твое свободное время и твоё здоровье»	Конференция «Роль и ответственность семьи в профилактике табакокурения и алкоголизма»	Собрание «Жизненные ценности детей» (психолог)	Беседа «Как подготовить себя и ребенка к новым нагрузкам?»
6	Классный руководител ь и педагог- организатор, ПДО	Ток – шоу «Большая перемена» (о проблеме табакокурени я)	Беседа «Причины пристрастий»	Беседа инспектора ОПДН «Как не стать жертвой преступления»	Беседа «Мы за здоровый образ жизни»
7	Классный руководител ь и учитель физической культуры	День здоровья. Научно- спортивная экспедиция «В мире	День здоровья. Игровая программа «Все дело в спорте»	День здоровья. Школа выживания.	День здоровья. День спортивной семьи.

		здоровья»			
--	--	-----------	--	--	--

Механизм осуществления программы

1. Внедрение научно-методических подходов к созданию условий, способствующих формированию, сохранению и укреплению здоровья детей и подростков.
2. Организация и внедрение в практику работы мероприятий, направленных на охрану и укрепление здоровья детей и семьи.
3. Обеспечение непрерывного здоровьесберегающего образования подростков и специалистов структур – участников программы по вопросам культуры здоровья и здорового образа жизни.

1. Организационно-массовая работа

1. Проводить диагностику физического развития и здоровья детей (школьные медработники — 2 раза в год).
2. Обеспечить отбор форм организации урочной и внеурочной работы, методов обучения и воспитания, способствующих сохранению и укреплению здоровья детей и подростков (учителя школы – постоянно).
3. Включать в структуру учебных и воспитательных занятий оздоровительные элементы (учителя школы – постоянно).
4. Предусмотреть открытие факультативов, кружков по программе обучения учащихся основам здоровой и счастливой жизни. "Природа и человек", "Фитотерапия и фитодиета против радиации", "Здоровье" и др. (директор школы и завучи – постоянно).
5. Проводить углубленные медицинские осмотры детей и подростков узкими специалистами (директор школы, медработники ТМО — 1 раз в год).
6. Разработать индивидуальные рекомендации для каждого ребёнка с учётом особенностей психофизического развития (психолог — сентябрь, октябрь, ежегодно).
7. Анализировать состояние здоровья детей и подростков на заседании педсовета школы (медработники школы — январь, ежегодно).
8. Обеспечить выполнение учебных программ по проведению специальных занятий, касающихся вопросов полового воспитания, профилактики СПИДа, привитие гигиенических правил, основных принципов ЗОЖ (директор, завучи школы - постоянно).
9. Регулярно проводить Дни (Недели) здоровья (директор школы, классные руководители – апрель).

2. Методическая работа

1. Учителям школы, классным руководителям использовать основные направления воспитательной работы (январь – февраль).
2. Периодически обсуждать с учителями школы работу по реализации программы (администрация школы).
3. Обеспечить соблюдение гигиенических требований к составлению расписания учебных занятий (администрация – постоянно).
4. Выполнять гигиенические требования к организации обучения и воспитания детей (администрация – постоянно).
5. Практиковать выступления врачей-специалистов на классных часах и уроках биологии по привитию учащимся основных принципов ЗОЖ (ТМО, администрация – постоянно).

6. Оказывать организационную, методическую помощь детским организациям, органам ученического самоуправления, общественным организациям в формировании у молодёжи ЗОЖ (администрация, классные руководители – ежегодно).

3. Пропаганда здорового образа жизни

Мероприятия по профилактике СПИДа, венерических заболеваний

1. Обеспечить тематической информацией педагогический и ученический коллективы по вопросам профилактики СПИДа и венерических заболеваний (ТМО, администрация, учителя биологии — постоянно).
2. Предусмотреть проведение мероприятий, акций, приуроченных к ежегодному Всемирному Дню профилактики СПИДа (1 декабря).
3. Классным руководителям наметить в планах различные формы нравственно-полового воспитания учащихся (администрация, классные руководители — постоянно).
4. Использовать культурно-просветительские мероприятия для работы по профилактике СПИДа, венерических заболеваний, по повышению общей культуры учащихся, формированию ЗОЖ (зам. директора школы по воспитательной работе — постоянно).
5. Определить содержание и формы внеклассной и внешкольной работы с детьми и подростками по пропаганде ЗОЖ, подготовке к семейной жизни (зам. директора школы, классные руководители — постоянно).

