

Казенное общеобразовательное учреждение Ханты - Мансийского автономного округа-Югры
«Излучинская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

СОГЛАСОВАНО:
на заседании педагогического совета
протокол от «30» августа 2023 года №1

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора КОУ «Излучинская школа-
интернат» от «30» августа 2023 года №334

ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЯСБЕРЕЖЕНИЯ
«ЗДОРОВАЯ ШКОЛА»
на 2023-2028 гг.

пгт.Излучинск, 2023

Паспорт Программы

Наименование Программы	Программа здоровьесбережения «Здоровая школа» на 2023-2028 годы
Разработчики программы	Заместитель директора по воспитательной работе Дронова Наталья Владимировна, старший методист Гарькова Оксана Валерьевна
Цель программы	Обеспечить обучающимся возможность сохранения здоровья, сформировать у них необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> - внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий; - формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью; - пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности; - изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение; - обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения; - четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы-интерната; - формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения; - развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды; - развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов; - воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни; - привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни обучающихся
Срок реализации программы	2023-2028
Территория Реализации программы	пгт. Излучинск, Нижневартовский район, КОУ «Излучинская школа-интернат»
Юридический адрес	ул. Савкинская 29, п.г.т. Излучинск, Нижневартовский район, Ханты-Мансийский автономный округ-Югра
Телефон	8(3466)28-38-37
Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность	<ol style="list-style-type: none"> 1. Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса. 2. Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения. 3. Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков; 4. Включение в план работы школы-интерната регулярное проведение недель здоровья;

	5. Создание комнаты психологической разгрузки для обучающихся.
Участники реализации программы	Дошкольное отделение, учащиеся 1-11 классов, классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог, воспитатели, родители.
Финансово-экономическое обеспечение программы	Не требуется

Нормативно-правовая база программы

В соответствии с законом РФ «Об образовании» здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. Программа по здоровьесбережению составлена на основании следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273ФЗ.
2. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
3. Конституции Российской Федерации от 12.12.1993г.
4. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПин 2.4.3648-20), в соответствии с Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020.
5. Письмо Минобрнауки России от 31.12.2008 № 06-1775 «О формировании здорового образа жизни обучающихся, воспитанников».
6. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» (утверждена приказом Президента РФ 04.02.2010, Пр-271).
7. Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 01.02.2011 № 19644).
8. Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие образования».
9. Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.01.2021 № СанПиН 1.2.3685-21, 2, 1.2.3685-21, «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы Главного государственного санитарного врача России» от 28.01.2021 № СанПиН 1.2.3685-21, 2, 1.2.3685-21 «Об утверждении санитарных правил и норм» СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
10. Письмо Минпросвещения России от 30.06.2022 № 07-4237 «Рекомендации по проведению в образовательных организациях с обучающимися профилактических мероприятий, направленных на формирование у них позитивного мышления, принципов здорового образа жизни, предупреждения суицидального поведения».
11. Распоряжение Правительства РФ от 23.01.2021 № 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года».
12. «Конвенция о правах ребенка».

Пояснительная записка

На сегодняшний день сохранение здоровья подрастающего поколения - задача государственной важности, так как современные школьники составляют основной трудовой потенциал страны. Идея здоровьесбережения учащихся в образовании является основной задачей национального проекта «Образование», президентской инициативы «Наша новая школа», Федеральных государственных образовательных стандартов.

Основной целью новых стандартов /ФГОС/ является личность самого ребенка и происходящие с ним в процессе обучения изменения в период обучения в школе. Формирование здорового образа жизни должно проходить непрерывно и целенаправленно. ФГОС впервые определяет такую составляющую, как здоровье школьников, в качестве одного из важнейших результатов образования, сохранение и укрепление здоровья – в качестве одного из направлений деятельности школы-интерната.

С внедрением ФГОС приоритетным направлением деятельности педагога становится формирование культуры здорового и безопасного образа жизни детей, что включает как урочную, так и внеурочную деятельность.

Новый Стандарт определяет требования к тому, как школа выстраивает свою образовательную деятельность и создаёт материально-технические, информационные условия его реализации. Предъявляет требования к созданию высокого уровня информационно-образовательной среды. Самочувствие и здоровье ребенка зависит от совокупности социальных, экономических, природных и генетических факторов.

