

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»

муниципального общеобразовательного учреждения
«Каменская средняя школа»
на 2023 – 2025 годы

Разработчик программы:
Уфимцева О.А.

Ачинский район
2023

ПАСПОРТ

программы здоровья муниципального общеобразовательного учреждения
«Каменская средняя школа» на 2023-2025 годы

Наименование Программы	Внутришкольная программа «Здоровье» муниципального общеобразовательного учреждения «Каменская средняя школа» на 2023-2025 годы (далее – Программа)
Основание для разработки Программы	<ul style="list-style-type: none">- Федеральный закон от 10 апреля 2000 года №51-ФЗ «Об Утверждении Федеральной программы развития образования»,- Закон РФ «Об образовании»,- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ,- «Конвенция ООН о правах ребёнка»,- «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»,- Конституции Российской Федерации,- Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года,- Федеральная целевая программа развития образования (ФЦПРО), утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 23 декабря 2005 г. № 803,- Приоритетный национальный проект «Образование» (ПНПО),
Кем принята Программа	Педагогическим советом
Разработчики и исполнители Программы	Заместитель директора по УВР Социальный педагог Классные руководители Педагоги предметники
Цель и задачи Программы	<p>Цель: формировать навыки организации здорового образа жизни посредством организации здоровьесберегающей и здоровьесформирующей образовательной среды, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none">• систематическое 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 с учетом особенностей состояния их здоровья;• развитие психолого-педагогического и медико-социального сопровождения обучающихся для своевременной профилактики дезадаптации школьников;• организация системы дополнительного образования, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни обучающихся;• создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской

	<p>работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> • обобщение опыта работы педагогических работников школы по использованию здоровьесберегающих педагогических технологий; • развитие программно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса по аспектам здоровьесбережения; • разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.
<p>Основные направления Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Кадровое обеспечение работы школы по сохранению здоровья учащихся • Материально-техническая база кабинетов, обеспечивающих здоровьесберегающий образовательный процесс • Создание здоровьесберегающей внутренней среды • Здоровьесберегающая организация образовательного процесса • Урок – здоровьесберегающая форма обучения учащихся • Работа с педагогическим коллективом по укреплению здоровья педагогов • Диагностика и мониторинг состояния здоровья и заболеваний обучающихся
<p>Сроки и этапы реализации Программы</p>	<p>Сроки реализации Программы: 2023 – 2025 годы</p> <p>1. Подготовительный этап 2023 – 2024 учебный год</p> <p><u>Цели:</u> создание материально-технического, нормативного и программно-методического обеспечения реализации Программы.</p> <p><u>Задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • создание рабочей группы; • оценка имеющихся ресурсов (материальных, кадровых, организационных, информационных); • распределение сфер ответственности, обязанностей и задач каждого участника проекта; • выявление структуры факторов, оказывающих негативное воздействие на здоровье обучающихся; • анализ актуальности рассматриваемой проблемы (изучение медкарт, тестирование, диагностика); • разработка программы мониторинга; • составление Карты индивидуальных показателей обучающихся; • обновление методических материалов по использованию здоровьесберегающих педагогических технологий в образовательном процессе; • обновление программно-методического обеспечения образовательного процесса: разработка программ дополнительного образования, элективных курсов и элективных учебных предметов, способствующих формированию здорового образа жизни у обучающихся (с 1 по 11 классы); • разработка подпрограмм «обучение здоровью» для учителей, родителей, учащихся. <p><u>Ответственные:</u> Зам. директора по УВР, рабочая группа (социальный педагог, педагоги-предметники, классные руководители).</p> <p>2. Практический этап 2024 - 2025 гг.</p> <p><u>Цель:</u> реализация Программы</p>