Профилактика близорукости и оздоровление детей и подростков с нарушением зрения

1. Проводить инструктаж учителей, классных руководителей по вопросам профилактики близорукости у детей (школьные медработники — ежегодно).
2. Широко внедрять методы массовой профилактики нарушения зрения, во время занятий проводить комплекс упражнений для глаз (администрация, учителя — постоянно).
3. Проводить систематическую работу по выполнению санитарно-гигиенических правил, направленных на укрепление и охрану здоровья детей и охрану зрения (администрация).

Профилактика курения, алкоголизма, наркомании

1. Вести информационно-пропагандистскую работу по разъяснению последствий употребления табака, алкоголя и наркотиков для нравственного и физического здоровья ребенка и его окружения (администрация, медработники — постоянно).
2. Использовать массовые, коллективные и индивидуальные формы работы, наглядные пособия, видеоматериалы и аудиозаписи (администрация, классные руководители — постоянно).
3. Проводить совместные с общественными организациями, медработниками мероприятия, акции к ежегодному Международному дню борьбы с курением — 31 мая (администрация, ТМО – ежегодно).
4. Предусматривать мероприятия по формированию ЗОЖ и профилактике употребления табака, алкоголя и наркотиков (администрация, классные руководители — ежегодно).
5. Организовать тематические выставки научно-популярной литературы по проблемам курения, алкоголизма, наркомании (библиотекари школы — постоянно).

4. Здоровье и окружающая среда

1. Принимать участие в международных экологических акциях (администрация — постоянно).
2. Обеспечить участие детей и подростков в операции "Зеленая аптека" (администрация, классные руководители — постоянно).
3. Проводить операции: "Ель", "Первоцвет", "Забота" (администрация, учителя

биологии — декабрь, апрель — июнь).

4. Обеспечить проведение конкурса плакатов и рисунков на тему "Сохраним нашу Землю голубой и зеленой" (классные руководители, учителя биологии).
5. Практиковать конкурсы, викторины с использованием Книг рекордов "Где, когда, почему?" (классные руководители, учителя биологии — 1 раз в год).
6. Организовывать выставки конструкций, поделок, изготовленных из бросовых и подручных материалов (классные руководители, воспитатели — 1 раз в год).
7. Проводить классные часы, беседы на темы: "Птицы — наши друзья", "Лес — наше богатство", "Что мы оставим потомкам?", "Редкие растения Республики Беларусь и их охрана", "Существует ли зависимость между здоровьем и окружающей средой?", "Как уберечь себя от нитратов?", "Экология и мы" (классные руководители, учителя химии, биологии — ежегодно).
8. Обеспечить формирование представления о запасах энергетических и сырьевых ресурсов, глобальных проблемах человечества, воспитании бережного отношения к природным богатствам, окружающей среде, материальным ресурсам, об охране памятников природы (классные руководители, учителя химии, биологии — ежегодно).
9. Вовлекать детей в практическую деятельность по охране окружающей среды (зам. директора, классные руководители — ежегодно).
10. Знакомить учащихся с основными правилами поведения в природе, формировать у них готовность и умение заботиться о зеленых насаждениях, ухаживать за птицами, животными (классные руководители, биологи — ежегодно).
11. Вести работу по изучению флоры и фауны района (администрация, учителя биологии — постоянно).
12. Формировать умения и навыки, необходимые для изучения и оценки экологического состояния среды (учителя биологии — постоянно).
13. Практиковать работу кружков по следующим направлениям: "Лекарственные растения", "Охрана растительного и животного мира", "Зеленые насаждения и окружающая среда" (администрация — ежегодно).
14. Организовать многодневные походы, походы выходного дня на лоно природы (администрация, классные руководители — ежегодно).

5. Укрепление здоровья детей

1. Определить количество детей, которые имеют право на бесплатное оздоровление и санитарно-курортное лечение (администрация, медработники школы — постоянно).
2. Проводить оздоровление детей в школьных лагерях, санаториях области, республики (администрация — ежегодно).
3. Усилить работу по наблюдению за здоровьем, питанием, воспитанием детей в социально неблагополучных семьях, привлекать к ней ШВР (администрация, медработники школы, социальный педагог — постоянно).

