

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
протокол №1 от 29.08.2018г



**Программа по здоровьесбережению
для обучающихся 1-11-х классов
«ШКОЛА – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»**

Разработчик программы: Качанова
Елена Александровна
зам.директора по УВР.

г.о.Тольятти
2018г

1. Пояснительная записка.

Проблемы здоровья населения России, и в частности здоровья подрастающего поколения, являются причиной для беспокойства как государственных организаций, так и общества, самих граждан. Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Предметом острой общественной тревоги стало отмечающееся в последнее время резкое ухудшение физического здоровья детей. Не случайно в Проекте Концепции развития образования до 2020г «Наша новая школа» Перспективы развития общего образования связываются с обеспечением здоровья каждого участника образовательной деятельности, индивидуального подхода к обучающимся; учета специфики развития детей с ограниченными возможностями здоровья; создания стимулов для здорового образа жизни.

Неоспоримо, что одной из основных задач школы – подготовить ребенка, подростка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимое образование. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог, просто взрослый, ответственный человек бесстрастно относиться к неблагоприятному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессивному ухудшению? Одним из ответов на этот, во многом риторический вопрос и стала востребованность учителями и руководителями образовательных учреждений здоровьесберегающих образовательных технологий.

Перспективной формой реализации задач охраны и укрепления здоровья школьников на нынешнем социально-экономическом этапе стала Федеральная целевая комплексная программа «Образование и здоровье», реализуемая в рамках нового этапа реформы образования в России. Механизмом реализации программы являются региональные целевые программы «Образование и здоровье», разрабатываемые совместно органами образования, здравоохранения и социальной защиты с учетом специфики региона, его потребностей, интеллектуального, финансового, информационного и кадрового потенциала. Разработанная нами программа является деятельным связующим звеном, соединяющим адресата программы «Образование и здоровья» - учащихся школы с непосредственными исполнителями государственными структурами, отвечающими за реализацию данного национального проекта.

Понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» (ЗОТ) появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет и до сих пор воспринимается многими педагогами как аналог санитарно-гигиенических норм и мероприятий. Так, К.В. Дубов (2002) определяет их как «полноценное медицинское обеспечение работы школы». А.Н. Акимова (2002) включает в это понятие, гигиенически правильно составленное расписание занятий, своевременное проведение прививок и профилактику «школьных заболеваний». Некоторые ученые (Э.Н. Вайнер, 2001, К.К. Хрюндель, 2002 и др.) относят к здоровьесберегающим технологиям систему Л. Занкова, методику НЛП (нейролингвистического программирования) и даже дианетику. Такие безответственные утверждения свидетельствуют об искаженном понимании термина «здоровьесберегающие образовательные технологии», примитивных представлениях о содержании работы, которую должна проводить школа для осуществления своей важнейшей задачи – сохранения и укрепления здоровья учащихся. В свете этого была разработана Федеральная междисциплинарная программа «Здоровье» для средних общеобразовательных учреждений (Касаткин В.Н., д.м.н). Программа «Здоровье»

одобрена Министерством образования РФ, Министерством здравоохранения РФ, Российской академией образования, Российской академией медицинских наук.

В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. По данным Института возрастной физиологии, около 20% детей, приходящих в школу, имеют нарушения психического здоровья пограничного характера, но уже к концу 1 класса число этих детей превышает 60%. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом, наиболее значительное увеличение частоты болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением общего среднего образования и связаны напрямую с неполноценным и нерациональным питанием. По данным Института возрастной физиологии РАО, нерациональное питание порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста. Неполноценное питание школьников не дает возможности растущему организму справляться с ежедневными нагрузками, приводя к поломке механизмов саморегуляции физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней. В результате, существующая система школьного образования имеет энергозатратный и здоровьезатратный характер.

Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. А здоровье ребенка начинается с его физиологического состояния, основой которого является правильное рациональное питание. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы "Школа - территория здоровья" мы определили заботу о сохранении здоровья школьников. Реализация программы "Школа - территория здоровья" позволяет создать необходимые условия, направленные на укрепление здоровья и привитие навыков здорового образа жизни, сохранение здоровья физического, психического и духовного. Обеспечить обучающимся возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать необходимые социальные установки, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. В основу разработки программы "Школа - территория здоровья" положены возрастные особенности обучающихся, их физическое развитие с учетом индивидуальных особенностей школьников.

Программа "Школа - территория здоровья" Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения городского округа Тольятти «Школа №79» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»; Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- СанПиН 2.4.2.1178-02к «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса»;

- Рекомендации по организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы «Письмо МО РФ №408/13-13 от 20.04.2001»;
- Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ №202/11-13 от 25.09.2000);
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ №220/11-13 от 20.02.1999);
- Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ №199/13 от 28.03.2002);
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования; Конвенцию ООН о Правах ребёнка;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» № 373 от 6 октября 2009 г.;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.11.2010 №1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009 года № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.09.2011 №2357 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009 года № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности России;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2011г.№03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Основная общеобразовательная программа НОО и ООО;
- План внеурочной деятельности МБУ «Школа № 79».

Цель: обеспечить системный подход к созданию здоровьесберегающей среды по средствам формирования личностных ориентиров обучающихся, норм поведения с учетом познавательного и эмоционального развития школьников.

Задачи программы:

1. Сформировать социальные установки и паттерны поведения, направленные на здоровый образ жизни: правило личной гигиены; здоровое питание; двигательная активность; своевременное посещение врача и тд.;
2. Развивать социально активную позицию в участии физкультурно-спортивного и оздоровительного направления;
3. Организовать просветительскую работу с учителями в вопросах сохранения здоровья школьников;

- 4.
5. Организовать просветительскую работу с родителями в вопросах сохранения здоровья детей.

Цель в работе с обучающимися:

1) Формировать личность школьника, способную самостоятельно развивать себя духовно и физически в течение всей жизни:

- обучать жизненно важным умениям и навыкам;
- развивать двигательные качества;
- обеспечивать обретение знаний в области физической культуры и спорта;
- формировать умения контролировать и корректировать изменения своего физического состояния.

2) Придать занятиям физическими упражнениями оздоровительно-профилактическую направленность, проработав специальные программы для разных категорий обучающихся, детально проработать программы для:

- детей с ослабленным здоровьем, с отставанием в физическом развитии;
- освобожденных от уроков физической культуры на учебный год;
- обучающихся специальной медицинской группы;
- обучающихся, демонстрирующих значительные успехи в спорте.

Цель в работе с педагогическим коллективом:

1) Морально и материально стимулировать учителей, которые успешно ведут физкультурно-оздоровительную работу с обучающимися и сами ведут здоровый образ жизни (отсутствие больничных листов в течение учебного года). Организуя и оценивая работу преподавателей физической культуры, особое внимание уделить:

- эффективности уроков физической культуры ;
- приросту физической подготовленности обучающихся (по тестам, нормативам) за разные отрезки времени - четверть, полугодие, год;
- охват обучающихся внеклассной и внешкольной массово-оздоровительной работой;
- педагогической активности учителя (участие в педсоветах школы, изучению и пропаганде опыта работы и т.д.);
- организации спортивной и туристической работы с обучающимися. Созданию спортивного клуба школы.

2) Организовать в течение учебного года серию профессиональных занятий (семинар, конференция, круглый стол и т.д.) по теме “Физическая культура учителя как часть его общепедагогической культуры”.

3) Подготовить и провести физкультурно-оздоровительные мероприятия для педагогического коллектива.

4) Систематически проводить консультации для учителей по вопросам здорового образа жизни и физического воспитания детей. Включить такие консультации в каникулярные совещания методических объединений.

Цель в работе с родителями:

1) Достичь сотрудничества педагогического коллектива, учеников и родителей в организации здорового образа жизни детей через:

- личный пример родителей и учителей в пропаганде здорового образа жизни;
- совместные занятия детей и родителей, участие в играх на воздухе, походах, спортивных соревнованиях, организуемых в школе;
- выступления учителей физкультуры на родительских собраниях с тематическими сообщениями: “Если хочешь быть здоров...”, “Я здоровье берегу, сам себе я помогу” и т. п.;
- консультирование (по специальному расписанию) родителей по вопросам здоровья детей, их физического развития, соблюдения оптимального двигательного режима;
- приглашение родителей на уроки физической культуры, оздоровительные мероприятия и соревнования;
- разработку индивидуальных заданий (рекомендаций) для родителей по оздоровлению их детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья;
- активное использование возможностей школьных информационных ресурсов: стендов, информационных материалов и статей, посвященных укреплению здоровья и пропаганде здорового образа жизни

Участники программы:

- Учащиеся
- Родители
- Классные руководители
- Фельдшер, закрепленный за школой.
- школьная столовая ЗАО КШП «Дружба»
- ГБУЗ ЗСО ТГК П№4 АПК 4 ДШО
- МЧС
- ГИБДД

1.2. Данная программа строится на принципах:

- Научности: в основе которых содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников.
- Доступности: которых определяет содержание программы в соответствии с возрастными особенностями младших школьников.
- Системности: определяющий взаимосвязь и целостность содержания, форм и принципов программы.

1. Принцип не нанесения вреда. «N0 посеге!» - одинаково первостепенно и для медиков, и для учителей, и для родителей.