	<p><u>Задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • реализация программы мониторинга состояния физического и психического здоровья обучающихся; • реализация разработанных программ дополнительного образования, элективных курсов и элективных учебных предметов, способствующих формированию здорового образа жизни у обучающихся (с 1 по 11 классы); • профилактическая работа по предупреждению заболеваний, реализация программы «Обучение здоровью»; • обеспечение качественного и рационального питания школьников и учителей, организация диетического питания; • организация сотрудничества семьи и школы; • организация и проведение спортивных праздников и соревнований с участием педагогов и родителей; • организация и проведение различных внеурочных видов деятельности: дни здоровья, месячники, декады, акции по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек; • ежегодный анализ промежуточных результатов реализации Программы «Здоровье», коррекция плана реализации программы. <p><u>Ответственные:</u> Ответственные: Зам. директора по УВР, рабочая группа (социальный педагог, педагоги-предметники, классные руководители).</p> <p><u>Цель:</u> анализ результатов эксперимента.</p> <p><u>Задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов эксперимента с поставленной целью; • корректировка исследования описание хода и результатов эксперимента; • оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности. • Обобщение и распространение опыта работы школы по реализации Программы «Здоровье» <p><u>Ответственные:</u> Зам. директора по УВР, рабочая группа (социальный педагог, педагоги-предметники, классные руководители).</p>
<p>Ожидаемые конечные результаты реализации Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Использование в деятельности школы системы комплексного мониторинга состояния здоровья детей, анализ состояния здоровья и выработка мер коррекции. • Снижение заболеваний желудочно-кишечного тракта на 5%. • Снижение числа часто болеющих обучающихся (на 10%). • Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников (по результатам «Президентских состязаний» на 0,05). • Повышение числа обучающихся, занимающихся в спортивных секциях - не менее 90% от общего числа учеников школы. • Повышение числа педагогов, использующих в практической деятельности здоровьесберегающие технологии до 100%. • Увеличение числа родителей, участвующих в совместных физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

Система организации контроля за выполнением Программы	Управление Программой осуществляет Директор школы через своего заместителя по физкультурно-оздоровительной работе, который в системе проводит мониторинг реализации Программы, своевременно вносит коррективы по предупреждению рисков и негативных последствий реализации Программы. Контроль за исполнением Программы осуществляет педагогический совет школы.
---	--

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Начало XXI века в России ознаменовалось глубинными социальными изменениями, которые отражаются и на системе образования. Среди участников педагогического процесса растет осознание того факта, что без решения проблемы сохранения и развития здоровья учащихся и учителей вряд ли произойдет гуманистическое обновление российской школы, а любая инновация в ней будет обречена на провал. Не случайно в школы пришли специалисты разного профиля – медики, психологи, логопеды, социальные педагоги, инструктора ЛФК, пытающиеся совместно с учителями оздоровить образовательную среду.

Современная школа находится в поиске новых моделей обучения, предусматривающих разностороннее развитие личности с учетом индивидуальных, психофизиологических и интеллектуальных возможностей.

Учитывая, что нарушения в состоянии здоровья учащихся часто являются причиной трудностей усвоения учебного материала, мы все усилия медицинского персонала и учителей направляем на устранение тех факторов, которые вызывают эти нарушения или способствуют их возникновению.

Образовательная система располагает реальными возможностями для позитивного воздействия на здоровье школьников путем повышения уровня грамотности, воспитания культуры здоровья, приобщения к ведению здорового образа жизни.

Но можно ли сформировать культуру здоровья учащихся только на уроках физкультуры или уроках здоровья? Вряд ли. Необходима целостная система учебно-воспитательной работы в этом направлении. С этой целью должна быть разработана программа «Здоровье», ориентированная на решение таких значимых проблем, устранение которых в сумме может дать максимально возможный, полезный эффект оздоровления как учащихся, так и учителей.

Анализ основных параметров состояния здоровья школьников является неотъемлемой частью анализа итогов учебного года на протяжении всех лет существования школы. В школе реализуется комплексный план оздоровительных мероприятий и гигиенического воспитания учащихся, результатом чего является стабилизация, а по некоторым показателям и снижение уровня заболеваемости.

Цель программы «Здоровье»: формировать навыки организации здорового образа жизни посредством организации здоровьесберегающей и здоровьесформирующей образовательной среды, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса.

Задачи:

- систематическое 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 с учетом особенностей состояния их здоровья;
- развитие психолого-педагогического и медико-социального сопровождения обучающихся для своевременной профилактики дезадаптации школьников;
- организация системы дополнительного образования, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни обучающихся;
- создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- обобщение опыта работы педагогических работников школы по использованию здоровьесберегающих педагогических технологий;

- развитие программно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса по аспектам здоровьесбережения;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

Одним из методов реализации программы является создание системы наблюдения за состоянием здоровья ребенка на основе педагогических наблюдений, медицинских обследований, изучения медицинской документации, создание нормальных санитарно-гигиенических условий обучения, питания, комфортной психологической среды.

