

Утверждаю  
Директор ГБОУ СОШ  
им. А.А. Каргина  
п. Краснооктябрьский

---

Н.А.Коба

# **ПРОГРАММА**

## **«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ШКОЛЫ».**

# 2014 – 2017 гг.

## **Пояснительная записка.**

Любая образовательная деятельность не может считаться эффективной, если в процессе её осуществления происходит ухудшение здоровья субъектов этой деятельности. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т.к. она является неотъемлемой частью общей культуры. В настоящее время особенно остро стоит проблема сохранения и укрепления здоровья человека. Необходимость работы по программе «Здоровьесберегающая деятельность школы» обусловлена рядом причин, среди которых немаловажное значение имеет тот факт, что в последнее время отмечается снижение уровня здоровья детей и подростков, распространение вредных привычек. Анализ материалов многочисленных исследований состояния здоровья школьников свидетельствует, что в настоящее время могут считаться здоровыми только 10% выпускников школ.

Эксперты всемирной организации здравоохранения утверждают, что здоровье человека лишь на 10% зависит от качества медицинского обслуживания, на 20% от экологии, на 20% от генетических факторов и 50% от образа жизни.

«Концепция модернизации российского образования» предусматривает создание в учебных заведениях условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

Подростки, чувствуя себя взрослыми, стремятся изменить отношение с ближайшим окружением, требуют признать себя взрослыми, не умея построить ответственные отношения, сохранить и укрепить своё психологическое и физическое здоровье.

Утрачивается духовно-нравственная сторона межличностных отношений. В газетах и на телеэкранах нередко можно увидеть откровенную пропаганду насилия. Подросток, будучи психологически незрелым, ещё не в состоянии критически осмыслить весь поток воспринимаемой им информации, дать сопротивление изощрённому психологическому давлению. Поэтому на сегодняшний день актуальной становится проблема духовного и физического здоровья молодёжи, здоровья общества.

Ухудшение социального положения семей в наших посёлках, высокий уровень безработицы приводит к тому, что увеличивается уровень необеспеченности детей полноценным питанием. Зачастую многие дети получают достаточно полноценную пищу в школе, а не дома.

Анализируя результаты медицинского обследования обучающихся школы, следует отметить, что происходит снижение количества детей с нарушением осанки, но увеличилось количество обучающихся с заболеваниями органов пищеварения, сердечно-сосудистых заболеваний.

Горячее питание детей во время пребывания в школе является одним из важных условий поддержания их здоровья и способности к эффективному обучению. Организация полноценного горячего питания должна соответствовать современным научным принципам оптимального (здорового) питания и обеспечивать детей всеми необходимыми им пищевыми веществами. Организация питания школьников является важной составляющей Концепции государственной политики в области здорового питания населения РФ и принадлежит к числу приоритетных направлений деятельности органов здравоохранения, госсанэпидслужбы и органов образования.

Немаловажное значение приобретает профилактика общих заболеваний, простудных заболеваний. Необходимо формировать установку на творчество, эмоционально-психическое развитие, т.е. формирование основ здорового образа жизни. Именно это позволит сохранить духовную ценность личности и, несмотря на жизненные трудности и вопреки им, укрепить физическое и психическое здоровье, столь необходимое для создания здорового окружения и полноценной семьи. Движение за здорового человека, духовно зрелую личность может принести плоды, если оно будет массовым и реальным, если в него будут вовлечены не только взрослые, но и дети.

#### **Анализ ситуации по вопросам здоровьесбережения в школе.**

Одна из основных проблем в образовании – это проблема сохранения здоровья детей, перешагнувших двери школы. Чтобы ребёнок рос умным и рассудительным, надо научить его быть крепким и здоровым. Современная школа призвана давать ребёнку как знания, так и гарантировать сохранение его здоровья. Система разноуровневого обучения, коллективных занятий, игровых моментов снижает напряжённость в классах. Проблемой остаётся несоответствие школьной мебели возрастным особенностям учащихся, что приводит иногда к увеличению количества детей с нарушением осанки.

Создавая благоприятные условия для обучения и воспитания, руководство ОУ уделяло внимание организации горячего питания. Организовано двухразовое питание: завтрак (каши, бутерброды, блины и т.д.) и обед (щи, супы, гуляш с макаронами, крупяными изделиями, картофелем, витаминизированные напитки и т.д.). Качество блюд удовлетворяло всех.