2. Принцип приоритета действенной заботы о здоровье учащихся и педагогов. Все происходящее в школе - от разработки планов и программ до проверки их выполнения (включая проведение уроков, перемен, организацию внеурочной деятельности учащихся, подготовку педагогических кадров, работу с родителями и т.д.) - должно оцениваться с позиции влияния на психофизиологическое состояние и здоровье учащихся и учителей. Реализация этого принципа невозможна без проведения мониторинга здоровья учащихся.

3. Принцип триединого представления о здоровье. Необходимо подходить к категории здоровья в соответствии с определением Всемирной организации здра-

воохранения, т.е. имея в виду неразрывное единство здоровья физического, психологического и духовно-нравственного.

4. Принцип непрерывности и преемственности. Определяет необходимость проводить здоровьесберегающую работу в школе не от случая к случаю, а каждый день, на каждом уроке. Причем обязательен учет того, что уже было сделано ранее как в рамках организационных мероприятий, так и в учебно-воспитательной работе непосредственно.

5. Принцип субъект-субъектного взаимоотношения с учащимися. Задача школьника состоит в обретении компетенций грамотной заботы о своем здоровье. Задача учителя - максимально содействовать ему в этом стремлении. Одна из граней реализации этого принципа - необходимость индивидуального подхода к учащемуся.

6. Принцип комплексности и междисциплинарности. Только тесное, согласованное воздействие педагогов, психолога и врачей является условием достижения намеченных результатов.

7. Принцип медико-психологической компетентности учителя. Является развитием предыдущего принципа и определяет высокие требования к уровню педагогической и медико-валеологической грамотности и соответствующей перестройке сознания, ценностных ориентации у педагогов. Эффективно работающий педагог - это всегда и хороший психолог.

8. Принцип приоритета позитивных воздействий (подкреплений) над негативными (запретами, порицаниями). Один из важнейших общепедагогических постулатов и одно из важнейших условий здоровьесберегающей педагогики.

9. Принцип приоритета активных методов обучения. Эти методы результативны не только в контексте образовательного процесса, но и с точки зрения здоровьесбережения. Эффект достигается, во-первых, за счет снижения риска появления у школьников переутомления; во-вторых, за счет несравненно более гармоничного развития личности в условиях активного включения в процесс постижения таинств жизни, именуемый образовательным.

10. Принцип сочетания охранительной и тренирующей стратегии. Стимулировать процесс развития личности, формирования, укрепления здоровья, накопления адаптационных ресурсов организма на таком уровне напряжения сил в возможностях, при котором проявление заботы о перспективах развития и жизнедеятельности организма не вступает в противоречие с заботой об актуальном состоянии и здоровье человека.

11. Принцип формирования ответственности учащихся за свое здоровье Отсутствие у ребёнка, подростка чувства такой ответственности, по сути, сводит на нет все усилия по формированию культуры здоровья, так как не обеспечивает необходимых педагогических предпосылок для реализации знаний, умений, навыков: в ситуации, требующей принятия решений, связанных со здоровьем.

12. Принцип отсроченного результата. Личностные изменения, определяющие систему отношений и рисунок поведения человека, формируются длительно и доступно. Поэтому на старте работы, направленной на сохранение и укрепление здоровья школьников, необходимо запастись терпением при отсутствии видимых результатов в первые недели и месяцы ожидания изменений.

13. Принцип контроля за результатами. Принцип основан на получении обратной связи. Должен быть реализован как в работе всей школы (проведение диагностики и мониторинга здоровья), так и в работе каждого учителя. Важно, как ученик усвоил, интересно ли ему это, какие мысли и чувства возникают у него в связи с

получением новой информации и т.д.

1.3.Программа "Школа - территория здоровья" реализуется через организационную деятельность:

- санитарно - гигиеническую работу по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организацию горячего питания обучающихся;
- проведение совместных мероприятий с родителями и детьми;
- организацию и проведение классных мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и т.д.) в рамках программы;
- организацию и проведение профилактической работы с родителями;
- организацию и проведение исследований уровня физического и психофизического здоровья обучающихся;
- проведение физкультурминуток, утренней зарядки, организация игр на переменах.

1.4.Планируемые результаты.

Предполагаемый результат:

В результате усвоения программы обучающиеся должны уметь:

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня, соблюдать правила рационального питания, режим питания;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье.

Обучающиеся должны знать:

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- причины некоторых заболеваний;
- причины возникновения травм и правила оказания первой помощи; виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
- основные формы физических занятий и виды физических упражнений.

Прогнозируемый результат

1. Улучшение состояния физического и психического здоровья обучающихся, его коррекция, уменьшение заболеваемости;
2. Создание представления об индивидуальной карте обучающегося, с разработкой индивидуального маршрута здоровья;
3. Повышение мотивации обучающихся к здоровому образу жизни;
4. Повышение уровня физической подготовленности обучающихся;
5. Развитие навыков общения в коллективе на базе спортивных мероприятий, формирование командного духа;
6. Положительная динамика состояния здоровья учащихся, снижение заболеваемости;
7. Снижение утомляемости обучающихся.

Личностными результатами программы является формирование следующих умений:

- Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД)

Регулятивные УУД

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий на занятии.
- Учить высказывать свое предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД

- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебных пособиях, словарях, энциклопедиях
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания из различных источников, ориентированные на линии развития средствами предмета.

Коммуникативные УУД

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Предметными результатами является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД)

- объяснять роль основных органов и систем органов в организме человека;

- применять знания о своём организме в жизни (для составления режима дня, правил поведения, питания т.д.);
- оценивать, что полезно для здоровья, а что вредно;
- доказывать необходимость бережного отношения к живым организмам
- по поведению людей узнавать, какие они испытывают эмоции (переживания)

1.5. Критерии оценки эффективности программы «Школа – территория здоровья»

1. Результаты проведения мониторинга здоровья учащихся.
2. Желание учащихся посещать школу.
3. Объем дневной учебной нагрузки на учащихся.
4. Наличие курящих школьников.
5. Гигиеническое состояние школьных туалетов, состояние сантехники.
6. Содержание уроков физкультуры и эмоциональная атмосфера на них.
7. Жизнь в школе после окончания уроков.
8. Активность и заинтересованность школьников в участии в мероприятиях, связанных с тематикой здоровья.
9. Психологический климат в педагогическом коллективе.
10. Эмоциональное состояние и вид учеников после уроков.
11. Характер взаимоотношений учащихся с учителями и друг с другом.
12. Отношение к школе большинства родителей учащихся.
13. Участие в деятельности общеобразовательного учреждения по вопросам укрепления здоровья подрастающего поколения общественности села, работников культуры, медицины, правоохранительных органов.
14. Эффективность работы социально-психологической службы, организаций.

2. Этапы работы над программой

I этап - *Информационно - подготовительный* январь – май учебного года.

Цели:

- выявление проблемы и обоснование актуальности программы;
- подготовка диагностик, материалов;
- разработка программ (или проектов) по здоровьесберегающей педагогике.

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 программ (проектов).
- изменение содержания воспитательно-образовательного процесса.

Ответственные:

Администрация школы, рабочая группа (учителя физической культуры, классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог).

II этап – *Основной (практический)* сентябрь–февраль учебного года.

Цель:

• реализация разработанной здоровьесберегающей воспитательно-образовательной деятельности.

Задачи:

• разработка программ кружков, воспитательных систем классов по направлению «здорового образа жизни», внедрение в практику работы педагогов здоровьесберегающих технологий;

• профилактическая работа по предупреждению заболеваний;

• обеспечение качественного и рационального питания школьников и учителей;

• организация сотрудничества семьи и школы;

• повышение психолого-педагогической компетентности педагогического коллектива,

• разработка программ «обучение здоровью» для учителей, родителей, обучающихся;

• 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.

Ответственные:

Администрация школы, рабочая группа (учителя физической культуры, классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог), учителя предметники, родители.

III этап - *Аналитический* март – май учебного года.

Цель:

• анализ результатов эксперимента.

Задачи:

• обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов эксперимента с поставленной целью;

• корректировка исследования описание хода и результатов эксперимента;

• оформление новых (авторских) программ, технологий и курсов.

• оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности.

Ответственные:

Администрация, творческая группа, учителя предметники, родители.

2.1. Направления деятельности школы по сохранению и развитию здоровья.

Просветительская, учебно-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование здорового и безопасного образа жизни, включает:

–внедрение в систему работы образовательной организации образовательных курсов, которые направлены на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни и могут реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс;

- лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья обучающихся, профилактике вредных привычек;
- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на экологическое просвещение, пропаганду здорового образа жизни.

Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников образовательной организации и повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает:

- проведение соответствующих лекций, консультаций, семинаров, круглых столов, родительских собраний, педагогических советов по данной проблеме;
- приобретение для педагогов необходимой научно-методической литературы;
- привлечение педагогов, медицинских работников, психологов и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению природоохранных, оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

Создание экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры образовательной организации включает:

- соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательной организации экологическим требованиям, санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся;
- оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.

Ответственность и контроль за реализацию этого направления возлагаются на администрацию образовательной организации.

Организация учебной и внеурочной деятельности обучающихся, направленная на повышение эффективности учебного процесса, при чередовании обучения и отдыха включает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обучения;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);
- введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудио-визуальных средств;
- индивидуализацию обучения, учёт индивидуальных особенностей развития обучающихся: темпа развития и темпа деятельности, обучение по индивидуальным образовательным траекториям;
- ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и с детьми с ОВЗ.