Ожидаемые результаты реализации программы «Здоровье»:

- Использование в деятельности школы системы комплексного мониторинга состояния здоровья детей, анализ состояния здоровья и выработка мер коррекции.
- Снижение заболеваний желудочно-кишечного тракта на 5%.
- Снижение числа часто болеющих обучающихся (на 10%).
- Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников (по результатам «Президентских состязаний» на 0,05).
- Повышение числа обучающихся, занимающихся в спортивных секциях - не менее 90% от общего числа учеников школы.
- Повышение числа педагогов, использующих в практической деятельности здоровьесберегающие технологии до 100%.
- Увеличение числа родителей, участвующих в совместных физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

1. Подготовительный этап 2023 - 2024 учебный год

Цели: создание материально-технического, нормативного и программно-методического обеспечения реализации Программы.

Задачи:

- создание рабочей группы;
- оценка имеющихся ресурсов (материальных, кадровых, организационных, информационных);
- распределение сфер ответственности, обязанностей и задач каждого участника проекта;
- выявление структуры факторов, оказывающих негативное воздействие на здоровье обучающихся;
- анализ актуальности рассматриваемой проблемы (изучение медкарт, тестирование, диагностика);
- разработка программы мониторинга;
- составление Карты индивидуальных показателей обучающихся;
- обновление методических материалов по использованию здоровьесберегающих педагогических технологий в образовательном процессе;
- обновление программно-методического обеспечения образовательного процесса: разработка программ дополнительного образования, элективных курсов и элективных учебных предметов, способствующих формированию здорового образа жизни у обучающихся (с 1 по 11 классы);
- разработка подпрограмм «обучение здоровью» для учителей, родителей, учащихся.

Ответственные: Зам. директора по УВР, рабочая группа (социальный педагог, педагоги-предметники, классные руководители).

2. Практический этап 2024 - 2025 гг.

Цель: реализация Программы

Задачи:

- реализация программы мониторинга состояния физического и психического здоровья обучающихся;
- реализация разработанных программ дополнительного образования, элективных курсов и элективных учебных предметов, способствующих формированию здорового образа жизни у обучающихся (с 1 по 11 классы);
- профилактическая работа по предупреждению заболеваний, реализация программы «Обучение здоровью»;
- обеспечение качественного и рационального питания школьников и учителей, организация диетического питания;
- организация сотрудничества семьи и школы;
- организация и проведение спортивных праздников и соревнований с участием педагогов и родителей;
- организация и проведение различных внеурочных видов деятельности: дни здоровья, месячники, декады, акции по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек;
- ежегодный анализ промежуточных результатов реализации Программы «Здоровье», коррекция плана реализации программы.

Ответственные: Зам. директора по УВР, рабочая группа (социальный педагог, педагоги-предметники, классные руководители).

3. Обобщающий этап 2024- 2025 учебный год.

Цель: анализ результатов эксперимента.

Задачи:

- обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов эксперимента с поставленной целью;
- корректировка исследования описание хода и результатов эксперимента;
- оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности.
- Обобщение и распространение опыта работы школы по реализации Программы «Здоровье»

Ответственные: Зам. директора по УВР, рабочая группа (социальный педагог, педагоги-предметники, классные руководители).

Программа «Здоровье» реализуется по следующим направлениям:

1. Кадровое обеспечение работы школы по сохранению здоровья учащихся
2. Материально-техническая база кабинетов, обеспечивающих здоровьесберегающий образовательный процесс
3. Структура управления здоровьесбережением
4. Создание здоровьесберегающей внутренней среды
5. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса
6. Урок – здоровьесберегающая форма обучения учащихся
7. Работа с педагогическим коллективом по укреплению здоровья педагогов
8. Диагностика и мониторинг состояния здоровья и заболеваний обучающихся

Программой охвачены все педагоги и учащиеся с 1 – 11 класс.

