



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МОУ «СШ №8»  
В.И. Замирская  
« 01 » « 09 » 20 22 г.

**ПРОГРАММА  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
ГОРОДА ДЖАНКОЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА №8»  
2022-2025**

**«Здоровый ученик - здоровое будущее страны»**

**г. Джанкой**

## Паспорт Программы

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Наименование:</b>          | <p style="text-align: center;">Программа<br/>по здоровьесбережению муниципального<br/>общеобразовательного учреждения города Джанкоя<br/>Республики Крым<br/>«Здоровый ученик - здоровое будущее страны»<br/>на 2022- 2025 годы</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Разработчик Программы:</b> | <p>Социальный педгог Дудина Л.Е.<br/>Педагог психолог Резепова Н.Г.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Исполнители Программы</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Администрация МОУ СШ №8</li> <li>➤ Педагогический коллектив школы</li> <li>➤ Обучающиеся школы</li> <li>➤ Родители обучающихся</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Цели:</b>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Создание в школе организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;</li> <li>➤ Усиление контроля за медицинским обслуживанием участников образовательного процесса;</li> <li>➤ Создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;</li> <li>➤ Развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;</li> <li>➤ Обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;</li> <li>➤ Разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.</li> </ul> |
| <b>Задачи</b>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы;</li> <li>➤ Гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;</li> <li>➤ Освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;</li> <li>➤ Планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся;</li> <li>➤ Привлечение системы кружковой, внеклассной и</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                     | <p>внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Сроки реализации:</b>                            | 2022-2025 годы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Основные направления Программы:</b>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Просветительское</li> <li>➤ Психолого-педагогическое</li> <li>➤ Спортивно-оздоровительное</li> <li>➤ Диагностическое</li> <li>➤ Медицинское</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Источники финансирования:</b>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Бюджет школы</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Оценка результатов:</b>                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Промежуточные результаты будут оцениваться по исполнению плановых мероприятий, заслушиванию отчетов ответственных, статистике взаимодействия с обучающимися и их родителями;</li> <li>➤ На завершающем этапе будут проведены исследования об итогах реализации Программы и ее эффективности;</li> <li>➤ Эффективность Программы в целом будет оценена администрацией школы в ходе большого ежегодного опроса педколлектива, обучающихся и их родителей</li> </ul>                                                                                                                    |
| <b>Эффект Программы в долгосрочной перспективе:</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;</li> <li>➤ Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников;</li> <li>➤ Повышение приоритета здорового образа жизни;</li> <li>➤ Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;</li> <li>➤ Повышение уровня самостоятельности и активности школьников;</li> <li>➤ Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья.</li> </ul> |

## Пояснительная записка

Программа здоровьесбережения ««Здоровый ученик - здоровое будущее страны»» разработана с учетом основных законодательных актов и нормативно-правовых документов:

- Международная Конвенция о правах ребенка от 20.11.1989 г.;
- Конституция Российской Федерации от 12.12.1993 г.;
- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с учётом Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года и Плана мероприятий по ее реализации в 2021-2025 гг., № 996-р и Плана мероприятий по её реализации в 2021 — 2025 годах (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- на основе Федерального закона от 04.09.2022г №371-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" стратегии национальной безопасности Российской Федерации, (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400);Федеральный Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. №329-ФЗ;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020. №28 «Об утверждении Сан Правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха оздоровления детей и молодёжи» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 18.12.2020г №61573);
- Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года №172. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»;
- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 09.08.2010 г. №613-н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 14.09.2010 №18428);
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» от 27.12.2013 г. №1125;
- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 09.08.2010 г. №614н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий»;
- Стратегии комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года (Указ Президента);
- Устав МОУ «Средняя школа №8»

**Здоровьесбережение** – это одна из ведущих концепций в образовании на сегодняшний день. Это широкое понятие связано с необходимостью беречь и сохранять здоровье современных воспитанников во всем его комплексном проявлении – здоровье души и тела.

