УТВЕРЖДАЮ:

Директор БМАОУ СОШ № 32

\_\_\_\_\_\_\_\_О.В.Лылова

28.08.2019 г.

**Программа**

**Проведения санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучения и воспитания в сфере охраны здоровья граждан Российской Федерации**

2019 г.

**Пояснительная записка**

1. ***Выбор, основание, актуальность проблемы***

Молодое поколение России переживает сегодня кризисную социально-психологическую ситуацию.

Разрушены прежние устаревшие стереотипы поведения, нормативные и ценностные ориентации. Выработка новых происходит хаотично и бессистемно.

Молодежь утрачивает ощущение смысла происходящего и не имеет определенных жизненных навыков, которые позволили бы сохранить свою индивидуальность и сформировать здоровый и эффективный жизненный стиль.

Важным предназначением школы как социального института является передача не только знаний, жизненного опыта, но также создание здоровьесберегающей среды, как основного компонента качества образования, в которой в полной мере раскрывается личность ребенка, воспитывается культура здорового образа жизни. Быть здоровым – естественное желание человека. Здоровый человек добр, с оптимизмом смотрит на жизнь, он приятен окружающем, дарит радость близким. Он с удовольствием, а значит хорошо работает. При хорошем здоровье легче переносить любые тяготы жизни, при плохом – не радует даже самая благоприятная обстановка.

**Актуальность разработки программы** подтверждается рядомпроблем, которые необходимо решать или регулировать:

насыщенность учебных программ;

интенсификация труда обучающихся;

недостаточно сбалансированное питание учащихся на фоне 100% охвата питания;

необходимость систематического контроля соответствия системы обучения детей гигиеническим нормам;

возможность психологических стрессовых ситуаций по причине снижения экономического благополучия отдельных семей;

отставание материальной базы спортивных залов от современных требований.

Программа адресована административному совету, заместителю директора по воспитательной работе, педагогам, педагогу-организатору,

медицинскому персоналу, родителям, учащимся школы.

1. ***Основные цели, задачи, основополагающие***  ***принципы построения***

***программы***

**Цель программы:**

Обеспечение комплекса условий для удовлетворения потребностей участников образовательного процесса в создании укрепляющей среды для работы и учёбы в стенах школы, обеспечить равновесие между адаптивными возможностями организма и постоянно меняющейся средой, сформировать

разумную систему потребностей, и в первую очередь, потребность в здоровом образе жизни, здоровье рассматривать как основу физического, психологического и социального благополучия.

**Задачи программы:**

чёткое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы;

внедрение современных методов мониторинга здоровья;

гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объёма 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 учётом особенностей состояния их здоровья;

привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;

участие в обобщении опыта, посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме;

формирование у школьников устойчивого интереса к потребности в регулярных занятиях физической культуры и спортом;

реализация системы просветительской работы с учениками по формированию у учащихся культуры отношения к своему здоровью;

укрепление материально-технической базы школы.

**Основополагающие принципы построения программы** Развитие интереса и потребностей к двигательной и познавательной

активности учащихся.

Единство физического и психического развития.

Принцип наглядности.

Принцип целостности человека, его психосоматического, социокультурного единства. При этом приоритетными компонентами деятельности должны выступать самореализация, саморазвитие и творчество, находящиеся в гармонии с двигательной активностью человека.

Принцип непрерывности физического воспитания и образования личности на всех этапах жизнедеятельности.

Принцип дифференцированного подхода к организации мероприятий по развитию физической культуры.

Учёт возрастно-половых особенностей учащихся в содержании учебного материала.

* 1. ***Механизм реализации программы.***

 I этап. Подготовительный.

Разработка программы во всех ее элементах. II этап. Внедренческий.

Обсуждение на педагогическом совете.

Создание и совершенствование нормативно-правовой базы по вопросу.

1. этап. Апробационный.

Предполагается реализация основных мероприятий;

создание системы работы по ЗОЖ;

внедрение передовых здоровьесберегающих технологий;

обобщение опыта.