Кадровое обеспечение работы школы по обеспечению здоровья учащихся:

- Школьный фельдшер
- Школьная медицинская сестра
- Стоматолог
- Школьные логопеды – 1 человек
- Школьные педагоги-психологи – 1 человека
- Инструктор по физической культуре
- Учителя физкультуры – 1

Материально-техническая база кабинетов, обеспечивающих здоровьесберегающий образовательный процесс:

- Медицинский кабинет (медикаменты, весы, перевязочный материал)
- Физиокабинет (электрофорез, тубус-квору, соллюкс)
- Стоматологический кабинет (рентген-аппарат, стоматологическое кресло, депофорез, лазерный аппарат, стоматологическая установка)
- Кабинет логопеда (коррекция речевых нарушений с использованием БОС-технологии, наглядные пособия, зеркала, методический материал)
- Кабинет педагогов-психологов (водяной светильник, святящийся-крутящийся шар с подсветкой, установка «Млечный путь», увлажнитель воздуха, «блуждающий ветер», мягкие диваны, телевизор, наглядный материал)
- Кабинет ЛФК (специальный инвентарь для коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата)
- Два спортивных зала: большой для 5-11 классов и малый для 1-4 классов (шведские стенки, маты, мячи, скакалки и др.)
- Тренажерный зал (велотренажер, беговые дорожки, силовые тренажеры, штанги, гири)
- Лыжная база (ботинки, лыжи, палки)
- Спортплощадка на улице
- Тир
- Компьютерный кабинет, с установленной программой по технологии БОС-здоровье
- Комната психологической разгрузки для учителей (светящееся табло на потолке «Звездное небо и созвездие», музыкальное сопровождение, мягкие диваны и кресла)
- Школьная столовая

Создание здоровьесберегающей внутренней среды:

- Оптимальный световой режим: искусственное и естественное освещение учебных помещений, местное освещение классных досок
- Цветовое решение интерьера и мебели
- Расстановка оборудования и регулируемой мебели
- Адаптация первоклассников в учебном процессе («Школа подготовки», ступенчатый режим расписания, дополнительные каникулы)

- Наличие зон активного отдыха (спортивная площадка на улице, площадка во дворе школы для прогулок ГПД, школьные коридоры)
- Соответствие величины нагрузки максимально допустимой норме (составление учебного плана, расписание уроков, расписание дополнительного образования с учетом соблюдения санитарных норм и правил)
- Организация питания
- Посадка учащихся с учетом заболеваний органов зрения и слуха
- Озеленение классов и школьных коридоров
- Оборудование для очистки воды
- Наличие кондиционеров в кабинетах, где находится специальная техника
- Наличие вентиляционного оборудования в учебных кабинетах

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса

Анализ основных параметров состояния здоровья школьников является неотъемлемой частью анализа итогов учебного года на протяжении всех лет существования школы. В школе организуется комплексный план оздоровительных мероприятий и гигиенического воспитания учащихся, результатом чего является стабилизация, а по некоторым показателям и снижение уровня заболеваемости.

Комплекс мероприятий:

Динамические паузы на уроках (2-3 раза по 1-2 мин.) и пальчиковые игры.

Занятия **лечебной физической культурой** для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата и детей, имеющих хронические заболевания (1-2 раза в неделю). Данные занятия ориентированы на укрепление здоровья школьников и включают комплексы оздоровительной и корригирующей гимнастики, двигательные действия и упражнения, направленные как на развитие основных физических качеств, так и на коррекцию нарушений осанки и плоскостопия. Группы учащихся комплектуются в начале учебного года по данным медицинского обследования, с учетом возраста, показателей физической подготовленности, функционального состояния и степени выраженности патологического процесса. Сроки пребывания детей в группах не ограничены и зависят от степени улучшения состояния здоровья детей.

Для 1-2-ых, 5-ых и 9-ых классов проходят **уроки здоровья**, с использованием технологии БОС. Основные задачи технологии БОС - Здоровье – это формирование правильного стереотипа диафрагмально-релаксационного дыхания с достижением максимальной синхронизации фаз дыхательного цикла и колебаний ЧСС (частота сердечных сокращений); максимальное снижение ЧСС на выдохе и, как результат, увеличение индивидуальной величины ДАС (дыхательная аритмия сердца); обучение методам релаксации.

- Уроки здоровья с применением технологии БОС – здоровье для 1-2 классов (2-3 раза в неделю по 17 занятий с каждой группой);
- Обучение диафрагмально-релаксационному типу дыхания на уроках здоровья для 5-ых классов (2 раза в неделю);
- Элективный курс уроков «БОС – здоровье» для 9-ых классов (1 раз в неделю в течение 15 занятий)

Клуб «Здоровье» для 1-2 классов; целью клуба «Здоровье» является формирование мотивации на здоровье с применением метода биологической обратной связи и здоровый образ жизни учащихся.