В детстве закладывается фундамент физического и психического здоровья, поэтому школа должна выбрать оптимальные пути совершенствования оздоровительной работы и правильно организовать физическое воспитание детей. Многолетние исследования физиологов и гигиенистов доказали, что влияние школы-интерната, условий обучения, учебные перегрузки значимы потому, что они действуют непрерывно, длительно, систематично и комплексно. Годы обучения для каждого ребенка – период интенсивного развития, формирования организма, период, когда любые неблагоприятные воздействия оказывают наибольшее влияние.

Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья обучающихся. Их комплекс получил название «здоровьесберегающие технологии». Главное назначение таких новых технологий – объединить педагогов, психологов, медиков, родителей и самих детей на сохранение, укрепление и развитие здоровья.

Здоровьесберегающие технологии – это целостная система воспитательных оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и медика.

Здоровьесберегающие технологии – предполагают совокупность педагогических, психологических и медицинских взаимодействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья учащегося, формирование осознанного отношения к своему здоровью.

Материально-техническое обеспечение

В школе-интернате созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Здание школы-интерната расположено на благоустроенном участке. Территория школы-интерната ограждена забором. На территории школы-интерната расположена многофункциональная спортивная площадка. Здание подключено к инженерным сетям – водоснабжению, отоплению.

Материально – техническая база - необходимое условие функционирования и развития образовательного учреждения. Совершенствование материально-технического обеспечения современным учебным и спортивным оборудованием, информационно-техническими средствами являются современными требованиями к образовательному учреждению. В школе-интернате созданы оптимальные материально-технические условия для осуществления учебно-воспитательного процесса. Школа имеет необходимый набор помещений для изучения обязательных учебных дисциплин. Учащиеся обучаются в учебных помещениях, закрепленных за каждым классом.

В школе-интернате просторные, оборудованные кабинеты, компьютерный класс, спортивный зал с инвентарем и необходимым оборудованием, раздевалки, отдельные для девочек и мальчиков, спортивная площадка, стадион для активных игр и прогулок, футбольное поле, столовая (организовано горячее питание, разнообразное меню). В школе-интернате имеются кабинеты физики, химии, истории, психолога и другие, которые оборудованы мебелью. Кабинеты обеспечены необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающими гигиеническим требованиям. Школа-интернат подключена к сети Интернет. Используется лицензионное программное обеспечение.

Информационно-коммуникативные технологии широко используются во внеурочной деятельности школы- интерната. Организован доступ педагогов к средствам ИКТ и Интернет-

ресурсам для поиска информации, оформления работ, создания фильмов и презентаций с разнообразной тематикой для проведения классных часов, вечеров отдыха, родительских собраний и других мероприятий с использованием ПК и ИКТ.

Функции различных категорий работников школы-интерната

1. Функции администрации:

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

2. Функции классного руководителя:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

3. Функции воспитателя:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в интернате;
- организация и проведение мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения.

Сроки и этапы реализации программы

I этап - 2023-2024 уч.г.

II этап -2024-2025 уч.г.

III этап - 2025-2026уч.г.

IV этап - 2026-2027 уч.г.

V этап – 2027-2028 уч.г.

1 этап - определение концептуальной линии развития общеобразовательного учреждения:

- изучение новых форм и методов пропаганды здорового образа жизни и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

2 этап – формирование научно-методической базы общеобразовательного учреждения здоровьесберегающего типа (1 год):

- совершенствование материально-технической базы общеобразовательного учреждения;
- разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования;
- подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;
- программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся.

3 этап – разработка программ деятельности здоровьесберегающего образовательного учреждения (1 год):

- внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в общеобразовательном учреждении;
- разработка программы обучения педагогов технологиям здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на уроках.

4 этап – разработка моделей индивидуализации обучения (1 год):

- работа инновационной группы учителей школы-интерната по разработке и внедрению технологий здоровьесбережения на основе индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных технологий индивидуализации обучения с последующим внедрением их на уроках

5 этап – практическая реализация программы развития ОУ здоровьесберегающего типа (1 год):

- работа педагогов всех МО школы-интерната по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- проверка результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения
- разработка программ самоаудита здоровьесберегающей деятельности школы-интерната.