**Здоровье** – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности. Оно

самоутверждению и счастьем человека. Активная долгая жизнь - это важное слагаемое человеческого фактора.

По определению Всемирной организации здравоохранения «здоровье - это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Здоровый образ жизни - это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаляющий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять здоровье.

Народная мудрость гласит «Береги здоровье смолоду». И эти слова достаточно точно характеризуют современную реальность. Именно проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения является актуальнейшим вопросом современности. Специалисты разных областей в один голос заявляют о резком ухудшении основных показателей здоровья среди детей и подростков: медики отмечают увеличение процента детей так называемой «группы риска»; психологи и социальные работники заявляют о низкой степени адаптированности подрастающего поколения к социуму, и как следствие склонности к противоправным и асоциальным действиям. Источником данных проблем является целый ряд факторов: это плохая экология, низкий социально-экономический статус жизни, различные патологии беременности и родов, отсутствие четких нравственных критериев и ориентиров, чрезмерное эмоционально-психологическое напряжение, влекущее за собой развитие хронического стрессового состояния, недостаточное внимание со стороны государства к потребностям и проблемам развития подрастающего поколения. И здесь на помощь обществу в воспитании духовно и физически здорового поколения может прийти физическая культура и спорт, как одно из эффективнейших и действенных средств.

Физическая культура и спорт - средства созидания гармонично развитой личности. Они помогают сосредоточить все внутренние ресурсы организма на достижении поставленной цели, повышают работоспособность, позволяют втиснуть в рамки короткого рабочего дня выполнение всех намеченных дел, вырабатывают потребность в здоровом образе жизни.

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

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



программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы.

### **Цели программы:**

- создание в школе организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- усиление контроля за медицинским обслуживанием участников образовательного процесса;
- создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
- формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию обучающихся;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

### **Задачи программы:**

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

### **Функции различных категорий работников школы**

#### **Функции сотрудника ГБУЗ РК "Джанкойская ЦРБ"**

- проведение диспансеризации учащихся школы;
- организация медосмотров учащихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление учащихся специальной медицинской группы;
- периодическая иммунизация.

#### Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация и контроль уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей.

#### Функции классного руководителя:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике табакокурения, употребления алкоголя и наркотических средств;
- организация и проведение профилактических работ с родителями;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

#### **Участники программы:**

- обучающиеся
- педагогический коллектив
- родители
- медицинский работник ГБУЗ РК "Джанкойская ЦРБ"

#### **Сроки и этапы реализации программы: 2022- 2025 годы**

## **Основные направления деятельности программы:**

### **Просветительско-воспитательное направление предполагает:**

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; (лекторий) по здоровому образу жизни.
- пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции;
- совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма;
- пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры).

### **Психолого-педагогическое направление предполагает:**

- -использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов организации учебной деятельности;
- -формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни;
- - обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- -развитие познавательной и учебной мотивации;
- - формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- -совершенствование деятельности психолога - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния обучающихся;
- -организация психолого-педагогической и коррекционной помощи обучающимся;
- -организация и проведение мероприятий с учащимися по профилактике табакокурения, употребления алкоголя и наркотических средств;

### **Спортивно-оздоровительное направление предполагает:**

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы. - эффективная работа с обучающимися на уроках физкультуры;
- -использование динамических пауз на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- -привлечение обучающихся, родителей к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы;
- -проведение спортивно – оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований);

### **Диагностическое направление предполагает:**

- -изучить представления обучающихся о здоровом образе жизни;
- -изучить особенности ценностного отношения обучающихся к своему

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА

ДЖАКОВСКОЙ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 81" ВНЕШКОЛЬНАЯ

Валентина Ивановна, Директор

здоровью и мотивации здорового образа жизни;

02.11.23 16:50 (MSK)

Сертификат 18CEFA1E36DF4550C8BC9AAC553D6CA2

учащимся внешкольную занятость дополнительными занятиями.