Администрацией ведётся работа по созданию безопасных условий функционирования учреждения и контролю за реализацией социальной защиты

обучающихся. Вопросы охраны труда, обеспечение безопасности образовательной деятельности являются одним из приоритетных направлений деятельности администрации. Имеются технический паспорт, акт готовности к новому учебному году, акты- разрешения на проведение занятий в учебных кабинетах.

Соблюдение требований СанПин 2.4.2.2821-10 осуществляется своевременно, в целом соблюдение санитарно-гигиенических требований, состояние техники безопасности можно оценить как удовлетворительное. Педагогический коллектив наладил тесные партнёрские отношения с ГИБДД, районным штабом ГО. Проведена противопожарная обработка чердачного помещения, обновлены огнетушители. Администрацией школы своевременно принимаются меры по устранению замечаний органов Роспотребнадзора, пожарных органов, ГИБДД. В школе проводятся регулярно учения по эвакуации обучающихся.

Однако данные медосмотра говорят о том, что в сохранении здоровья детей существуют определённые проблемы.

#### **Распределение обучающихся по группам здоровья:**

<b>Год</b>	<b>Основная</b>	<b>Специальная</b>	<b>Подготовительная</b>
2015	92%	5%	3%
2016	93%	4%	3%

По сравнению с предыдущим годом увеличился процент обучающихся основной группы, уменьшился процент обучающихся специальной, а вот процент обучающихся подготовительной группы здоровья не изменился.

#### **Динамика состояния здоровья обучающихся ГБОУ СОШ п.Краснооктябрьский**

<b>№</b>	<b>Динамика количественных изменений состояния здоровья по основным видам заболеваний.</b>	<b>Динамика(+,-)</b>
<b>1.</b>	Нарушения опорно-двигательного аппарата: -2014-15 у.г.-11 чел.; 2015-2016 у.г. – 0 чел.	+
<b>2.</b>	Нарушения со стороны сердечно –сосудистой системы: -2014-15 у.г.-5 чел.; 2015-2016 у.г. – 0 чел.	+
<b>3.</b>	Нарушения со стороны дыхательной системы: -2014-15у.г.-1 чел.; 2015-2016 у.г. – 1 чел.	Без изменения
<b>4.</b>	Нарушения со стороны желудочно-кишечного тракта: -2014-15	-

	у.г.-3 чел.; 2015-2016 у.г. – 4 чел.	
5.	Нарушения со стороны нервной системы:-2014-15 у.г.- 2 чел.; 2015-2016 у.г. – 5 чел.	-
6.	Прочие: (плоскостопие, миопия и др.): 2014-15 у.г.- 31 чел.; 2015-2016 у.г. – 14 чел.	- +

Данные таблицы наглядно показывают, что в нарушениях опорно-двигательного аппарата, нарушениях со стороны сердечно-сосудистой системы и прочих заболеваниях отмечена положительная динамика, а вот со стороны желудочно-кишечного тракта и нервной системы динамика отрицательная. Это необходимо учитывать в работе с детьми как классным руководителям, так и учителям-предметникам.

#### **Доля пропущенных ученико-часов:**

<b>Год</b>	<b>Начальные классы</b>	<b>5-9 классы</b>	<b>10-11 классы</b>
2015	23/по болезни 19	29/по болезни 24	10/по болезни 6
2016	22/по болезни 16	28/по болезни 22	7/по болезни 4,5

По сравнению с предыдущим годом количество пропущенных ученико-часов снизилось, в том числе по болезни (наличие справок).

Соотношение аудиторной нагрузки и нагрузки по выполнению домашних работ по ступеням обучения соответствует нормам.

Соотношение аудиторной нагрузки и нагрузки по выполнению домашних работ по ступеням обучения соответствует нормам.

В школе три кабинета начальных классов оборудованы мебелью, соответствующей по параметрам возрастам обучающихся. Соблюдается режим влажной уборки и проветривания, тепловой режим и освещение соответствует оптимальным нормам.

Здание школы и пришкольная территория находятся в удовлетворительном состоянии.