6. Санитарно-технические и санитарно-гигиенические мероприятия по охране здоровья детей

1. Рассаживать учащихся с учетом состояния здоровья и роста (медработники школы, классные руководители — постоянно).
2. Контролировать соблюдение режима проветривания в учебном классе и кабинете (администрация — постоянно).

7. Организация питания

1. Вести работу по улучшению качества и процента охвата школьного питания.
5. Для обеспечения рационального и сбалансированного питания школьников разрабатывать недельные, перспективные меню для различных возрастных групп в соответствии с рекомендациями (организация питания в учебных заведениях)

(работники школьной столовой — постоянно).

3. Организовать диетпитание для нуждающихся учащихся (ответственная по питанию — постоянно).

4. Систематически осуществлять контроль качества блюд (администрация, медработники — постоянно).

5. Обеспечить участие детей и подростков в операции "Зеленая аптека".

8. Работа с родителями

1. Организовывать встречи родителей и работников ГАИ по профилактике ДТП с участием детей (зам. директора, социальный педагог — 1 раз в год).

2. Включить в план работы с родителями изучение и реализацию законов: "Об охране и использовании животного мира", "Об охране атмосферного воздуха" и др. (администрация, классные руководители — ежегодно).

3. Обеспечить изучение с родителями на лекториях следующих тем: "Основные принципы ЗОЖ и методика их формирования", "О пагубном влиянии курения, употребления алкоголя и наркотиков на здоровье человека", "Профилактика заразных, кожно-венерических заболеваний и СПИДа", "Актуальные вопросы сохранения сексуального здоровья детей" и др. (администрация, ТМО — ежегодно).

4. Постоянно доводить до сведения родителей результаты медицинского осмотра школьников узкими специалистами, содействовать выполнению рекомендаций врачей (медработники школы, классные руководители — ежегодно).

9. Физкультурно-оздоровительная работа

Работа с кадрами

1. Анализировать состояние физического воспитания учащихся на педсовете (администрация — 2 раза в год).

2. С целью повышения квалификации физкультурных кадров организовать конкурс педагогического мастерства учителей физкультуры (администрация — постоянно).

3. Проводить диагностику физического развития и здоровья детей (администрация — ежегодно).

4. Организация профориентационной работы среди учащихся по специальности "Физическая культура" (администрация, учителя физкультуры — постоянно).

5. Проводить работу по подготовке физического актива (учителя физкультуры — постоянно).

6. Организовать поиск и подготовку одаренных в спортивном отношении детей для передачи их в высшее звено спортивной подготовки (учителя физкультуры — постоянно).

7. Организовать школу-туризма. Готовить и организовывать мини туристические походы.

Учебная работа

1. Обеспечить отбор форм организации урочной и внеклассной работы, способствующих сохранению и укреплению здоровья детей и подростков (учителя школы — постоянно).

2. Включать в структуру учебной и воспитательной работы элементы оздоровительной направленности (учителя школы — постоянно).

3. Организовать углубленное медицинское обследование детей и подростков (администрация, медработники школы, ТМО — 2 раза в год).

4. Обеспечить выполнение программ по физической культуре детьми СМГ (администрация, учителя физкультуры — постоянно).

5. Проводить пропагандистскую работу среди учителей и подростков о вреде курения, алкоголя, наркотиков для организма человека и о перспективе занятий физической культурой и спортом (учителя физкультуры, биологии — постоянно).

Спортивно-массовая работа

1. Организовать смотр-конкурс уровня физической подготовленности учащихся (учителя физкультуры, администрация — май, ежегодно).
2. Проводить конкурс на высший зачетный балл среди выпускников 4, 9, 11 классов (учителя физкультуры, администрация – май, ежегодно).
3. Обеспечить качественное проведение уроков физкультуры, физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня, внеклассных и внешкольных занятий физкультурной и спортом (администрация — постоянно).
4. Организовать проведение дней и Недель здоровья, соревнований по ОФП (администрация, учителя физкультуры — постоянно).
5. Проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия во время каникул "Каникулы – пора спортивная" (администрация, учителя физкультуры – май, ежегодно).
6. Обеспечить систему стимулирования занятий физкультурой, спортом (администрация – постоянно).

Система работы школы по формированию позитивного отношения к ЗОЖ