### Медицинское направление предполагает:

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

### **Реализация основных направлений программы:**

1. Соблюдение режима труда и отдыха обучающихся.
2. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
3. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
4. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
5. Проведение психологической диагностики, направленной на изучение ценностного отношения к своему здоровью обучающихся.
6. Привлечение обучающихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне её.
7. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, тематических классных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением медицинских работников, родителей.
8. Проведение семинаров для педагогов по проблеме ЗОЖ.
9. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.

### Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения:

#### **Сентябрь**

- Организация дежурства по школе и по классам.
- Налаживание работы внеурочной деятельности.
- Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровьесбережению.
- Организация качественного горячего питания учащихся.
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- «Уроки гигиены».
- Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях.
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.

- Обеспечение систематического контроля занятости детей во внеурочное время.

- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

### **Октябрь**

- Организация работы учащихся по поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.

- Подготовка классов к зимнему периоду.

- Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований.

- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.

- Ежедневные физкультминутки и подвижные игры на переменах.

### **Ноябрь**

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».

- выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками «Курить - себе вредить».

- Тематические экскурсии.

- Сопровождение актива по проведению физкультурных праздников, игр на территории школы.

- Систематические физкультминутки и динамические паузы.

- Отчёты о проделанной работе по организации здоровьесбережения в образовательном учреждении.

### **Декабрь**

- Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.

- Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.

- Систематические физкультминутки и динамические паузы.

- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

### **Январь**

- Неделя здоровья. Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».

- «Весёлые старты».

- Физкультминутки и динамические паузы.

### **Февраль**

- Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.

- Физкультурно-оздоровительное мероприятие ко Дню защитника Отечества.

- Физкультминутки и динамические паузы.

### **Март**

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.

- Подготовка ко Дню здоровья.

- Систематические физкультминутки и динамические паузы.

- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

### **Апрель**

- Акция «Всемирный день здоровья».

- Благоустройство школьной территории.

### **Май**

- Подготовка к празднику «День Победы».

- Систематические динамические паузы, физкультминутки.

### **Май**

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.
- «Весёлые старты».
- Проведение экскурсий на природу.
- Презентация «Уроков гигиены».

### **Июнь**

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летних каникул.

### **Ожидаемые конечные результаты программы:**

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

Основная задача школы, которая работает над формированием здоровьесберегающей среды, заключается в том, чтобы подготовить ученика к самостоятельной жизни, вырастить его нравственно и физически здоровым, научить грамотно, ответственно и эффективно сохранять свое здоровье. Здоровье ученика, его социально-психологическая адаптация, нормальное развитие во многом определяется средой, в которой он живет. Для ребенка от 7 до 18 лет этой средой является школа.

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

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

### **Базовыми компонентами на всех ступенях являются:**

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;

## **Методы контроля над реализацией программы:**

- посещение уроков, проводимых по ЗОЖ;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

## **Здоровьесберегающие образовательные технологии:**

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

## **Реализация основных направлений программы:**

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

## **Применение разнообразных форм работы:**

### 1. Учет состояния детей:

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

### 2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

Документ подписан электронной подписью

Муниципальное общеобразовательное учреждение города Джанкоя Республики Крым "Средняя школа № 8", Замирская

Валентина Ивановна, Директор

02.11.23 16:50 (MSK)

Сертификат 18CEFA1E36DF4550C8BC9AAC553D6CA2

- организация работы спортивных секций, кружков, клубов, проведение дополнительных уроков физической культуры;
- динамические паузы;
- индивидуальные занятия;
- организация спортивных перемен;
- дни здоровья;
- физкультминутка для учащихся;
- организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.

### 3. Урочная и внеурочная работа:

- открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ;
- открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
- спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол, футбол, легкая атлетика, шашки и шахматы, настольный теннис.