Морально-психологический климат в школе хороший, права ребёнка и взрослого соблюдаются в полном объёме.

Медицинское обслуживание школьников осуществляется ФАПами п. Костино и п.Исток, отделением врача общей практики п. Краснооктябрьский, МУЗ ЦРБ с.Большая Черниговка (по договору).

В школе осуществляется работа по охране труда и обеспечивается техника безопасности. Работа проводится руководителями предметных кабинетов,

администрацией школы, приказом по школе назначен уполномоченный по охране труда (Файзулин У.Г.), который и является ответственным за систему работы по охране труда.

Изучение правил дорожного движения и работа по предупреждению травматизма среди детей проводится классными руководителями по специальной программе, в кабинетах созданы уголки по ПДД, с детьми организуются практические занятия, проводятся традиционные месячники и декады по данной тематике. Работа даёт положительный результат: не было случаев нарушения обучающимися ПДД, также не наблюдаются случаи травматизма в школе.

В школе строго соблюдаются Правила для обучающихся, исключены пропуски занятий без уважительной причины, ведётся систематический контроль посещаемости уроков, принимаются меры, исключая опоздания на уроки.

Вопросы здоровьесбережения отражены и во внутришкольном контроле.

При посещении уроков администрацией проводится оценка показателей здоровьесбережения: учебная нагрузка, дозированность домашнего задания, проведение физминуток, использование учителем разнообразных видов учебной деятельности, соответствие обстановки и гигиенических условий в классе санитарно-гигиеническим нормам, наличие у обучающихся мотивации к учебной деятельности.

#### **Проблемы:**

- ухудшение социального положение семей в посёлке;
- высокий уровень безработицы;
- не всегда хорошая обеспеченность детей полноценным питанием;
- невысокий уровень общей культуры в микросоциуме школы.

#### **Цель:**

Поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья обучающихся, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

#### **Задачи:**

1. Отработать систему выявления уровня здоровья школьников и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Пропагандировать здоровый образ жизни и расширять кругозор школьников в области физической культуры и спорта, вести профилактическую работу по предупреждению вредных привычек.
3. Проводить последовательное просвещение родителей обучающихся в вопросах сохранения здоровья детей.

4. Совершенствовать систему профилактической работы по предупреждению детского травматизма на дорогах.
5. Обеспечить условия сохранения здоровья у 100% обучающихся, сформировать у 90% обучающихся валеологические знания, умения и навыки.
6. Совершенствовать организацию горячего питания школьников с целью систематического формирования здорового подрастающего поколения.

#### Функции:

1. воспитательная – воспитание у детей бережного отношения к своему здоровью;
2. обучающая – обучение детей нормам здорового образа жизни, развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирование и совершенствование двигательных навыков;
3. развивающая – содействие физическому развитию школьников, укреплению здоровья, закаливанию организма, профилактика наиболее распространенных заболеваний

#### Участники:

- обучающиеся школы и их родители;
- классные руководители;
- учителя – предметники;
- врачи – специалисты и медицинский персонал;
- администрация школы.

#### **Создание здоровьесберегающей инфраструктуры школы.**

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья обучающихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

В школе работает **столовая**, позволяющая организовывать горячие завтраки в урочное время. Питание в школе двухразовое, стоимость завтраков: 22-24 рублей. Питание осуществляется за счёт родительских средств в размере 700 рублей в месяц.

В школе работают оснащенный **спортивный зал**, имеется спортивная площадка, оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём, есть тренажёры, лыжи, мячи в достаточном количестве.

Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает **квалифицированный состав специалистов**: один учитель физической культуры имеет высшую квалификационную категорию. Учителю

физической культуры предоставляются медицинские сведения для определения оптимальной индивидуальной физической нагрузки для каждого ученика.

Кабинеты начальных классов обеспечены учебной мебелью в соответствии ростовозрастными особенностями обучающихся.

Организован двигательный режим (увеличение времени на перемены, включение в режим дня динамического часа в 1-х классах, динамические паузы на уроках, организация внеклассных спортивных секций и кружков, введена 3-часовая программа по физической культуре).

В школе созданы условия для практических занятий по правилам дорожного движения.