IV этап. Оценочный.

Педагогический мониторинг эффективности программы;

анализ выполнения программы;

определение перспектив дальнейшей деятельности, постановка новых

задач.

1. ***Прогнозируемая модель личности ученика*** Физически, нравственно, духовно здоровая личность. Образованная, адаптированная к условиям социума.

Осознание необходимости здорового образа жизни и безопасности

жизнедеятельности благополучного существования человека.

Правильная организация своей жизнедеятельности.

Стойкий интерес к познавательной и двигательной деятельности. Устойчивый интерес к регулярным занятиям физическими

упражнениями, спортом.

Потребность в самостоятельной двигательной активности.

Самоконтроль, личностное саморазвитие.

Творческая продуктивность.

1. ***Ожидаемые конечные результаты программы***

Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья учащихся, снижение количества наиболее часто встречающихся в школе заболеваний.

Повышение функциональных возможностей организма учащихся.

Рост уровня физического развития школьников.

Повышение приоритета здорового образа жизни.

Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.

Повышение уровня самостоятельности и активности школьников в двигательной деятельности.

Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья школьников.

Поддержка родителями деятельности гимназии по воспитанию здоровых детей.

1. ***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).

* 1. ***Содержание программы.***

**I. Санитарно-гигиенические мероприятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание работы | Сроки | Ответственные |
|  |  |  |  |
| 1 | Поддержание санитарно-гигиенического | В течение | Лылова О.В.,Редель Е.И.учителя-предметники |
|  | режима в школе (световой и тепловой режим, | года |
|  | проветривание, состояние мебели) |  |
|  |  |  |  |
| 2 | Рациональное расписание уроков, не | Сентябрь, |  Емельянова О.А. |
|  | допускающих перегрузок. Утверждение | январь |  |
|  | расписания учебных, факультативных, |  |  |
|  | индивидуальных, дополнительных занятий, |  |  |
|  | кружков и секций |  |  |
|  |  |  |  |
| 4 | Смотр кабинетов; их соответствие | В течение | Лылова О.В., Редель Е.И. |
|  | требованиям (санитарно-гигиеническим, | года | зав.кабинетами |
|  | эстетическим) |  |  |
|  |  |  |  |
| 5 | Работа школьной психологической службы по | В течение | Психолог |
|  | созданию благоприятных психологических | года |  |
|  | условий обучения, воспитания |  |  |
|  |  |  |  |
| 6 | Педсовет о преемственности между уровнями | Октябрь | Зам. директора по |
|  | начального и среднего образования |  | УВР, |
|  |  |  | психолог |
|  |  |  |  |
| 7 | Совещание при завуче «особенности | Сентябрь | Зам. директора по |
|  | адаптационных периодов 1,5, 10 классов» |  | УВР, психолог |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| 9 | Работа ПМПк | В течение | Замятина И.Н., Кшимовская О.А. |
|  |  | года |
|  |  |  |  |
| 10 | Социальное исследование по изучению | Ноябрь - | Зам.директора по |
|  | уровня информированности подростков по | январь | ВР, психолог |
|  | вопросам профилактики ЗОЖ; сохранению |  |  |
|  | жизни и здоровья детей. |  |  |
|  |  |  |  |
| 11 | Метапредметная связь программы с курсами | В течение | Учителя- |
|  | уроков ОБЖ, биологии, химии, физики, | года | предметники |
|  | физкультуры |  |  |
|  |  |  |  |
| 12 | Организация оздоровительной кампании | Май | Зам.директра по ВР, |
|  | Организация детского оздоровительного | Август |  |
|  | лагеря в школе |  | нач.лагеря |
|  |  |  |  |
| 13 | Организация обучения детей на дому по | В течение | Зам.директора по |
|  | заключению КЭК | года | УР |
|  |  |  |  |
| 14. | Организация обучения и воспитания с детьми | В течение | Зам.директора поУР, Психолог, логопед,  |
|  | с ОВЗ и инвалидами | года. |
|  |  |  |  |