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности каждого педагога. Наиболее эффективный путь формирования ценности здоровья, здорового образа жизни – самостоятельная работа обучающихся, направляемая организуемая взрослыми: учителями, воспитателями, психологами, взрослыми в семье. Самостоятельная работа способствует активной и успешной социализации школьника, развивает способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены.

Организация физкультурно-спортивно -оздоровительной работы, направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима, нормального физического развития и двигательной подготовленности, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- рациональную организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера;
- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад).

Реализация дополнительных образовательных курсов, направленных на повышение уровня знаний и практических умений, обучающихся в области экологической культуры и охраны здоровья, предусматривает:

- внедрение в систему работы дополнительных образовательных курсов, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебную деятельность;
- организацию кружков, секций, факультативов по избранной тематике;
- проведение тематических дней здоровья, интеллектуальных соревнований, конкурсов, праздников и т. п.

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности всех педагогов.

Преподавание дополнительных образовательных курсов, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, предусматривает разные формы организации занятий: интеграцию в базовые образовательные дисциплины, факультативные занятия, занятия в кружках, проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий, организацию тематических дней здоровья.

Работа с родителями (законными представителями) включает:

- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей, и т. п.;
- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.

Наиболее эффективным путём формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся является направляемая и организуемая взрослыми самостоятельная работа школьников, способствующая активной и успешной социализации ребёнка в образовательной организации, развивающая способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены.

Однако только знание основ здорового образа жизни не обеспечивает и не гарантирует их использования, если это не становится необходимым условием ежедневной жизни ребёнка в семье и учреждение осуществляющим образовательную деятельность.

При выборе стратегии реализации настоящей программы учитывались психологические и психофизиологические характеристики детей, опираться на зону актуального развития. Необходимо исходить из того, что формирование культуры здорового и безопасного образа жизни — необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы образовательной организации, требующий соответствующей экологически безопасной, здоровьесберегающей организации всей жизни учреждения осуществляющего образовательную деятельность, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-спортивно-оздоровительной работы, организации рационального питания.

Совершенствование нормативно- правовых условий, сохранение и развитие здоровья учащихся.

№ п/п	Наименование содержания	Сроки	Ответственные
1	Анализ состояния здоровья учащихся. Оформление отчета о состоянии здоровья учащихся в школе. Обновление банка данных о заболеваемости учеников.	В течение года	Зам. директора по УВР .
2	Утверждение режима питания.	Сентябрь	Зам. директора по УВР
3	Составление социологических карт по классам	Сентябрь	Зам директора по ВР, классные руководители
4.	Составление индивидуальных учебных планов для учащихся, обучающихся на дому.	В течение года	Учителя-предметники
5	Диспансеризация учащихся	В течение года	Медицинская сестра, врачи поликлиники
6	Учет посещаемости	Постоянно	Кл. руководители.
7	Оформление листков здоровья в классных журналах	Сентябрь	Кл. руководители, мед. работник.
8	Организация внеурочной деятельности спортивного направления	Сентябрь	Зам. директора, учителя физической культуры.
9	Организация занятий с будущими первоклассниками	В течение года	Зам. директора
10	Обеспечение учащихся горячим питанием	В течение года	Зам. директора
11	Физическое воспитание	В течение года	Учителя физической культуры, кл. руководители.
12	Проведение подвижных перемен.	В течение года	Учителя начальных классов
13	Проведение инструктажей по ТБ, ПБ, ПДД.	В течение года	Директор, зам.

			директора, кл. руководители.
15	Проведение классных часов в соответствии с комплексной программой «Здоровье»	В течение года	Кл. руководители
16	Родительские лектории «Как сберечь здоровье школьника».	2 раза в год	Зам. директора, кл. руководители
17	Консультации для родителей	В течение года	Зам. директора, кл. руководители, мед. работник.
18	Неделя ЗОЖ	Декабрь	учителя биологии, физической культуры, кл. руководители
19	Медосмотр педагогов	В течение года	Зам. директора
20	Озеленение	В течение года	Зам. директора по АХР, кл. руководители
21	Дни здоровья	1 в триместр	Зам. директора
22	Организация летней оздоровительной площадки	Май, июнь	Зам. директора, начальник лагеря.
23	Профилактические прививки	По графику	Мед. сестра
24	Профилактика близорукости, сколиоза, соблюдение режима проветривания	Постоянно	Учителя
25	Организация встреч с мед работниками, работниками общественного питания, психологами.	В течение года	Зам. директора
26	Создания уголка здоровья	Сентябрь	Кл. руководители
27	Конкурсы	В течение года	Зам. директора, учителя биологии, кл. руководители.
28	Организация учебных занятий с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье учащихся	В течение года	Учителя

Создание комплекса управленческих условий.

№ п/п	Наименование содержания	Сроки	Ответственные
1	Организация оздоровительных режимных моментов в организации занятий в первой половине дня (зарядка, физкультминутки, подвижные перемены)	Ежедневно	Зам. директора
2	Организация учебных занятий с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье учащихся Неподвижная поза, отсутствие живых чувственных ощущений, преобладание словесно- информационного принципа учебного процесса	Ежедневно	Зам. директора
3	Составление расписания уроков, предусматривающее чередование	Сентябрь	Заместители директора по УВР

	предметов с высоким баллом по шкале трудности с предметами, которые позволяют частичную релаксацию учащихся.		
4	Своевременное информирование субъектов образовательного процесса о состоянии здоровья учащихся и условиях, способствующих сохранению и развитию здоровья.	1 раз в полугодие	Директор, зам. директора, медсестра.
5	Мониторинг состояния здоровья	1 раз в год	Медсестра
6	Мониторинг физического развития	2 раза в год	Учителя физической культуры,
7	Анализ состояния здоровья вновь поступивших.	В течение года	Медсестра
8	Проведение общешкольных родительских собраний по актуализации ценности здоровья	1 раз в год	Директор, зам. директора, кл. руководителя.
9	Проведение проблемных семинаров	1 раз в год	Зам. директора.
10	Проведение обучающих семинаров	В течение года	Зам директора
11	Формирование программ мониторинга, направленных на изучение реализации принципов диалогизации, проблематизации, индивидуализации.	В течение года	Зам. директора
12	Поддержание надлежащих санитарно-гигиенических условий.	В течение года	Директор, зам директора по АХР
13	Организация дежурства по школе	Сентябрь	Зам директора по ВР
14	Издание приказов	В течение года	Директор
15	Составление графика работы тех. персонала.	Сентябрь	Зам директора по АХР
16	Соблюдение воздушного и светового режима	Постоянно	Зам директора по АХР
17	Обеспечение готовности школьных помещений	Постоянно	Зам директора по АХР
18	Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности	Постоянно	Зам директора по АХР
19	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Зам директора по АХР, учителя физической культуры
20	Организация ремонта	Летний период	Зам директора по АХР
21	Регулярное проведение учебных пожарных тревог	По графику	Директор, зам. директора.
22	Приобретение оборудования, средств.	Постоянно	Зам директора по АХР
23	Приобретение мед. аптечки	Сентябрь	Зам директора по АХР

Формирование информационно- экспертных условий с целью обеспечения эффективности управления образовательной деятельностью по сохранению здоровья учащихся.

№п/п	Наименование содержания	Сроки	Ответственные
1	Развитие системы информирования субъектов образовательного процесса по вопросам сохранения и развития здоровья.	В течение года	Директор, заместитель директора.
2	С целью контроля сохранения и развития здоровья учащихся: 1. организация исследований, опросов, анкетирования; 2. анализ способов и форм доведения информации до родителей; 3. анализ использования информационного обеспечения для создания	В течение года	Зам. директора,

	здоровьесберегающих условий; 4. анализ качества педагогических условий, обеспечивающих сохранение и укрепление психофизического здоровья.		
--	--	--	--

Основные направления и мероприятия деятельности программы.

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
1. Медицинское направление.				
	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; -выявление воспитанников специальной медицинской группы; -ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.	Врач школы	ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2.	Проведение диспансеризации обучающихся школы.	Медсестра Врачи	ежегодно	Заключение врача
1.3.	Проведение медицинского осмотра обучающихся 9-х,11-х классов.	подростковый врач	ежегодно	план медосмотров
1.4.	Медосмотр обучающихся школы, определение уровня физического здоровья.	Врач школы, медсестра	ежегодно	план медосмотров
1.5.	Обеспечение и организация профилактических прививок воспитанников.	Врач школы, медсестра	ежегодно	план прививок
1.6.	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах.	Медсестра, классный руководитель	ежегодно	классные журналы
1.7.	Анализ случаев травматизма в школе.	Директор	ежегодно	материалы отчетов
1.8.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководители	ежегодно	материалы отчетов
1.9.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Медсестра	ежедневно в течение года	
1.10.	Осмотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: • освещение; • отопление • вентиляция • уборка • проветривание.	Зам. директора по АХЧ, медсестра, учителя	ежедневно в течение года	
1.11.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	Заместитель директора по УВР, педиатр	ежегодно	
1.12.	Постоянный контроль за школьной столовой.	Зам.директор школы, медсестра, ответственный за организацию горячего питания	ежедневно в течение года	
2. Просветительское направление				
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	Заместитель директора	ежегодно	тематика лектория (запрос родителей)
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	Заместитель директора	на учебный год	тематика лектория

				(запрос родителей)
2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	Администрация школы	ежегодно	план работы
2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	Администрация школы	ежегодно	план работы
2.5.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Создание здоровьесберегающего пространства в условиях образовательной деятельности»	Заместители директора	на учебный год	протокол педсовета
2.6.	Организация просветительской работы с воспитанниками (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ).	Заместитель директора по ВР, классные руководители	ежегодно	план работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	Заместитель директора	ежегодно	план работы
2.8.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры, общественности	учителя-предметники	в течение года	планы уроков

3. Психолого-педагогическое направление.