С первого класса на каждого обучающегося школы заводится личная медицинская карта, куда при каждом медицинском осмотре вносятся все показатели. Медицинская карта позволяет проследить, как развивается, взрослеет ученик, какие и когда проявились отклонения в здоровье.

**Медицинское обеспечение включает:**

- распределение обучающихся по группам здоровья;
- составление списков обучающихся, освобожденных от занятий физической культурой;
- беседы врача и медицинской сестры ОВОП с обучающимися о личной гигиене, вредных привычках;
- профилактические прививки обучающихся и учителей;
- на основании практических тестов заполнение паспорта здоровья отдельных обучающихся, целого класса;
- контроль за медицинским обслуживанием обучающихся;
- контроль за качеством питания обучающихся и учителей в школьной столовой.

**Психолого-педагогическое и социальное обеспечение включает:**

- тесное сотрудничество учителей школы и ППМС-центра с.Большая Черниговка (психолого-педагогического медико-социального центра) с целью выработки общей стратегии деятельности, реализации совместных мероприятий, направленных на укрепление психо-физического здоровья школьников;
- предупреждение конфликтных ситуаций “учитель-ученик”, “ученик-ученик”, реализацию программ, направленных на установление доброжелательных отношений во всем школьном коллективе;
- решение проблем, связанных с трудностями, возникающими у обучающихся в процессе занятий физической культурой; помощь в преодолении психологического барьера при занятиях физкультурой (имеются в виду трудности, связанные с



закомплексованностью учеников в связи с лишним весом, неуспешностью и т.п.), ориентация на успех в физическом развитии;

- психологические консультации для родителей.

**Мероприятия и основные направления деятельности по реализации.**

**План мероприятий здоровьесберегающей деятельности школы.**

***1. Учебно – воспитательная работа:***

<b><i>№</i></b>	<b><i>Мероприятия</i></b>	<b><i>Дата</i></b>	<b><i>Ответственные</i></b>
1.	Валеологический анализ расписания уроков.	1 раз в полугодие	Заместитель директора по УВР
2.	Организация перемен, которые способствовали бы оптимальному двигательному режиму обучающихся.	В течение года	Классные руководители, учителя физической культуры
3.	Обязательное пребывание детей (1-4 классов) на свежем воздухе.	В течение года	Классные руководители, учителя физической культуры
4.	Валеологический анализ отдельных учебных предметов.	В течение года	Заместитель директора по УВР
5.	Контроль за правильным использованием ТСО.	1 раз в полугодие	Уполномоченный по охране труда
6.	Контроль за соблюдением учебной нагрузки.	В течение года	Заместитель директора по УВР
7.	Осуществление координации между учителями – предметниками, медиками и родителями по использованию здоровьесберегающих технологий.	В течение года	Заместитель директора по УВР

***2.Профилактическая работа:***

<i>№</i>	<i>Мероприятия</i>	<i>Дата</i>	<i>Ответственные</i>
1.	Плановый медосмотр обучающихся: -индивидуальная оценка физического состояния.	По графику	Медицинский работник
2.	Плановая диспансеризация обучающихся.	По графику	Врачи - специалисты ЦРБ
3.	Ознакомление педагогического коллектива с конечным результатом диспансеризации.	По мере обработки данных	Медицинский работник
4.	Выработка рекомендаций по здоровьесбережению для классных руководителей, родителей.	В течение года	Заместитель директора по УВР, учителя физической культуры
5.	Мониторинг санитарно – гигиенического состояния учебного здания (температурный режим, вентиляция, освещение).	В течение года	Завхоз, медицинский работник
6.	Контроль пищевого рациона, сбалансированности питания, витаминизации и питьевого режима.	Ежедневно	Директор, медицинский работник
7.	Контроль качества готовой пищи.	Ежедневно	Медицинский работник, дежурный учитель, повар
8.	Контроль ведения журналов установленного образца: -журнал бракеража готовых блюд; -журнал бракеража скоропортящихся продуктов; -журнал «С» - витаминизации; -журнал осмотра персонала на гнойничковые и острые респираторные заболевания;	Еженедельно	Директор, завхоз