Спортивный час для учащихся, посещающих ГПД. Проводится с целью физического развития, содействует овладению необходимыми движениями. Укрепление здоровья средствами физического воспитания.

Медицинские работники школы: врач-педиатр, фельдшер и медсестра, изучая анамнез развития ребёнка, выявляют часто болеющих детей, страдающих хроническими заболеваниями. Ежегодно проводятся плановые медицинские осмотры 1-11 классов школьным врачом. Учёт возрастных и личностных особенностей обследуемого совместными усилиями педагогов и медицинских работников позволяет выявить у ребёнка не только имеющиеся проблемы, трудности, но и его потенциальные возможности.

Для укрепления и сохранения здоровья налажен тесный контакт с детской поликлиникой. Помимо школьного медицинского осмотра, 1 раз в год проходит плановый углубленный осмотр врачами-специалистами (хирург, ортопед, ЛОР, офтальмолог, невропатолог, стоматолог и др.) детей 1-ых, 5-11 классов. Они дают рекомендации педиатру, работающему в школе и родителям. Это, в свою очередь, позволяет иметь целостную картину о состоянии здоровья школьника. Данные заносятся в индивидуальную карту развития ребёнка, а по результатам разрабатывается совместно с другими специалистами индивидуальные планы работы.

Ежегодно работники школы проходят обязательный медицинский осмотр перед началом учебного года. Также в школе проходит плановая вакцинация учащихся и учителей, способствующая повышению устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды.

Организация питания. Так как наш округ относится к числу неблагополучных по заболеваниям эндокринной и иммунной систем, ежедневно проводится профилактика J-дефицита (в таблетках) и профилактика авитаминозов (добавление в школьное питание витамина С в третьи блюда). Кроме этого, для детей, имеющих ограничения в продуктах питания создан отдельный стол диетического питания. Так же, помимо бесплатных завтраков, для всех учащихся 1-11 классов школы, правом на бесплатные обеды по решению педагогического совета обладают учащиеся кадетского и спортивного (хоккейного) классов, дети, попавшие в трудную жизненную ситуацию (инвалиды, опекаемые) и дети, проживающие в социально опасных условиях (многодетные и малоимущие). Следовательно, в нашей школе осуществляется 100% охват горячим питанием всех школьников.

Учитывая систему полного дня, придаем большое значение таким факторам, влияющим на сохранение физического здоровья, **как режим работы, расписание занятий, выполнение санитарно-гигиенических норм.**

При уборке помещений используются специальные моющие средства, проводится **кварцевание**. Гигиенические требования к состоянию **учебной мебели** и ее соответствию возрасту учащихся выполнены полностью.

Учебно-трудовая нагрузка учащихся не превышает нормы предельно допустимой. На уроках применяются методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям учащихся, а также используются новые педагогические технологии в учебно-воспитательном процессе.

Перед началом занятий в начальных классах проводится **утренняя гимнастика** (10 минут). Продолжительность перемен в первой и второй половинах дня между уроками 10-20 минут. На больших переменах в начальной школе проводятся **«веселые переменки»** (подвижные игры, эстафеты). Для учащихся 1-2 классов, посещающих группы продленного дня, организованы **прогулки и подвижные игры на свежем воздухе** после уроков (1,5-2 часа). С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения на уроках проводятся динамические паузы и **гимнастика для глаз**.

Уровень физического развития учащихся зависит от состояния физического воспитания в школе. Наряду с уроками по физической культуре (2 раза в неделю) в школе проводятся массовые **физкультурно – спортивные мероприятия** (конкурсы, праздники, олимпиады) по общешкольному плану. В школе работают **спортивные секции** (волейбол, баскетбол, настольный теннис, мини-футбол, лыжи) и **тренажерный зал**.

Заботясь не только о физическом, но и о душевном развитии и здоровье учащихся, **служба психолого-педагогического и медико-социального сопровождения** помогает в разрешении проблемных ситуаций, которые связаны не только с пребыванием учащихся в школе, но и затрагивает ситуации, возникающие вне школы. За время работы служба усовершенствовала навыки по оказанию помощи учащимся, их родителям и всему педагогическому коллективу.