3.1.	Организация работы кабинета психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса.	Администрация школы	ежегодно	план работы
3.2.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других показателей воспитанников по экспериментальным программам: – определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение умственного развития воспитанников с целью возможности продолжения обучения в профильных классах; - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе; - выявление профессиональных интересов воспитанников и способностей с целью профессионального самоопределения; - разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией воспитанников к различным формам обучения.	Врач школы, классные руководители, психолог	ежегодно	диагностические исследования
3.3.	Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся.	Социальный педагог, психолог школы	ежегодно	план работы социального педагога, психолога
3.4.	Конференция по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения»	Заместитель директора	на учебный год.	материалы конференции
3.5.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	Учителя-предметники	ежегодно	планы уроков

4. Здоровое питание и спортивно-оздоровительное направление.

4.1.	Организацию спортивных мероприятий. Проведение Дней здоровья.	Учителя физической культуры, администрация	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни воспитанников.	Заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы кружков и секций
4.3.	Привлечение воспитанников, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	Заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы
4.4.	Школьная научно- практическая конференция «Качество жизни – Здоровье»	Заместитель директора по УВР	ежегодно	
5.Диагностическое направление				
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	Председатель МС	ежегодно	результаты мониторинга
5.2.	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития».	Председатель МС, психолог	на учебный год	материалы семинара

Деятельность по формированию здорового питания среди участников образовательных отношений.

№ п/п	Мероприятие	Срок проведения	Место проведения	Участники
Организация и внедрение новых технологий питания школьников				
1.	Мониторинг «Отношение учащихся к организации горячего питания»	Октябрь- ноябрь	МБУ «Школа №79»	5-11 классы
2.	Ведение мониторинга охвата горячим питанием.	Ежемесячно	МБУ «Школа №79»	1 – 11 классы
3.	Разработка и внедрение рационов питания с учетом физиологических потребностей обучающихся	Ежемесячно	МБУ «Школа №79»	1 – 11 классы
Информационное обеспечение				
1.	Организация режима питания учащимися (завтраки, обеды, оформление бесплатного и льготного питания, график дежурств в столовой)	Сентябрь	МБУ «Школа №79»	1 – 11 классы
2.	Осуществление целевых тематических проверок.	В течении года.	МБУ «Школа №79»	1 – 11 классы
Мероприятия с обучающимися				

1.	Улучшение формы питания: «Шведский стол»	Сентябрь	МБУ «Школа №79»	7 – 11 классы
2.	Классные часы: «Режим приема пищи и его значение» «Диалог о правильном питании» «Культура здорового питания»	Сентябрь – октябрь Ноябрь-декабрь Февраль - март	МБУ «Школа №79»	1-11 классы
3.	Проектирование и популяризация наглядного раздаточного материала по пропаганде ЗОЖ в рамках Всероссийского конкурса "Стиль жизни - Здоровье"	Ноябрь	МБУ «Школа №79»	5-9 классы
4.	Конкурс печатной социальной рекламы «Здоровый образ жизни» (плакат, граффити, стенд, видеоролик)	Февраль-март	МБУ «Школа №79»	1-11 классы
5.	Кулинарный поединок «Витаминчики» дегустация блюд здоровой пищи.	Апрель	МБУ «Школа №79»	5-8 классы
6.	Школьная конференция «Качество жизни -это твоё Здоровье!»	Апрель - май	МБУ «Школа №79»	1-11 классы
Мероприятия с родителями				
1.	Родительское собрание «Режим питания учащихся» Отчет за 2017-2018 год	Сентябрь	МБУ «Школа №79»	Родители учащихся 1-10 классов
2.	Конференция «Единственная красота — это здоровье»	Декабрь	МБУ «Школа №79»	Родители учащихся 1-10 классов
Рекламно-информационная деятельность о формировании культуры здорового питания				
1.	Создание аллеи «Школа – территория здоровья!»	В течение года	МБУ «Школа №79»	
2.	Выставка учебно-просветительской литературы «Все о питании» в школьной библиотеке.	Апрель	МБУ «Школа №79»	

Реализация основных направлений программы:

2. Убеждение воспитанников ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
3. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
4. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.

5. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
6. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
7. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
8. Обеспечение каждого воспитанника горячим питанием.
9. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
10. Привлечение воспитанников к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне её.
11. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
12. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
13. Обучение воспитанников оказанию первой медицинской помощи.

3. Тематическое планирование.

Перечень основных мероприятий по реализации программы по здоровьесбережению.

1 КЛАСС

Месяц	Внеклассная воспитательная работа.	Внешкольные мероприятия.	Работа с родителями
Регулятивные ууд: учить высказывать свое предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану. Познавательные УУД: делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебных пособиях, словарях, энциклопедиях. Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.			
Сентябрь	Тема «Друзи с водой» 1.Советы доктора Воды - викторина 2.Друзья Вода и Мыло-игра		Родительское собрание «Режим дня младшего школьника»
РегулятивныеУУД: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся. Коммуникативные ууд: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).			
Октябрь	Тема «Что такое хорошо и что такое плохо» 1.Поведение в школе. Игра «Знаешь ли ты правила?» 2. Вредные привычки - беседа	Конкурс поделок.	

<p>Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные УУД: делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебных пособиях, словарях, энциклопедиях Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог). Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>			
Ноябрь	<p>Тема «Настроение в школе и после школы» 1. Как настроение?- беседа 2.Я пришёл из школы. Игра</p>		<p>Спортивный праздник «Мама, папа, я - спортивная семья»</p>
<p>Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей(предметных и схематических рисунков).Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).</p>			
Декабрь	<p>Тема «Час здоровья» 1.Если хочешь быть здоров - КВН 2.Надёжная защита организма - беседа</p>	КВН	
<p>Регулятивные ууд: учить высказывать свое предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану. Познавательные ууд Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии. Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).</p>			
Январь	<p>Тема «Уход за зубами» 1.Чтобы зубы были здоровыми - беседа, отгадывание кроссворда 2.Как сохранить улыбку здоровой</p>	Сочинение стихотворений	
<p>Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку. Посещение столовой Пр.занятие: Составление меню деятельности. Познавательные ууд: Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).</p>			
Февраль	<p>Тема «Здоровое питание» 1.Кл. час «Как следует питаться» 2.Конкурс «Здоровая пища для всей семьи»</p>	Конкурс рисунков	<p>Лекция медика «О физиологии младшего школьника. Полезные советы» Анкетирование</p>
<p>Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую:составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог)</p>			
Март	<p>Тема «Как закаляться» 1.Обтирание и обливание-беседа 2.Рольевые игры «Уроки здоровья»</p>		

РегулятивныеУУД: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся. Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).			
Апрель	Тема «Как сделать сон полезным» 1. Сон-лучшее лекарство-беседа 2. Театрализованная постановка		
Регулятивные УУД: проговаривать последовательность действий, правил игры на занятии. Коммуникативные ууд: Слушать и понимать речь других.. Совместно договариваться о правилах игры, поведения в игре и следовать им.			
Май	Тема «Туристический поход». 1. Подвижные игры 2. Конкурс рисунков «Сохраним здоровье»	День Здоровья	Туристический поход.

2 КЛАСС

Месяц	Внеклассная воспитательная работа.	Внешкольные мероприятия.	Работа с родителями
Регулятивные ууд: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала. Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся. Коммуникативные ууд: совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.			
Сентябрь	Тема «Почему мы боеем» 1. Причина болезни - беседа 2. Здоровый образ жизни.		
Регулятивные ууд: учить высказывать свое предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану. Познавательные УУД: делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебных пособиях, словарях, энциклопедиях. Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).			
Октябрь	Тема «Прививки от болезней» 1. Инфекционные болезни - беседа 2. Прививки от болезней. Игра «Полезно - вредно»		Круглый стол «Причины и последствия детской агрессии»
Регулятивные ууд: учить высказывать свое предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану. Познавательные ууд: добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии. Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).			
Ноябрь	Тема «Правила безопасного поведения дома, на улице»	Конкурс рисунков «Сохраним здоровье»	

	1. Опасность в нашем доме 2. Как вести себя на улице. Викторина		
<p>Регулятивные УУД: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков).</p> <p>Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога.</p>			
Декабрь	Тема «Домашняя аптечка» 1. Урок творчества «Как здоровье?» 2. Игра «Светофор Здоровья»		Родительский урок «Как научить ребёнка необходимым правилам поведения»
<p>Регулятивные УУД: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся. Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).</p>			
Январь	Тема «Правила общения с огнём» 1. Огонь - друг, огонь –враг - Кл. час 2. Конкурс рисунков по пожарной безопасности.		
<p>Регулятивные УУД: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся. Коммуникативные ууд: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).</p>			
Февраль	Тема «Вредные привычки» 1. Вредные привычки (беседа) 2. Конкурс рисунков: «Второй класс против курения и алкоголя»	Конкурс рисунков «Всё о пожаре»	
<p>Регулятивные ууд: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.</p> <p>Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся.</p> <p>Коммуникативные ууд: совместно договариваться о правилах общения и поведения.</p>			
Март	Тема «Как защитить себя» 1. Травмы - беседа 2. Отравление ядовитыми грибами.		Родительский урок «Как научить ребёнка жить в мире людей» Уроки этики поведения.