	<p>-журнал учёта проведения мероприятий по контролю;</p> <p>-журнал для замечаний представителей других контролирующих организаций и ведомств;</p> <p>-личные медицинские книжки персонала пищеблока;</p> <p>-товарно-транспортные накладные с указанием сортности, категории поступающего сырья, жирности молокопродуктов, датой конечного срока реализации, копиями ветсвидетельства на мясо, рыбу, птицу, яйцо.</p>		
9.	Производственный лабораторный контроль по основным гигиеническим показателям качества выпускаемой продукции.	Ежемесячно	Директор, завхоз
10	Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм и правил в школьной столовой.	Еженедельно	Директор, завхоз
11.	Контроль за соблюдением правил личной гигиены работниками пищеблока.	Ежедневно	Медицинский работник ФАПа
12.	Инструктаж сотрудников школы и обучающихся по правилам техники безопасности.	Каждую четверть	Медицинский работник
13.	Организация классных часов по правилам дорожного движения и профилактике травматизма.	В течение года	Классные руководители

**3.Методическая и опытно – экспериментальная работа:**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Дата</b>	<b>Ответственные</b>
1.	<p>Проведение диагностики по изучению физического развития школьников:</p> <p>-выявление состояния опорно-двигательного аппарата;</p>	1 раз в полугодие	Медицинский работник, учителя физической

	-определение остроты зрения; -определение Ж.Е.Л.; -антропологические исследования.		культуры
2.	Проведение мониторинга психического развития (анкетирование).	По графику	Психологи центра «Семья»
3.	Уточнение планов воспитательной работы классных руководителей по реализации Программы.	1 раз в полугодие	Заместитель директора по УВР
4.	Апробирование новых методик, технологий для классных руководителей, родителей, касающихся укрепления здоровья обучающихся.	В течение года	Заместитель директора по УВР
5.	Обеспечение методическими рекомендациями, тестами, анкетами для проведения мониторинга состояния здоровья школьников.	В течение года	Заместитель директора по УВР

#### ***4. Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек:***

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) - это мера цивилизованности и человечности, характеризующая как отдельного человека, так и общество в целом. Он складывается из ориентации на здоровье как абсолютную жизненную ценность, на идеалы личности, семьи, нации и природы, из эффективных мер питания, образования, физкультуры и спорта, гигиены тела и духа. Таким образом, единственный путь решения проблемы формирования ЗОЖ - создание системы воспитания здорового образа жизни обучающихся в школе с активным участием семьи и других социальных институтов.

<b><i>№</i></b>	<b><i>Мероприятия</i></b>	<b><i>Дата</i></b>	<b><i>Ответственные</i></b>
1.	Организация и проведение «Дней здоровья».	По плану спортивных мероприятий	Педагог – организатор, учителя физической культуры
2.	Проведение спортивно – массовых мероприятий «Здоровая школа – здоровые дети».	В течение года	Педагог – организатор, учителя

			физической культуры, классные руководители
3.	Антинаркотическая акция.	В течение года	Педагог – организатор, классные руководители
4.	Организация и проведение тематических экскурсий, подвижных игр на свежем воздухе.	В течение года	Педагог – организатор, классные руководители
5.	Использование здоровьесберегающих технологий на уроках, на занятиях ОДО и секциях.	В течение года	Учителя – предметники, руководители ОДО, учителя физической культуры
6.	Проведение тематических классных часов на ступенях обучения по пропаганде здорового образа жизни.	В течение года	Классные руководители
7.	Проведение тематических классных часов по питанию и здоровью.	В течение года	Классные руководители

***5. Функции различных категорий работников школы в контексте реализации программы.***

*1. Функции медицинской службы:*

- проведение диспансеризации школы;
- медосмотр обучающихся, определение уровня физического здоровья;
- выявление обучающихся специальной медицинской группы;
- контроль питания в школе.

*2. Функции директора и заместителя:*

- общее руководство реализацией программы; организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией питания обучающихся в школе;
- организация контроля уроков физической культуры;

- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и её контроль;
- организация работы классных руководителей по программе «Здоровьесберегающая деятельность школы» и её контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организация работы с психологической службой Большечерниговского района на договорных началах.

### *3. Функции классного руководителя:*

- санитарно – гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний обучающихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике табакокурения, токсикомании, наркомании;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, ОППН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий в рамках программы;
- организация и проведение исследования уровня психического и психофизического здоровья обучающихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний обучающимися правил гигиены, правил дорожного движения.