Деятельность службы педагогов – психологов и социальных педагогов осуществляется в рамках следующих направлений:

- психологическая диагностика учащихся;
- развивающие психологические занятия с учащимися;
- психологическое консультирование учащихся;
- индивидуальная коррекционная работа с учащимися;
- психологическое обучение родителей;
- психологическое консультирование родителей;
- совместная методическая работа педагогов, психологов, социальных педагогов;
- психологическое обучение педагогов;

- психологическое консультирование педагогов;
- учет посещаемости и успеваемости;
- предупреждение и профилактика правонарушений, правовой всеобуч;
- организация и отдых детей в каникулярное и внеурочное время;
- совместная работа школы, семьи и общественности;

Вся деятельность осуществлялась на основании нормативно-правовой документации (законодательных и рекомендательных документов).

Таким образом, в настоящее время школа идет по пути осознанного усиления валеологического компонента в воспитательной деятельности по сохранению физического здоровья учащихся, что подтверждается стабилизацией уровня заболеваемости.

Урок – здоровьесберегающая форма обучения учащихся:

- Личностно-ориентированный подход в обучении
- Дифференцированный подход в обучении
- Соответствие величины нагрузки максимально допустимой норме
- Игровая форма деятельности учащихся
- Использование элементов методики В.Ф. Базарного
- Выполнение заданий с двигательной активностью
- Дозировка домашнего задания
- Динамические паузы

Работа с педагогическим коллективом по укреплению здоровья педагогов:

- Группа «Здоровье»
- Участие в городских соревнованиях в составе команды «Учитель»
- Организация «Дней здоровья»
- Поездки в бассейн п.Харп и г.Салехард
- Укрепление здоровья через приобретение санаторно-курортных путевок
- Цикл бесед по профилактике различных заболеваний
- Прохождение ежегодного медицинского осмотра
- Санация ротовой полости на базе школьного стоматологического кабинета
- Вакцинация против гриппа, гепатита, дифтерии и др.

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья учащихся,
учителей и родителей на 2023 -2025 учебный год**

№ п/п	Мероприятия	Сроки	ответственные
1.	1.Развитие физической культуры, физической подготовки и воспитания учащихся Направить усилия на развитие спортивной базы школы а) приобрести необходимый спортивный инвентарь и оборудование для уроков физической культуры, спортсекций и кружков б) обеспечить ремонт и оснащение подсобных помещений спортзалов	ежегодно	Директор, зам. директора по ФОР. зам. директора по АХЧ, ФОР.
2.	Ввести в практику работы спортивные перемены и спортминутки, часы здоровья	ежегодно	Учителя физической культуры
3.	Обеспечение систематического проведения уроков физической культуры на свежем воздухе	ежегодно	Учителя физической культуры
4.	Ежегодно осенью и весной проводить дни: Здоровья, Бегуна, Прыгуна	сентябрь, апрель	Учителя физической культуры
5.	Продолжение работы спортивных секций и кружков	ежегодно	Руководители кружков и секций
6.	Организация активной пропаганды работы спортсекций и кружков среди учащихся.	ежегодно	Зам. директора по ФОР.
7.	Проведение бесед о пользе зарядки и соблюдении режима дня	ежегодно	Зам. директора по ФОР. Учителя физической культуры Учителя предметники
8.	Участие учащихся в городских спортивно-массовых мероприятиях	По плану согласованному с УО и Спорткомитетом	Зам. дир. по ФОР Учителя физической культуры
9.	Проведение школьной Спартакиады среди учащихся 1-11 классов, ГПД (начальной школы)	ежегодно	Зам. дир. по ФОР Учителя физической культуры
10	Организовать проведение спортивных вечеров для учащихся школы.	ежегодно	Зам. дир. по ФОР Учителя физической культуры
11.	Организация группы Здоровья для учителей школы.	ежегодно	
	2. Лечебно-оздоровительная работа,		