начальных классов,

1. **Профилактические мероприятия**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Содержание работы |  | Сроки | Ответственные |
| № |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 1 | Медосмотр учащихся 1, 4, 9, 11 классов | По | Ежова Н.В. |
|  |  | графику |  |
|  |  |  |  |  |
| 2 | Медосмотр юношей призывного возраста | Январь- | Ежова Н.В. |
|  |  | февраль |  |
|  |  |  |  |  |
| 3 | Состояние здоровья обучающихся. | Сентябрь | Ежова Н.В. |
|  | Заполнение листа здоровья в классном |  |  |  |
|  | журнале. |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 4 | Проведение профилактических прививок | В течение | Ежова Н.В. |
|  |  | года |  |
|  |  |  |  |  |
| 5 | Профилактическая работа во время эпидемий | В течение | Ежова Н.В. |
|  |  | года |  |
|  |  |  |  |  |
| 6 | Организация горячего питания | В течение | Администрация |
|  |  | года | школы, завхоз |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 7 | Оздоровительная работа с детьми в летний | Май - | Зам.директора по ВР |
|  | период | август |  |
|  |  |  |  |  |
| 8 | Организация мероприятий в рамках | 7 апреля | Зам.директора по ВР, |
|  | Всероссийского дня здоровья детей |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 9 | Организация работы по ПДД: | В течение | Зам.директора по ВР, |
|  | -тематическое планирование занятий по ПДД | года | организатор ОБЖ, |
|  | в 1-11 классах; |  |  | Зайкова М.Г. |
|  | - проведение занятий по ПДД в 1-11 классах; |  |  |
|  | - работа отряда ЮИД |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 10 | Психологическое сопровождение ИА |  | В | Психолог |
|  |  |  | течение |  |
|  |  |  | года |  |
|  |  |  |  |  |
| 11 | Дополнительные каникулы в 1-х классах |  | Февраль | Зам.директора по |
|  |  |  |  | УВР |
|  |  |  |  |  |
| 12 | Организация физкультминуток на уроках |  | В | учителя-предметники |
|  |  |  | течение |  |
|  |  |  | года |  |
|  |  |  |  |  |
| 13 | Организация подвижных игр с учащимися 1-5 |  | В | Уч.нач классов |
|  | классов во время перемен |  | течение |  |
|  |  |  | года |  |
|  |  |  |  |  |
|  | Снятие психоэмоционального напряжения |  | В | Психолог |
| 14 |  |  | течение |  |
|  |  |  | года |  |
|  |  |  |  |  |

1. **Физкультурно - массовая оздоровительная работа**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Содержание работы | Сроки | Ответственные |
| № |  |  |  |
|  |  |  |  |
| 1 | Анализ занятости обучающихся физкультурой | Сентябрь | Ежова Н.В., |
|  | и спортом: | Январь | Классные |
|  | - определение группы здоровья; | Май | руководители |
|  | - занятость в спортивных секциях |  |  |
|  |  |  |  |
| 2 | Работа спортивных секций | В | Учителя физкультуры |
|  |  | течение |  |
|  |  | года |  |
|  |  |  |  |
| 3 | Спортивные турниры по графику (шахматы, | В | Учителя физкультуры |
|  | настольный теннис, баскетбол, волейбол, | течение |  |
|  | мини-футбол) | года |  |
|  |  |  |  |
| 4 | День здоровья | Сентябрь | Преснякова М.С. |
|  |  |  |  |
| 5 | Неделя легкой атлетики | Ноябрь | учителя физкультуры |
|  |  |  |  |
| 6 | Спортивные эстафеты 2-11 класс | Октябрь | Зам.директора по ВР, |
|  | - «Веселые старты» (1-4 классы, учителя, |  | учителя физкультуры |
|  | родители) |  |  |
|  |  |  |  |
| 7 | Лыжные гонки 2-11 класс | Январь | Учителя-предметники |
|  |  |  |  |
|  |  |  | Учителя физкультуры |
|  |  |  |  |
| 8 | Организация походов и экскурсий | В | Классные |
|  |  | течение | руководители |
|  |  | года |  |
|  |  |  |  |