### *Нормативно – правовая база:*

1. Конвенция ООН о правах ребёнка, ч.1 ст. 29 и 31.
2. ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», гл.5 ст. 50 и 51.
3. ФЗ «О физической культуре и спорте РФ», гл.1 ст.1, 4; гл.2 ст. 5; гл.3 ст.14; гл.6 ст.34.
4. СанПиН 2.4.2.1178 – 02

### *Прогнозируемый результат:*

- создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья, воспитанию и развитию личности;
- у обучающихся должны быть выработаны формы поведения, помогающие избежать опасностей для жизни и здоровья;
- снижение уровня заболеваемости среди обучающихся и педагогов (положительная динамика);
- активное внедрение здоровьесберегающих технологий;
- социальная адаптация детей, оказавшихся в трудных жизненных ситуациях;
- повышение качества профилактической работы;
- снижение пропусков уроков обучающихся по причинам болезни;
- увеличение охвата детей профилактическими формами оздоровительной направленности;
- формирование отношения детей и родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на следующих этапах жизни.

**План реализации программы «Здоровьесберегающая деятельность школы»:**

<i>№</i>	<i>Мероприятия</i>	<i>Срок</i>	<i>Класс</i>	<i>Ответственный</i>
<b>1. Исследование и комплексная оценка состояния образовательной среды и состояние здоровья учащихся. Медицинская диагностика, оздоровление.</b>				
1.	Углубленное медицинское обследование обучающихся.	По графику	1-11	Врачи – специалисты, классные руководители
2.	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах.	По мере обработки данных	1-11	Медицинский работник, классные руководители
3.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	В течение года	1-11	Классные руководители
4.	Анализ случаев травматизма в школе.	В течение года	1-11	Медицинский работник, директор
5.	Оздоровление обучающихся через санаторное лечение.	По согласованию с филиалом	1-11	Медицинский работник, директор

		соц. страхования		
6.	Анализ результатов динамического наблюдения за состоянием здоровья обучающихся.	Май	1-11	Учителя физической культуры, классные руководители, медицинский работник
7.	Анализ результатов физического развития и физической подготовленности обучающихся.	В течение года	1-11	Учителя физической культуры
<b>2. Мониторинг психофизического здоровья обучающихся.</b>				
1.	Психологический мониторинг здоровья обучающихся: -тест на адаптацию в начальной школе; -тест на тревожность.	1 раз в полугодие	1  1-11	Психологи центра «Семья»
2.	Анкетирование родителей обучающихся.	По графику	1-11	Психологи центра «Семья»
3.	Составление социального паспорта школы.	Начало года		Классные руководители, заместитель директора по УВР
4.	Составление мониторинга представлений о ЗОЖ.	По графику	1-11	Психологи центра «Семья»
5.	Определение психологического климата в классе.	По графику	7-11	Психологи центра «Семья»
6.	Изучение и анализ познавательной активности, эмоционального состояния,	По графику	1-11	Психологи центра «Семья»



	трудностей в обучении.			
7.	Использование рекомендованных методов профилактики заболеваний (витаминация, профилактика нарушений осанки, нарушения зрения и т.д.) в учебной деятельности.	В течение года.	1-11	Учителя-предметники, классные руководители.
<b>3.Контроль за соблюдением санитарно – гигиенического режима в школе.</b>				
1.	Эстетическое оформление класса и школы.	В течение года	1-11	Завхоз, заведующие кабинетами
2.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа).	В течение года	1-11	Заместитель директора по УВР
3.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: -проветривание;  -освещение;  -вентиляция;  -отопление;  -уборка.	1 раз в месяц  1 раз в неделю; 2 раза в неделю; 2 раза в неделю; ежедневно ежедневно	Все помещения	Завхоз, медицинский работник
4.	Контроль за качеством питания.	В течение года		Директор, завхоз
5.	Контроль за ведением соответствующей документацией.	В течение года		Директор, завхоз
6.	Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм	В течение года		Директор, завхоз