Регулятивные УУД: проговаривать последовательность действий, правил игры на занятии. Коммуникативные ууд: Слушать и понимать речь других.. Совместно договариваться о правилах игры, поведения в игре и следовать им.			
Апрель	Тема «Забота медицины» 1. Воспитай себя – игра 2. Спортивные соревнования «Я выбираю движение»	«Алло! Мы ищем таланты» под девизом «Мы – за здоровый образ жизни»	
РегулятивныеУУД: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся. Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).			
Май	Тема «Путешествие в страну здоровячков» 1. Праздник «Путешествие в страну здоровья» 2. Конкурс рисунков на асфальте	День Здоровья	

3 КЛАСС

Месяц	Внеклассная воспитательная работа.	Внешкольные мероприятия.	Работа с родителями
РегулятивныеУУД: Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные УУД: делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебных пособиях, словарях, энциклопедиях Коммуникативные ууд: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).			
Сентябрь	Тема «Почему мы говорим неправду» 1. Поможет ли тебе обман. Кл. час 2. Конкурс пословиц и поговорок на тему: «Неправда-ложь»		Родительское собрание «Формирование у ребёнка желания трудиться»
РегулятивныеУУД: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся. Коммуникативные ууд: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).			
Октябрь	Тема «Здоровый образ жизни»	Занятие «Как вредные	Участие родителей в неделе

	<p>1.Беседа-диалог «Борьба за здоровый образ жизни»</p> <p>2.Как отучить себя от вредных привычек - беседа</p>	привычки решили завоевать мир людей»	творчества в классе.
<p>РегулятивныеУУД: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся. Коммуникативные ууд: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).</p>			
Ноябрь	<p>Тема «Умей себя сдерживать!»</p> <p>1.Все ли желания выполнимы – беседа</p> <p>2. Как воспитать в себе сдержанность- викторина</p>		Встреча с родителями представителей правоохранительных органов.
<p>РегулятивныеУУД:определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков).</p> <p>Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).</p>			
Декабрь	<p>Тема «Нехорошие слова. Недобрые шутки».</p> <p>1. Вежливое общение – игра</p> <p>2. Умеем ли мы разговаривать по телефону - беседа</p>		
<p>РегулятивныеУУД: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся. Коммуникативные ууд: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).</p>			
Январь	<p>Тема «Как надо себя вести»</p> <p>1.Ты идёшь в гости. Постановка сценки.</p> <p>2.Как вести себя в транспорте и на улице - беседа</p>		Лекция врача-нарколога
<p>РегулятивныеУУД: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся. Коммуникативные ууд: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).</p>			

Февраль	Тема «Дружба» 1.Что такое дружба - беседа 2. Конкурс сочинений на тему: «Кто может считаться настоящим другом»	Конкурс рисунков	
<p>РегулятивныеУУД: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся. Коммуникативные ууд: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).</p>			
Март	Тема «Занятия после школы» 1. Умей организовать свой досуг - беседа 2.Конкурс рисунков на тему: «Моё любимое занятие»		Родительское собрание на тему: «Чем занимаются дети после школы»
<p>РегулятивныеУУД: определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя. Познавательные ууд: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всех учащихся. Коммуникативные ууд: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).</p>			
Апрель	Тема «Как помочь больным и беспомощным» 1. «Давай поговорим» Кл. ч. 2.Спешите делать добро - беседа		
<p>Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую:составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог)</p>			
Май	Тема «Огонёк здоровья» 1.Урок-путешествие в страну здоровья 2.Урок-соревнование «Культура здорового образа жизни»	День Здоровья	

4 КЛАСС

Месяц	Внеклассная воспитательная работа.	Внешкольные мероприятия.	Работа с родителями
<p>Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую:составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит</p>			

технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог)			
Сентябрь	Тема «Наше здоровье». 1.Кл. час «Наше здоровье» 2.Игра «Что? Зачем? Как?»		
<p>Регулятивные ууд: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные ууд: Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии. Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).</p>			
Октябрь	Тема «Как сохранить здоровье» 1.Практикум «Чувства и поступки» 2.Что такое эмоции - диспут	Акция «За нами будущее»	Кл. собрание «Мой ребёнок становится трудным»
<p>Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую:составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог)</p>			
Ноябрь	Тема « Моё решение» 1.Принимаю решение - беседа 2.Час диспута «Учимся думать и действовать!»		
<p>Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую:составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог)</p>			
Декабрь	Тема «Мы – одна семья!» 1.Игра-путешествие: «Откуда берутся грязнули» 2.КВН «Наше здоровье»		
<p>Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог)</p>			

Январь	Тема «вредные привычки» 1.Беседа «Умей сказать «Нет»» 2.Праздник «Я здоровье берегу – сам себе я помогу»	Спортивные соревнования	Практикум для родителей «Школа здоровья»
Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую:составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог)			
Февраль	Тема «Злой волшебник – алкоголь» 1.Алкоголь-ошибка (беседа) 2.Презентация «Злой волшебник Алкоголь»	Конкурс рисунков и газет «Молодежь против наркотиков»	
Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую:составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог)			
Март	Тема «Злой волшебник-табак» 1.Что мы знаем о курении 2.Презентация «Злой волшебник Никотин»		
Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую:составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог)			
Апрель	Тема «Злой волшебник - наркотик» 1.Наркотик-тренинг безопасного поведения 2.Презентация «Злой волшебник Наркотик»	Конкурс «Алло! Мы ищем таланты» под девизом «Мы – за здоровый образ жизни»	Лекция-презентация «Здоровье сберегающие технологии в воспитании младших школьников»
Регулятивные ууд: учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности. Познавательные ууд: преобразовывать информацию из одной формы в другую:составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных и схематических рисунков). Коммуникативные ууд: средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог)			

Май	Тема «Чистота и здоровье» 1. День здоровья 2. Урок-КВН « Будьте здоровы!»		
-----	---	--	--

№ п/п	Тема классного часа	Количество часов	Срок проведения
5 класс (9 часов)			
<i>1. Образ жизни и здоровье – 3 часа</i>			
1.	Режим дня	1	сентябрь
2.	Профилактика простудных заболеваний	1	октябрь
3.	Рациональное питание	1	ноябрь
<i>2. Профилактика табакокурения – 2 часа</i>			
4.	Курильщик – сам себе могильщик	1	декабрь
5.	Курить – значит вредить окружающим!	1	январь
<i>3. Профилактика употребления алкоголя – 2 часа</i>			
6.	Последствия принятия алкоголя.	1	февраль
7.	Развивайте силу воли!	1	март
<i>4. Профилактика токсикомании и наркомании – 2 часа</i>			
8.	Токсикомания и её последствия	1	апрель
9.	Умей сказать: «Нет!»	1	май
6 класс (9 часов)			
<i>1. Образ жизни и здоровье – 3 часа</i>			
1.	Способы укрепления здоровья	1	сентябрь
2.	Культура одежды	1	октябрь
3.	Культура питания	1	ноябрь
<i>2. Профилактика табакокурения – 2 часа</i>			
4.	Курить – здоровью вредить!	1	декабрь
5.	Береги здоровье смолоду!	1	январь
<i>3. Профилактика употребления алкоголя – 2 часа</i>			
6.	Если хочешь быть здоров!	1	февраль
7.	Искалеченные жизни (знакомство с периодической печатью, примеры из жизни)	1	март
<i>4. Профилактика токсикомании и наркомании – 2 часа</i>			
8.	История распространения наркомании	1	апрель
9.	Умей сказать: «Нет!»	1	май
7 класс (9 часов)			
<i>1. Образ жизни и здоровье – 4 часа</i>			
1.	Распорядок дня. Труд и отдых	1	сентябрь
2.	Гигиена и здоровье	1	октябрь
3.	Режим сна	1	ноябрь
4.	Режим питания	1	декабрь
<i>2. Профилактика табакокурения – 1 час</i>			
5.	Губительная сигарета	1	январь
<i>3. Профилактика употребления алкоголя – 1 час</i>			