**ПЛАН ДЕЙСТВИЙ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ  
«Здоровый ученик - здоровое будущее страны» на 2022-2025 учебные годы**

| Этапы реализации программы       | Программные мероприятия                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                  | Для педагогов                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Для учащихся                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Для родителей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Первый этап<br/>2022-2023</b> | <p>1.Круглый стол в рамках педагогического совещания «Основы воспитания культуры здоровья школьников в системе работы классного руководителя».</p> <p>2.Взаимопосещаемые открытые уроки «Использование интерактивных методов в работе учителя-предметника при формировании ЗОЖ учащихся».</p> | <p>1. Круглый стол старшеклассников «Здоровый образ жизни - основа нашего будущего»</p> <p>2.Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся.</p> <p>3.Исследование духовно-нравственного здоровья (представляет собой оценку уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников).</p> <p>4.Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности культуры здоровья школьников.</p> | <p>1.Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания учащихся посредством консультаций, информационных писем и буклетов, выступлений на родительских конференциях, родительских собраниях и днях открытых дверей.</p> <p>2.Изучение уровня удовлетворённости и учащихся и родителей организацией физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.</p> <p>3.Работа родительской общественности по надзору за созданием здоровых и безопасных условий учёбы и труда.</p> |

|                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Второй этап<br/>2023-2024</b><br/>Цель:<br/>реализация<br/>программы<br/>деятельност<br/>и, внесение,<br/>по мере<br/>необходимо<br/>сти,<br/>корректив в<br/>ее основные<br/>положения</p>     | <p>1.Обмен<br/>методическими<br/>материалами<br/>«Здоровье - это<br/>сила».<br/>2.Организация<br/>цикла занятий<br/>«Здоровье- это<br/>сила».<br/>3. Профилакти<br/>ческая<br/>тренировка для<br/>педагогов;<br/>занятия в<br/>спортивном зале;<br/>танцевальная<br/>терапия.<br/>Медико-<br/>педагогический<br/>всеобуч «Будьте<br/>здоровы!»</p> | <p>1.Беседы, лекции,<br/>просмотры научно -<br/>популярных<br/>телепрограмм,<br/>видеофильмов.<br/>2.Организация<br/>медицинского<br/>всеобуча.<br/>3. Школьная<br/>спартакиада.<br/>4. Конкурс<br/>«Самый здоровый<br/>класс года».<br/>5. Цикл классных<br/>часов «Как уберечь<br/>себя от беды» (1-4-е<br/>классы).<br/>6. Цикл классных<br/>часов «Здоровые<br/>привычки -<br/>здоровый образ<br/>жизни» (5-7-е<br/>классы).</p> | <p>1.Совместные<br/>занятия детей и<br/>родителей,<br/>участие в играх на<br/>воздухе, походах,<br/>спортивных<br/>соревнованиях.<br/>2.Общешкольные<br/>семейные<br/>спортивные<br/>праздники.<br/>3. Тематические<br/>родительские<br/>собрания «Быть<br/>здоровым - это<br/>модно!».<br/>Медико -<br/>педагогический<br/>всеобуч «Будьте<br/>здоровы</p> |
| <p><b>Третий этап<br/>2024-2025</b><br/>Цель:<br/>обобщение<br/>позитивного<br/>опыта<br/>реализации<br/>концепции<br/>системы<br/>физкультурн<br/>о -<br/>оздоровител<br/>ьной работы<br/>школы.</p> | <p>Педагогический<br/>совет<br/>«Здоровьесберега<br/>ющая<br/>деятельность<br/>школы:<br/>мониторинг<br/>эффективности».</p>                                                                                                                                                                                                                       | <p>1. Анализ<br/>состояния<br/>психического,<br/>нравственного,<br/>физического<br/>здоровья учащихся».<br/>2. Исследование<br/>духовно -<br/>нравственного<br/>здоровья<br/>посредством<br/>изучения уровня<br/>воспитанности и<br/>ценностных<br/>ориентаций<br/>школьников.<br/>3. Изучение<br/>показателей<br/>культуры здоровья<br/>школьников:</p>                                                                             | <p>1.Общешкольное<br/>родительское<br/>собрание<br/>«Результаты<br/>реализации<br/>программы».<br/>2. Размещение<br/>отчетной<br/>информации в<br/>родительские чаты.</p>                                                                                                                                                                                   |