	и правил в школьной столовой.			
7.	Диагностика загруженности обучающихся домашними заданиями.	В течение года		Заместитель директора по УВР
8.	Организация активного отдыха на переменах.	Постоянно	1-11	Классные руководители, учителя физической культуры
9.	Проведение физкультминуток на уроках, валеологических пауз.	Постоянно	1-11	Учителя – предметники
<b>4. Медицинское обслуживание и профилактика заболеваний.</b>				
1.	Прививки детей согласно приказам МинЗдравСоцразвития.	В течение года	1-11	Медицинский работник
2.	Профилактическая работа во время эпидемий.	В течение года	1-11	Медицинский работник
3.	Профилактическая работа через беседы, уголки здоровья, сан. бюллетени, полезные советы.	В течение года	1-11	Медицинский работник, классные руководители
4.	Организация контроля за горячим питанием обучающихся.	В течение года		Медицинский работник директор
5.	Контроль за соблюдением правил личной гигиены сотрудниками пищеблока.	В течение года		Медицинский работник
<b>5. Физическое воспитание, организация активного двигательного досуга.</b>				
1.	Профилактика нарушений осанки на уроках.	В течение года	1-11	Учителя физической культуры, учителя – предметники

2.	Подвижные перемены с использованием возможностей спортивного зала, рекреаций.	В течение года	1-11	Учителя физической культуры, классные руководители
3.	3-й двигательный урок физкультуры. Динамический час.	Еженедельно	1 - 11 1	Учителя физической культуры,
4.	Привлечение обучающихся к занятиям в спортивных секциях.	В течение года	1-11	Учителя физической культуры,
5.	Организация индивидуального подхода и дифференциации заданий для детей, отнесённых к специальным и подготовительным группам по данным медиков.	В течение года	1-11	Учителя физической культуры
6.	Организация школьных соревнований и участие школьников в районных, окружных, областных соревнованиях.	В течение года	1-11	Учителя физической культуры, классные руководители
7.	Организация дней здоровья, прогулок, поездок, экскурсий.	В течение года	1-11	Классные руководители
8.	Работа спортивных секций.	В течение года	1-11	Учителя физической культуры,

#### **6.Профилактика травматизма.**

1.	Занятия по правилам дорожного движения (выступления сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, конкурс рисунков и плакатов).	В течение года	1-11	Классные руководители, педагог – организатор
----	--	----------------	------	--

2.	Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках курса ОБЖ. Окружающий мир  «Человек и здоровье»	По программе	8, 10-11 1-4  5-11	Учитель ОБЖ Учителя начальных классов Учитель биологии
3.	Инструктаж сотрудников школы и обучающихся по правилам техники безопасности.	1 раз в четверть	1-11	Директор, классные руководители
4.	Статистика и анализ случаев травматизма в школе.	В течение года	1-11	Медицинский работник, директор

**7.Пропаганда здорового образа жизни и профилактика вредных привычек.**

1.	Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках курса ОБЖ.  Окружающий мир «Человек и здоровье»	По программе	8, 10-11  1-4  5-11	Учитель ОБЖ Учителя начальных классов Учитель биологии
2.	Тематические классные часы (по отдельному плану).	В течение года	1-11	Классные руководители
3.	Тематические родительские собрания.	В течение года	1-11	Классные руководители
4.	Встречи с врачами - специалистами (нарколог, психиатр, фтизиатр).	По плану	1-11	Заместитель директора по УВР
5.	Оздоровительная работа: -дни здоровья;	по плану		

-сотрудничество с центром «Семья»;	В течение года		Классные руководители, заместитель директора по УВР
-совместная работа с ресурсным центром округа по профориентации молодёжи;	В течение года		
-проведение месячника здоровья;	Ежегодно		
-внеклассные мероприятия по здоровому образу жизни.	В течение года		