6.	Алкоголь и его отрицательное действие на организм	1	февраль
4. Профилактика токсикомании и наркомании – 3 часа			
7.	Человек часто сам себе злейший враг (Цицерон)	1	март
8.	Разрушение личности	1	апрель
9.	Творите хорошие дела!	1	май
8 класс (9 часов)			
1. Образ жизни и здоровье – 3 часа			
1.	Основы здорового образа жизни	1	сентябрь
2.	Профилактика близорукости. Приглашение фельдшера	1	октябрь
3.	Рациональное питание	1	ноябрь
2. Профилактика табакокурения – 1 час			
4.	Курение, как социальная проблема в обществе	1	декабрь
3. Профилактика употребления алкоголя – 1 час			
5.	Искаленные жизни (примеры из жизни, из периодической печати)	1	январь
4. Профилактика токсикомании и наркомании – 4 часа			
6.	Особенности развития наркомании и токсикомании в подростковом возрасте	1	февраль
7.	Токсические и наркотические вещества как средство поражающие личность	1	март
8.	Духовное и нравственное здоровье без наркотика	1	апрель
5.	Способы противостояния отрицательному давлению среды	1	май
9 класс (9 часов)			
1. Образ жизни и здоровье – 3 часа			
1.	Основы психогигиены, этика взаимоотношений	1	сентябрь
2.	Как одеваться: стильно, модно, удобно?	1	октябрь
3.	Система питания старшеклассника	1	ноябрь
2. Профилактика табакокурения – 4 часа			
4.	Экономические, социальные и биологические последствия табакокурения	1	декабрь
5.	Никотин – опасный яд.	1	январь
6.	Правильно организуй свой досуг	1	февраль
7.	Здоровье девушки, юноши	1	март
3. Профилактика употребления алкоголя – 1 час			
8.	Новое о пиве	1	апрель
4. Профилактика токсикомании и наркомании – 1 час			
9.	Сохраним здоровую семью	1	май
10 класс (9 часов)			
1. Образ жизни и здоровье – 3 часа			
1.	Влияние окружающей, наследственности, биоритмов на здоровье человека	1	сентябрь
2.	Последствия гиподинамии (малоподвижность)	1	октябрь
3.	Система питания	1	ноябрь
2. Профилактика табакокурения – 2 часа			
4.	Привычки и воля	1	декабрь
5.	Роль спорта в жизни человека	1	январь
3. Профилактика употребления алкоголя – 2 часа			
6.	Учитесь управлять собой	1	февраль
7.	Алкоголизм – социальная болезнь	1	март

4. Профилактика токсикомании и наркомании – 2 часов			
8.	Проблема зависимости от психоактивных веществ среди молодежи	1	апрель
9.	Мифы о наркоманах	1	май
11 класс (9 часов)			
1. Образ жизни и здоровье – 1 часа			
1.	О вкусах не спорят, о манерах надо знать	1	сентябрь
2. Профилактика табакокурения – 4 часа			
2.	Умственный, физический труд и курение – несовместимы!	1	октябрь
3.	Последствия табакокурения	1	ноябрь
4.	Хочешь быть сильным и красивым?	1	декабрь
5.	Проблемы при злоупотреблении табакокурением	1	январь
3. Профилактика употребления алкоголя – 2 часа			
6.	Закон и охрана здоровья граждан	1	февраль
7.	Ответственность за пьянство и появление в нетрезвом виде	1	март
4. Профилактика токсикомании и наркомании – 2 часа			
1.	Проблема диагностики ранней стадии наркозависимости. Выявление и профилактика	1	апрель
2.	Взаимосвязь наркомании и преступности	1	май

4. Методическое обеспечение программы.

В целом здоровье учащихся можно отслеживать по следующим компонентам:

1. Физическое развитие школьника.

Критериями физического здоровья выступают медицинские показатели школьника и уровень его физической подготовленности.

Первые отслеживаются с помощью анализа медицинской документации (группа здоровья после осмотра ребенка врачами), учитывается также устойчивость к заболеваниям (с этой целью проводится анализ пропусков по болезни). Показатели физической подготовленности измеряются в соответствии со стандартами образования по предмету «физическая культура».

2. Социальное развитие школьника.

Критерием социального здоровья, учащегося выступает степень благополучия его социальной ситуации развития. В школе это проявляется в социальном статусе ребенка. В ученическом коллективе он измеряется с помощью социометрии. Социометрическая техника, разработанная Дж. Морено, применяется для диагностики межличностных и межгрупповых отношений в целях их изменения, улучшения и совершенствования. С помощью социометрии можно изучать поведение школьников в условиях групповой деятельности, судить об их психологической совместимости, проводить определение лидеров для перегруппировки детей в классе так, чтобы снизить напряженность в коллективе, возникающую из-за взаимной неприязни некоторых школьников.

3. Психологическое развитие школьника.

Психологическое здоровье учащегося связано с развитием индивидуально - психологических особенностей личности, способствующих успешной социальной

адаптации ребенка. К психологическому здоровью можно отнести соответствие психического развития возрастным нормам, психоэмоционального состояния школьника и мотивацию к здоровому образу жизни и умению вести его.

Мотивация здорового образа жизни (ЗОЖ). Насущной психолого - педагогической проблемой является формирования у учащихся потребности в хорошем здоровье, обучение умению ответственно относиться не только к собственному здоровью, но и к здоровью других людей, а также сохранению среды обитания. Здоровьеориентированные цели воспитания школьников включают: развитие природных возможностей и сохранение здоровья.

В процессе обучения наиболее значимой становится комплексная диагностика мотивации и умений ЗОЖ, используемая не для оценки имеющихся способностей ребят или решения вопроса об их пригодности либо не пригодности, а для нацеливания школьников на ведение здорового образа жизни.

В качестве диагностической процедуры школьникам можно использовать мини - сочинение на разные темы, связанные с ЗОЖ, например, «Почему необходимо вести здоровый образ жизни?». Также для выявления отношений к ЗОЖ можно использовать анкетирование. В зависимости от полученных результатов диагностики можно определить пути работы по выявленным проблемам.

Таким образом, формирование здорового образа жизни школьников включает в себя: создание информационно-пропагандистской системы повышения уровня знаний о негативном влиянии факторов риска на здоровье, возможностях его снижения; обучение здоровью; меры по снижению распространенности курения и потребления табачных изделий, снижению потребления алкоголя, профилактика наркомании; побуждение населения к физически активному образу жизни, занятиям физической культурой, туризмом и спортом, повышение доступности этих видов оздоровления, работа с семьёй.

При организации здоровьесберегающей образовательной среды необходимо учитывать следующие её компоненты: воздушно-тепловой режим классного помещения; освещение классного помещения; школьная мебель; организация урока.

Диагностика сформированности представлений о ЗОЖ позволяет определить пути работы по профилактике и укреплению здоровья учащихся.

4.1.Контрольно-измерительный материал.

Диагностика «Уровень владения школьниками культурными нормами в сфере здоровья»(Н.С. Гаркуша) 1-2 класс

Цель: наличие у обучающихся понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни.

Инструкция: « Отметьте знаком «+» пункты, характерные для Вашего образа жизни»
Вопросы

1. Как Вы оцениваете состояние своего здоровья?
 - а) хорошее;
 - б) удовлетворительное;
 - в) плохое;
 - г) затрудняюсь ответить.
2. Занимаетесь ли Вы физической культурой или спортом?
 - а) да, занимаюсь;
 - б) нет, не занимаюсь.
3. Как долго днём бываете на улице, на свежем воздухе?
 - а) чаще всего больше 2 часов;
 - б) около часа;

в) не более получаса или вообще не выхожу на улицу.

4. Делаете ли утром следующее:

а) физическую зарядку;

б) обливание;

в) плотно завтракаю;

г) курите по дороге в школу.

5. Обедаете ли в школьной столовой?

а) да, регулярно;

б) иногда;

в) нет.

6. В каком часу ложитесь спать?

а) до 21 часа;

б) между 21 и 22 часами;

в) после 22 часов.

7. Употребляете ли Вы вредные напитки, или вредные для здоровья вещества?

а) да, активно;

б) изредка;

в) никогда.

8. Как Вы чаще всего проводите свободное время?

а) занимаюсь в спортивной секции, кружке; б) провожу время с друзьями;

в) читаю книги;

г) помогаю по дому;

д) преимущественно смотрю телевизор (видео);

е) играю в компьютерные игры;

ж) другое.

Бланк ответов

№ вопроса	Вариант ответа						
	а	б	в	г	д	е	ж
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
Сумма баллов:							

Обработка результатов

Ответы оцениваются по десятибалльной шкале

№ вопроса	Вариант ответа						
	а	б	в	г	д	е	ж
1	10	5	0	0			
2	10	0					
3	10	5	0				
4	10	10	0	0			
5	10	5	0				
6	10	5	0				

7	0	5	10				
8	10	5	5	5	0	0	0

Подсчитайте общее количество баллов.

Интерпретация

Высокий уровень – 110 – 80 баллов – осознанное отношение школьников к собственному здоровью; ведение здорового образа жизни; самостоятельное целенаправленное овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

Средний уровень – 75 – 50 баллов – частичное понимание школьниками важности сохранения, укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни, эпизодическое овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

Низкий уровень – 45 баллов и меньше – отсутствие у школьников понимания ценности и значимости здоровья, ведение образа жизни, способствующего развитию болезней.

Диагностика «Уровень владения школьниками культурными нормами в сфере здоровья» (Н.С. Гаркуша) 3-4 класс

Цель: изучение уровня владения школьниками культурными нормами в сфере здоровья.

Инструкция: «Отметьте знаком «+» характерные для Вас пункты утверждений в вопросах I, IV, V, V I, в вопросах II и III отметьте знаком «+» один из предложенных ответов.»