**IV. Гигиеническое, санитарно-просветительное воспитание**

**обучающихся, родителей**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Содержание работы | Сроки | Ответственные |
|  |  |  |  |
| 1 | Родительский всеобуч родителей по | В | Кл. рук.1-11 классов, |
|  | профилактике ЗОЖ по плану | течение | психолог, зам. по ВП. |
|  |  | года |  |
|  |  |  |  |
| 2 | Работа выставки книг, периодической печати | В | Долгих О.В. |
|  | по ЗОЖ, профилактике ПАВ | течение |
|  |  | года |  |
|  |  |  |
| 3 | Психолого-педагогическое консультирование | Сентябрь Психолог |
|  | учителей и родителей первоклассников по |  |  |
|  | адаптации в учебной среде |  |  |
|  |  |  |
| 4 | Оформление информационных стендов: | Сентябрь Песнякова М.С. |
|  | - расписание уроков, индивидуальных, |  |  |
|  | факультативных занятий, кружков; |  | Зайкова М.Г. |

* Уголка здоровья;
* Уголка ТБ, ПДД, ППБ;

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | - «Школы безопасности» |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 5 | Размещение информации по ЗОЖ для |  | 1 раз в | Администрация |
|  | обучающихся и родителей на сайте школы |  | четверть |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | Родительские собрания: |  |  |  | 1 раз в | Зам. директора по ВР, |
|  | 1. Возрастные особенности учащихся. |  | четверть | кл. руководители, |
|  | 2. Адаптация первоклассников, |  |  |  | психолог |
|  | пятиклассников. |  |  |  |  |  |
|  | 4. Методы психического и физического |  |  |  |
|  | давления на детей: мера ответственности |  |  |  |
|  | взрослых. |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 5. Ознакомление родителей с приказом по |  |  |  |
|  | школе «Об организации летней |  |  |  |  |
|  | оздоровительной кампании». Опасности лета: |  |  |  |
|  | как предотвратить летние травмы |  |  |  |
|  | 6 Пропаганда здорового образа жизни |  |  |  |
|  | 7. Основы профилактики. Основные понятия. |  |  |  |
|  | 8. Формирование зависимости. |  |  |  |  |
|  | 9. Секреты манипуляции. |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 7 | Круглый стол. Ознакомление родителей с |  | Декабрь | Психолог |
|  | результатами социально-психологического |  | - январь |  |
|  | исследования. |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 8 | Изучение условий воспитания и содержания |  | В | Кл. руководители |
|  | обучающихся школы, соблюдение режима дня. | течение | инспектор ПДН, |
|  |  |  |  |  |  |  | года | Зам. директора по ВР |
|  |  |  |  |
| 9 | Психологическое консультирование родителей | В | Психолог |
|  | по вопросам сохранения психического |  | течение |  |
|  | здоровья |  |  |  |  |  | года |  |
|  |  |  |  |  |
| 10 | Социально-психологическое | тестирование, | Ноябрь | Зам.директора по ВР |
|  | направленное | на | раннее | выявление |  |  |
|  | незаконного | потребления | наркотических |  |  |
|  | средств | и | психотропных | веществ | и |  |  |
|  | определения группы риска. |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 11 | Инструктаж кл. руководителей, учащихся по |  | В | Зам.директора по ВР |
|  | ТБ, ПДД, ППБ, о мерах безопасности |  | течение | кл.руководители |
|  | обучающихся на улицах, дома, водоемах. |  | года |  |
|  |  |  |  |  |
| 12 | Оказание помощи по защите прав |  | В | Зам.директора по ВР, социальный педагог |
|  | обучающихся, оказавшихся в трудной |  | течение |  |
|  | жизненной ситуации |  |  |  | года |  |
|  |  |  |  |  |
| 13 | Санитарно-просветительская работа |  | В | Ежова Н.В. |
|  |  |  |  |  |  |  | течение |  |
|  |  |  |  |  |  |  | года |  |