**Система классных часов:**

<i>№</i>	<i>Сроки</i>	<i>Тема классного часа</i>	<i>Проводящий</i>
<b>1 - 6 классы</b>			
1.	Сентябрь	Для чего люди едят.	Классный руководитель
2.	Октябрь	Режим дня школьника.	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Продукты, полезные для здоровья.	Классный руководитель
4.	Декабрь	Зарядка – успех здоровья.	Классный руководитель
5.	Январь	Личная безопасность на транспорте.	Классный руководитель
6.	Февраль	Здоровье и движение.	Классный руководитель
7.	Март	Интеллектуальная игра «За здоровый образ жизни».	Классный руководитель
8.	Апрель	Лесная аптека.	Классный руководитель, Медицинский работник ФАПа
9.	Май	Правила поведения в лесу. Доврачебная помощь.	Классный руководитель, Медицинский работник ФАПа
<b>7 класс</b>			
1.	Сентябрь	Безопасное поведение в школе.	Классный руководитель
2.	Октябрь	Я и другие. Возможные конфликты с родителями, друзьями, учителями.	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Безопасное поведение на дорогах и в транспорте.	Классный руководитель
4.	Декабрь	Влияние наркотиков на жизненный	Классный руководитель,

		стиль человека.	Медицинский работник ФАПа
5.	Январь	Стресс и его психологические и физиологические проявления. Способы борьбы со стрессом.	Классный руководитель, Медицинский работник ФАПа
6.	Февраль	Правила личной гигиены подростков.	Классный руководитель, Медицинский работник ФАПа
7.	Март	Гигиена учебного труда и отдыха.	Классный руководитель, Медицинский работник ФАПа
8.	Апрель	Потребности организма подростка в основных веществах и энергии.	Классный руководитель, Медицинский работник ФАПа
9.	Май	Правила безопасного обращения с огнём, доврачебная помощь.	Классный руководитель, Медицинский работник ФАПа
<b>8 – 9 классы</b>			
1.	Сентябрь	Безопасное поведение на дорогах.	Классный руководитель
2.	Октябрь	Бытовой и уличный травматизм.	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Правила выбора гигиенических средств ухода за телом.	Классный руководитель
4.	Декабрь	Признаки утомления органов зрения и слуха. Способы снятия утомления.	Классный руководитель, Медицинский работник ФАПа
5.	Январь	Пищевая гигиена. Продукты питания.	Классный руководитель
6.	Февраль	Инфекционные заболевания и иммунитет подростка.	Классный руководитель, Медицинский работник ФАПа
7.	Март	Болезни, передаваемые через пищу.	Классный руководитель
8.	Апрель	Употребление психоактивных веществ как слабость воли.	Классный руководитель, Медицинский работник ФАПа

9.	Май	СПИД и ВИЧ-инфекции.	Медицинский работник
<b>10 – 11 классы</b>			
1.	Сентябрь	Основные правила рационального питания.	Классный руководитель
2.	Октябрь	Болезни, передаваемые половым путём.	Медицинский работник
3.	Ноябрь	«Крутой» или уверенный в себе?	Классный руководитель
4.	Декабрь	Защита против жестокого обращения.	Классный руководитель
5.	Январь	Профилактика инфекционных заболеваний в различных социальных и жизненных ситуациях.	Классный руководитель
6.	Февраль	СПИД и ВИЧ-инфекции.	Медицинский работник
7.	Март	Правовая и личная ответственность за распространение и употребление ПАВ.	Классный руководитель
8.	Апрель	Человек и наркотики: кому и зачем это нужно?	Классный руководитель
9.	Май	Планирование труда и отдыха во время экзаменов.	Классный руководитель

#### *Литература:*

1. Антимонова М.Ю., Ромашкин В.А., Каткова Л.И. и др. – Адаптивная физическая культура. – Самара, 2006 г.
2. В.И.Лях. Физическая культура. 1-4, 5-9, 10-11 классы. Москва. Просвещение. 2011 г.
3. Настольная книга учителя физической культуры. Автор – составитель Г.И.Погадаев. – М., ФиС, 2000 г.
4. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка. – М., «Академия», 2006 г.
5. Фурманов А.Г., Юспа М.Б. Оздоровительная физическая культура. М., Тесей, 2003 г.
6. М.М.Безруких, Т.А.Филиппова. Рабочая тетрадь для школьников. Разговор о правильном питании. М.: ОЛМА Медиа Групп, . 2010 г.

7. М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева. Рабочая тетрадь для школьников.  
Две недели в лагере здоровья. М.: ОЛМА Медиа Групп, 2011 г.
8. В.С.Родиченко и др. Твой олимпийский учебник. М.: Советский спорт, 2011 г.