1. Занимаетесь ли Вы:

- а) в школьной спортивной секции;
- б) в спортивной секции других учреждений;
- в) чтением научной литературы о сохранении своего здоровья;
- г) просмотром передач на тему здоровья;
- д) употреблением витаминов;
- е) чтением энциклопедий о здоровье.

2. Как часто участвуете в спортивных мероприятиях, организуемых после уроков:

- а) вообще никогда не участвую;
- б) очень нерегулярно;
- в) раз или два в неделю;
- г) три и более раз в неделю.

3. На уроках физической культуры вы занимаетесь:

- а) с полной отдачей;
- б) без желания;
- в) лишь бы не ругали.

4. Какие у Вас отношения с окружающими людьми (родителями, друзьями, учителями):

- а) полное взаимопонимание;
- б) доверительные;
- в) уважительные;
- г) отсутствие взаимопонимания.

5. Для ведения здорового образа жизни Вы:

- а) соблюдаете режим дня;

- б) соблюдаете режим питания и употребляете витаминизированную пищу;
 - в) занимаетесь спортом;
 - г) делаете регулярно утреннюю зарядку;
 - д) не имеете вредных привычек.
6. Как Вы считаете, какие качества Вас характеризуют:
- а) физическая сила и выносливость;
 - б) умственная работоспособность;
 - в) ум, сообразительность;
 - г) сила воли, выдержка, терпение и упорство;
 - д) объём знаний о здоровом образе жизни;
 - е) умение видеть и ценить прекрасное в природе, в человеке, в искусстве;
 - ж) внимание и наблюдательность;
 - з) умение всегда видеть цель и стремиться к ней (целеустремлённость);
 - и) умение организовать свой труд (организованность);
 - к) умение при необходимости работать самостоятельно, без посторонней помощи;
 - л) чуткость и отзывчивость к людям;
 - м) умение работать вместе с товарищем, видеть, кому нужна твоя помощь, помогать и принимать помощь от других;
 - н) умение подчинять свои желания интересам дела и коллектива;
 - о) умение вести себя в обществе, красиво одеваться, причёсываться и т.д;
 - п) умение беречь время;
 - р) умение контролировать и анализировать свою работу и свои поступки.

Обработка результатов

За все выбранные утверждения в вопросах 1,5,6 – по 5 баллов, во 2 – 5 баллов за 4-е утверждение, в 3 – 5 баллов за 1-е утверждение, в 4 – по 5 баллов за 1-е, 2-е, 3-е утверждения.

Высокий уровень – 160-130 баллов – идеальный образ здорового человека, физически активного, укрепляющего здоровье самостоятельно, умеющего сотрудничать с окружающими в вопросах сохранения и укрепления здоровья, в совершенстве владеющего культурными нормами в сфере здоровья.

Средний уровень – 125 – 90 баллов – знания школьников о здоровом образе жизни не являются убеждениями, характерно эпизодическое овладение школьниками практическими навыками сохранения и преумножения здоровья, готовность к сотрудничеству, со взрослыми в вопросах здоровьесбережения.

Низкий уровень – ниже 85 баллов – отсутствие у школьников системы элементарных знаний о здоровье и здоровом образе жизни и мотивации к заботе о собственном здоровье; зачастую не выполняются элементарные правила гигиены, не проводятся оздоровительные процедуры.

Диагностическая батарея тестов изучения культуры безопасного образа жизни младших школьников.

«Индекс отношения к здоровью».

(С.Дерябо-В.Ясвин)

Цель: выявить сформированность отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.

Контингент: 5 -11 классы.

1. А. Если бы у меня на теле появилось какое-либо пятнышко или безболезненное вздутие, то я заметил бы это очень быстро.

Б. Я обратил бы на него внимание, когда оно стало бы достаточно большим.

2. А. Когда я от нечего делать пролистываю какой-нибудь журнал, различные статьи о здоровье я просто пропускаю.

Б. Я их просматриваю более внимательно в первую очередь.

3. А. Если мне предложат проводить свои выходные в группе здоровья или спортивном зале, я, конечно, этим воспользуюсь.

Б. Я предпочту оставаться дома и заниматься своими делами.

4. А. Я решительно вмешиваюсь, если кто-то из моих близких начинает совершать поступки, которые вредят его здоровью.

Б. Пожалуй, я не всегда прилагаю к этому достаточно усилий и зачастую готов с этим смириться.

5. А. Я обычно не обращаю особого внимания, если у моего собеседника не совсем чистые зубы, не подстрижены ногти и т.д.

Б. Мне это сразу же бросается в глаза.

6. А. Я выписываю или покупаю газеты, журналы и книги по проблемам здоровья

Б. Я не трачу на это свои деньги.

7. А. Если позволяет время, я стараюсь пройти куда мне нужно пешком.

Б. Я все равно лучше спокойно подъеду на автобусе, троллейбусе и т.д.

8. А. Когда я выбираю подарок кому-то из членов своей семьи, мне не приходит в голову купить что-либо из предметов личной гигиены.

Б. Я часто делаю именно такие подарки, потому что они кажутся мне вполне подходящими.

9. А. Когда я выпиваю стакан свежего фруктового сока, я замечаю прилив бодрости, энергии во всем организме.

Б. Я прежде всего просто утоляю жажду.

10. А. Когда знакомые в компании начинают говорить о различных процедурах по сохранению здоровья, мне становится просто скучно.

Б. Я с удовольствием включаюсь в беседу.

11. А. Я стараюсь уклоняться от различных обязательных профилактических обследований.

Б. Они являются хорошим стимулом, чтобы позаботиться о состоянии своего организма.

12. А. Мне удалось заинтересовать своих знакомых книгами и статьями о здоровом образе жизни.

Б. Я не предпринимал таких попыток.

- 13. А.** По-моему, те, кто находит удовольствие в том, чтобы в 5 утра бегать в трусах по улице, — это не совсем нормальные люди.
- Б.** Я даже завидую им, ведь забота о своем здоровье — это радостное и увлекательное занятие.
- 14. А.** Я стараюсь знакомиться с людьми, которые много знают о том, как поддерживать свое здоровье на должном уровне.
- Б.** Такие люди для меня не более интересны, чем другие.
- 15. А.** Я редко задумываюсь о том, правильно ли я питаюсь.
- Б.** Я в целом придерживаюсь правил здорового питания.
- 16. А.** Я никогда не писал по собственной инициативе заметок о здоровье в журналы, газеты, стенгазеты и т.п.
- Б.** В своей жизни я уже делал нечто подобное.
- 17. А.** Порой у меня возникает такое ощущение, что организм как будто хочет сказать мне, чем ему помочь, если в нем что-то разладилось.
- Б.** Любая боль в организме — это всего лишь определенная реакция нервной системы.
- 18. А.** Когда в гостях по предложению хозяев квартиры я просматриваю их библиотеку, мои глаза сами останавливаются на книгах о поддержании здоровья.
- Б.** У меня вызывает интерес другая литература.
- 19. А.** Когда я покупаю зубные пасты, кремы, жевательные резинки и т.п., я практически не ориентируюсь на их «оздоровительный эффект», подчеркиваемый в рекламе.
- Б.** Для меня это очень важно, потому что я во всем стараюсь учитывать, как это повлияет на мое здоровье.
- 20. А.** Мне приходилось обучать других людей способам улучшения своего самочувствия.
- Б.** У меня недостаточно для этого собственного опыта.
- 21. А.** У меня не вызывают особой симпатии люди, которые из чувства брезгливости никогда не пользуются чужой тарелкой, кружкой и т.п.
- Б.** Я полностью разделяю чувства таких людей.
- 22. А.** Я никогда специально не разыскивал литературу, в которой описываются редкие методики оздоровления организма.
- Б.** Мне приходилось это делать.
- 23. А.** Я ежедневно подолгу занимаюсь оздоровлением своего организма, несмотря на другие важные дела.
- Б.** Я уделяю время на свое здоровье только в случае необходимости.
- 24. А.** Я никогда не принимал участие в работе различных движений, борющихся за здоровую окружающую среду.
- Б.** Я состоял в таких движениях.

<i>Станайны</i>	<i>Эмоцио- нальная шкала</i>	<i>Познава- тельная шкала</i>	<i>Практическая шкала</i>	<i>Шкала поступков</i>	<i>Интен- сивность</i>
1	5 и менее	---	0-2	0	13 и менее
2	6	0-1	3-4	1-2	14-18
3	7-8	2-3	5-6	3	19-23
4	9	4-5	7	4-5	24-28
5	10-11	6	8-9	6	29-34
6	12	7-8	10-11	7-8	35-39
7	13-14	9-10	12-13	9	40-44
8	15-16	11	14	10	45-49
9	17-18	12-18	15-18	11-18	50 и более

Так же инструментами проведения контроля могут быть:

- мониторинг результативности выполнения программы;
- степень участия учащихся ОУ в акциях по пропаганде ЗОЖ;
- анализ статистических показателей и мониторинговых исследований;
- опросы учащихся, родителей, педагогов;
- общественная оценка качества работы школы;
- анкетирование всех участников образовательной деятельности;
- общественная оценка педагогического совета качества работы школы.

4.2. Условия реализации программы.