	психолого-логопедическая помощь школьникам		
1.	Организация регулярного проведения диагностики: а) на наличие стресс-фактора б) комфортности детей на уроке в) взаимоотношения в коллективе	ежегодно	Зам. дир. по ФОР Кл. руководители Психологи
2.	Организация медицинской службы в школе: а) постоянный мониторинг здоровья детей б) своевременные профилактические меры предупреждения заболеваний	ежегодно	Зам. дир. по ФОР Фельдшер, медицинская сестра
3.	Работа по витаминизации питания учащихся	ежегодно	Фельдшер, медицинская сестра.
4.	Организация диетического питания учащихся.	ежегодно	Соц. педагоги
5.	Работа групп корригирующей гимнастики по итогам медицинского осмотра. Материально-техническое обеспечение их работы	ежегодно	Учителя корригирующей гимнастики
6.	Организация летнего отдыха детей	ежегодно	соц. педагоги
7.	Полное обеспечение школьного медпункта медикаментами	ежегодно	Директор школы
8.	Своевременное прохождение работниками школы медосмотра	август	Директор школы, начальник отдела кадров.
9.	Оформление уголка здоровья в начальной школе (с рекомендациями родителям)	ежегодно	Зам. дир. по ФОР Учителя корригирующей гимнастики
10.	Использование элементов оздоровительной работы по методике Базарного В.Ф.	ежегодно	Зам. дир. по ФОР Учителя начальных классов.
1.	3. Пропаганда здорового образа жизни Проведение бесед с учащимися с приглашением специалистов ЛГЦМБ, Госнарконтроля.	ежегодно	Зам. дир. по ФОР Фельдшер, медицинская сестра.
2.	Ознакомление родителей с результатами медицинского осмотра	ежегодно	Зам. директора по ФОР.
3.	Выпуск санитарных бюллетеней	ежегодно	Зам. директора по ФОР. Медицинская сестра.
4.	Выпуск стенгазеты «Здоровый образ жизни»	ежегодно	Фельдшер, медицинская сестра.
5.	Беседа «Как правильно питаться» (6-8 классы)	ежегодно	Кл. руководители
6.	Родительский лекторий «Здоровый образ жизни»	ежегодно	Зам. директора по ВР.
7.	Забавы и развлечения на свежем воздухе	ежегодно	Учителя физ-ры.

			воспитатели ГПД
8.	Цикл лекций и бесед для детей на тему «Наше здоровье» (перед выездом на каникулы)	ежегодно	Зам. директора по ВР. Учителя биологии, химии.
9.	«День здоровья»	ежегодно	Зам. директора по ФОР. Учителя физ-ры, Кл. руководители
10.	Формирование групп детей для оздоровления в летних лагерях	ежегодно	Соц. Педагоги
11.	Совместная работа с детскими садами города, в вопросах физической подготовке подготовительных групп к школе	ежегодно	Соц. Педагоги
12.	Профилактика заболеваний кариесом	ежегодно	Врач стоматолог
13.	4.Обеспечение условий для сохранения здоровья учащихся на уроках. Организация контроля за соблюдением санитарно – гигиенических норм Обеспечение выполнения требований к оборудованию учебных помещений и их освещению.	ежегодно	Зам. директора по АХЧ, ФОР.
1.	Обеспечение выполнения требований к воздушно-тепловому режиму, постоянный контроль за его соблюдением.	ежегодно 2 раза в год	Зам. по АХЧ, ФОР.
2.	Организация постоянного контроля за санитарным состоянием и содержанием учебных помещений	ежегодно	Зам. по АХЧ, ОБЖ
3.	Регулярное проведение инструктажа по технике безопасности среди педагогов и учащихся школы	ежегодно	Зам. по АХЧ Учителя предметники, педагоги ДО.
4.	Наличие инструкций по технике безопасности в специальных кабинетах	ежегодно 4 раза в год	Зам. по ОБЖ Ответственные за кабинеты
5.	Соблюдение установленных норм работы с компьютером и другими техническими средствами на уроках	ежегодно обновление 2 раза в год	Зам. по ОБЖ Ответственные за кабинеты Учителя информатики
6.	Проведение изучения загруженности детей домашним заданием	ежегодно	Зам. дир. по УВР
7.	Соблюдение требований СанПинов при составлении расписания уроков и занятий ДО	в течение года	Согласование с ЦГСЭН Зам. дир. по УВР, ВР, ФОР.
	5. Материально-техническая база		
1.	Приобретение спортивного инвентаря и	ежегодно	Директор

	оборудования		Зам. Директора по ФОР.
2.	Приобретение спортивной формы (волейбол, футбол, баскетбол)	ежегодно	Директор Зам. Директора по ФОР.
3.	Приобретение туристического инвентаря и оборудования	ежегодно	Директор Зам. Директора по ФОР.
4.	Ремонт спортивного инвентаря и оборудования	ежегодно	Директор Зам. Директора по ФОР.