|                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Традиционные мероприятия на всех этапах</b></p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выполнение и соблюдение норм и правил СанПиНов (шум, освещённость, воздушная среда, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи, обследование обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями, рациональное расписание занятий, дозирование домашних заданий).</li> <li>2. Соблюдение динамических пауз на всех уроках в 1-8-х классах.</li> <li>3. Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных и неинфекционных заболеваний среди обучающихся.</li> <li>4. Обеспечение надлежащих психолого - педагогических условий (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и т.п.).</li> <li>5. Организация контроля над координацией питания учеников в школе.</li> <li>6. Профилактика гиподинамии - организация подвижных переменок.</li> </ol> |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Литература:

1. Зимняя И.А. Общая культура и социально-профессиональная компетентность человека. // Высшее образование сегодня. 2015. № 11. С.14-20.
  2. Зимняя И.А. Ключевые компетентности как результативно-целевая основа компетентностного подхода в образовании. М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2014.- 38стр.
  3. Соловьев В.П. Основные подходы к формированию модели системы качества в вузе. // Качество, инновации, образование. 2016. № 3. С.23-31.
  4. Перескокова Т.А. Формирование здорового образа жизни студенческой среде. Научно-техническая конференция «Медико-технические технологии на страже здоровья». Сборник докладов 24 сентября -01 октября 2006 г. , Греция. О. Родос, - М.: МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2006. –С.132.
  - 5.Е.В. Езушина «Азбука правильного питания». Конспекты занятий, дидактические игры, викторины, сказки, исторические справки. Издательство «Учитель». Волгоград 2017г.
  - 6.«Здоровьесберегающие технологии в начальной школе». Методическое пособие. Серия «Воспитательная работа». Издательство «Глобус». Москва. 2010 г.
  - 7.Методические рекомендации по преодолению перегрузки учащихся / Е.А. Менчинская. — М. : Вентана-Граф, 2018. — 112 с. — (Педагогическая мастерская).
  - 8.Наш выбор – здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации/ авт.-сост. Н. Н. Шапцева. – Волгоград: Учитель, 2009. – 184 с.
  - 9.Орехова В. А.Педагогика в вопросах и ответах: учебн. Пособие. – М.: КНОРУС, 2006. С. 147
  - 10.Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2012. – с. 62.
  - 11.Советова Е. В.. Эффективные образовательные технологии. –Ростов н/Дону: Феникс, 2017. – 285 с.
  - 12.Щукина Г.И. «Активизация познавательной деятельности учащихся в учебном процессе». М., Просвещение. – 220 с.
- Программа разработана с использованием Интернет – ресурсов:
- 1.[http://school39.ivedu.ru/index.php?option=com\\_content&view=article&id=165:2010-01-27-15-07-52&catid=94:2010-01-10-17-06-28&Itemid=98](http://school39.ivedu.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=165:2010-01-27-15-07-52&catid=94:2010-01-10-17-06-28&Itemid=98)
  2. <http://festival.1september.ru/articles/503277/>
  3. <http://www.shkolnymir.info/>. О. А. Соколова. Здоровьесберегающие образовательные технологии.

Пронумеровано, прошнуровано  
и скреплено печатью

17 (семнадцать)

листов

Директор МОУ «СШ №8»

В.И. Замирская



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА  
ДЖАНКОЙ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 8", Замирская**  
Валентина Ивановна, Директор

02.11.23 16:50 (MSK)

Сертификат 18CEFA1E36DF4550C8BC9AAC553D6CA2