При реализации программы «Школа – территория здоровья» применяются разнообразные формы работы. Учет состояния детей реализуется через анализ медицинских карт, определения группы здоровья, учет посещаемости уроков, контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

Организуется работа спортивных секций, кружков, проводятся дополнительные уроки по физической культуре в рамках внеурочной деятельности (динамическая пауза, индивидуальные занятия, дни здоровья, физкультминутки)

В рамках урочной и внеурочной деятельности проводятся открытые уроки физической культуры, ОБЖ, открытые классные и общешкольные мероприятия

физкультурно-оздоровительной направленности; спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол, легкая атлетика, шашки и шахматы.

В школе работают оснащенные *спортивные залы*, имеется спортивная площадка, оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём: козел гимнастический, конь гимнастический, сетка волейбольная- 3шт., мяч баскетбольный – 14 шт., мяч волейбольный – 14 шт., мяч футбольный – 14 шт., канат для лазанья, лыжи пластик -29 пар, ботинки лыжные -29 пар, теннисный стол -2 шт., беговая дорожка, брусья гимнастические, палатка, шведская стенка, беговая дорожка -1 шт., велотренажер – 1 шт., тренажер «Эллиптический» - 1 шт., мяч резиновый -16 шт. и пр.В школе строго соблюдаются все требования к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

В школе создана материально-техническая база, обеспечивающая оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья обучающихся: два спортивных зала, имеется спортивная площадка, с необходимым игровым спортивным инвентарём. Это позволяет реализовать спортивные и физкультурные программы не только в урочное время, но и во внеурочных занятиях; медицинский кабинет (медицинский работник ведет профилактическую работу, согласно плану Министерства здравоохранения в школе проводится вакцинации учащихся, медицинские осмотры, контроль детей состоящих на диспансерном учете), кабинет педагога-психолога; школьная столовая на 275 мест; хорошая материально-техническая база пищевых блоков, холодильного и технологического оборудования; учебные кабинеты;1 тренажерный зал; хореографический зал; игровая комната; игровая площадка.

Изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы): картины русских художников; плакаты: «Мое тело», «Правильно чистим зубы», «Комплекс упражнений утренней гимнастики», «Первая помощь при порезе», «Пропаганда здорового образа жизни», «Этикет», «Правильная осанка», «Гимнастика для глаз», «Хорошие манеры»; схемы: витаминная тарелка, профилактика инфекционных заболеваний и др.; измерительные приборы: весы, часы. Спортивный инвентарь. Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: компьютер, мультимедийный проектор, DVD, и др.

Школьная столовая позволяет организовывать горячие завтраки и обеды в урочное время. Реализуется Федеральная программа модернизации школьного питания в городском округе Тольятти. Цель программы: обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.

Используется современное технологическое оборудование, новые технологии приготовления пищи. Предлагается разнообразный ассортимент блюд и обогащенные продукты питания.

Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает квалифицированный состав специалистов: педагог-психолог; 4 учителя физической культуры; медицинские работники; учителя школы.

Основные результаты реализации программы оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

Кадровое обеспечение программы

Медицинское обеспечение включает:

- Распределение учащихся по группам здоровья.
- Помощь медицинской сестры школы в организации занятий с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.
- Составление списков учащихся, освобожденных от занятий физической культуры.
- Беседа врача и медицинской среды школы с учащимися о личной гигиене и вредных привычек.
- Профилактические прививки учащихся и учителей.
- Заполнение паспортов здоровья классов.
- Заполнение паспорта физического развития учащихся.
- Организацию посещения учащимися и педагогами стоматологического кабинета с целью участия в информационных семинарах и профосмотрах.
- Диспансеризацию педагогического коллектива школы.

Психолого - педагогическое и социальное обеспечение программы предполагает:

- Тесное сотрудничество учителей школы (психолого – педагогического медико-социального центра) с целью выработки общей стратегии деятельности, реализация совместных мероприятий, направленных на укрепление психо - физического здоровья школьников;
- Предупреждение конфликтных ситуаций «учитель -ученик», «ученик - ученик»; реализацию программ, направленных на установление доброжелательных отношений в детском школьном коллективе;
- Решение проблем, связанных с трудностями, возникающими у учащихся в процессе в процессе занятий физкультурой (к примеру, закомплексованность учеников в связи с лишним весом, неспешностью и т. д.), ориентация на успех в физическом развитии;
- Организацию психологических консультаций для учащихся старших классов по вопросам специфики психофизического развития на определенном возрастном этапе;
- Психологические консультации для родителей;
- Реабилитационно – восстановительные программы для учителей;
- Контроль медицинского обслуживания учащихся;
- Контроль качества питания учащихся и учителей в школьной столовой.

5.Формы контроля и подведение итогов освоения программы.

Основой любой деятельности, в том числе, направленной на сохранение здоровья учащихся, является мониторинг.

Мониторинг осуществляется по трем основным направлениям.

Уровень заболеваемости	Уровень охвата учащихся горячим питанием	Уровень физической подготовленности
------------------------	--	-------------------------------------

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся, оцениваются в рамках мониторинговых процедур,

предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

Школа выявляет и оценивает состояние здоровья учащихся на основании анализа результатов медицинских осмотров, посещаемости занятий на основании медицинских справок, результатов анкетирования, бесед с классными руководителями, используется ПТК «Результат образовательного процесса», методические рекомендации для педагогов и руководителей образовательных учреждений «Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности. Основные результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся, не подлежат итоговой оценке индивидуальных достижений выпускников школы, однако оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами являются: экспертные суждения (родителей, партнёров школы); анонимные анкеты, позволяющие анализировать (не оценивать) ценностную сферу личности; различные тестовые инструменты, созданные с учётом возраста; самооценочные суждения детей.

Физическое здоровье обучающихся определяется по результатам ежегодного профилактического осмотра медицинскими специалистами, физическая подготовленность – педагогами школы. Сформированность ценностного отношения к своему здоровью определяется на основе анализа посещения учащимися спортивно-массовых мероприятий, спортивных секций, уровня охвата горячим питанием.

Программа мониторинга включает в себя следующие направления: исследование особенностей экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, воспитания и социализации младших школьников; исследование целостной развивающей образовательной среды в школе (классе), включающей урочную, внеурочную и внешкольную деятельность, уклад школьной жизни формирующийся на безопасном и здоровом образе жизни; исследование взаимодействия школы с семьями воспитанников в рамках реализации программы воспитания и социализации обучающихся.

Данные, полученные по каждому направлению мониторинга, могут рассматриваться в качестве основных показателей исследования целостного процесса здоровьесберегающего развития, воспитания и социализации школьников в образовательной организации.

В рамках мониторинга предполагается проведение диагностического материала, психолого-педагогического исследования и внедрение в педагогическую практику комплекса различных самостоятельных эмпирических методов, направленных на оценку эффективности работы школы по воспитанию обучающихся.

Методологический инструментарий исследования предусматривает использование следующих методов: диагностики, проективные методы, опрос (анкетирование, интервью, беседа), психолого-педагогическое наблюдение, анализ педагогической деятельности (плана воспитательной работы).

Основной целью исследования является изучение динамики развития и воспитания обучающихся в условиях специально-организованной воспитательной деятельности.

У качестве критериев, по которым изучается динамика процесса воспитания и социализации обучающихся, выделены:

Положительная динамика – увеличение положительных значений выделенных показателей воспитания и социализации, обучающихся на интерпретационном этапе (окончание учебного года) по сравнению с результатами контрольного этапа исследования (начало учебного года).

Инертность положительной динамики подразумевает отсутствие характеристик положительной динамики и возможное увеличение отрицательных значений показателей воспитания и социализации, обучающихся на интерпретационном этапе (окончание учебного года) по сравнению с результатами контрольного этапа исследования (начало учебного года).

к Устойчивость (стабильность) исследуемых показателей воспитания и социализации, обучающихся на интерпретационном и контрольном этапах исследования. При условии соответствия содержания исследуемых показателей у обучающихся, в педагогическом коллективе и детско-родительских отношениях общепринятым моральным нормам, устойчивость показателей может являться одной из характеристик положительной динамики развития школьников и показателем эффективности реализации образовательной организацией программы воспитания и социализации обучающихся.

6.Список используемой литературы

1. Аршинова В.В. Классные часы и беседы по профилактике наркомании. - М., 2004.
2. Воспитательная работа в школе. Журнал зам. дир. по ВР. №3. 2005.
3. Дереклеева Н.И. Модульный курс учебной и коммуникативной мотивации учащихся или Учимся жить в современном мире. - М., 2004.
4. Новые санитарно-эпидемиологические правила и нормативы для школ. - М., 2004.
5. Оценка физического развития и состояния здоровья детей и подростков. - М., 2004.
6. Сизанов АН., Хриптович В.А. Модульный курс профилактики курения 5-11-е классы. - М., 2004.
7. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя в школы.-М., 2003.
8. Тищенко О.И. Программа «Школа – территория здоровья». Журнал «Классный руководитель» № 4, 2008 г.
9. Шаповалова Н.Е. Наркомания - знак беды (методические рекомендации). - Воронеж, 1998
10. Маюров АН., Маюров Я.А. Наркотики, выход из наркотического круга (учебное пособие для ученика и учителя: 7-11-е классы). Книга 4. Уроки культуры и здоровья. - М., 2004.
1. Маюров А.Н., Маюров Я.А. Алкоголь - шаг,в пропасть (учебное пособие для ученик, и учителя: 7-11-е классы). Книга 3. Уроки культуры здоровья. - М., 2004.