Общее представление о здоровьесберегающей среде в КОУ «Излучинская школа-интернат»

Приоритетной задачей нашей школы-интерната, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни обучающихся. Эта задача затрагивает все аспекты существования общеобразовательного учреждения:

- соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм
- учет возрастных особенностей обучающихся
- режим учебно-познавательной деятельности
- организация питания
- социально-педагогические условия обучения

Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в КОУ «Излучинская школа-интернат»

Блок профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья обучающихся
предполагает:

- регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья обучающихся:
- использование в школе рекомендованных методов профилактики заболеваний
- обсуждение данных мониторинга здоровья учащихся на педсоветах
- создание соответствующим санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья:
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы-интерната;
- планомерная организация питания учащихся;
- реабилитационную работу.

Блок просветительско-воспитательной работы предполагает:

- организацию «Дней здоровья», внеучебной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;
- включение в воспитательный план образовательного учреждения мероприятий, направленных на формирование мотивации здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры).

Блок рациональной организации учебного процесса предполагает:

- соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;
- использование приемов индивидуализации обучения;
- строгое соблюдение гигиенических требований к использованию технических средств в учебном процессе;
- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;

- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование деятельности психолого-медико-педагогической службы школы-интерната для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Блок организации физкультурно-оздоровительной работы предполагает:

- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внеучебной деятельности к формированию здорового образа жизни обучающихся;
- эффективная работа с учащимися всех групп здоровья, родителей, социальных партнёров школы-интерната к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Блок здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения предполагает:

- соответствие помещения школы-интерната гигиеническим нормативам;
- наличие в образовательном учреждении состава специалистов, обеспечивающих здоровьесберегающую работу;
- оснащённость физкультурного зала, спортплощадки, школьной столовой.

Блок организации системы просветительской и методической работы с педагогами и родителями предполагает:

- проведение в общеобразовательном учреждении постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;
- повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения.

Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности

Раздел 1. Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся/воспитанников (организация здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения и готовность учителей к реализации здоровьесберегающей деятельности).

- Позиционирование школы-интерната в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения.
- Готовность учителей к участию в здоровьесберегающей работе;
- Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования.

Раздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.

- Организация питания обучающихся.

- Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму образовательного учреждения;
- Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению;
- Выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

Раздел 3. Рациональная организация образовательного процесса и использование здоровьесберегающих технологий при реализации образовательного процесса в школе.

- Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса;
- Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
- Психологические основы здоровьесберегающей организации учебного процесса;

Раздел 4. Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесохранной деятельности образовательного учреждения

- Состояние физкультурно-спортивного комплекса образовательного учреждения;
- Организация уроков физвоспитания в образовательном учреждении;
- Физвоспитание в режиме дня школы-интерната;
- Внеклассная физкультурно-спортивная работа;
- Контроль за выполнением обучающимися образовательного учреждения нормативов двигательной активности;
- Комплексная оценка физической подготовленности обучающихся образовательного учреждения.

Раздел 5. Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов здорового образа жизни обучающихся.

- Организация образовательной работы в ОУ в рамках учебных дисциплин здоровьесохранного блока;
- Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся;
- Участие обучающихся и их родителей в здоровьесохранной работе образовательного учреждения.

Раздел 6. Организация профилактики употребления психоактивных веществ в среде обучающихся

- План по профилактике употребления психоактивных веществ обучающимися;
- Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде обучающихся;
- Организация безопасной поддерживающей образовательной среды.

Раздел 7. Организация комплексного сопровождения системы формирования здорового образа жизни обучающихся (система медицинского обслуживания обучающихся)

- Оценка комплексных показателей состояния здоровья обучающихся

Раздел 8. Организация системы мониторинга сформированности культуры здорового образа жизни обучающихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов).

- Программа диагностики психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья;
- Программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся;
- Оценка сформированности у обучающихся, их родителей и учителей школы-интерната мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации в форме отчетов образовательного учреждения.

Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения

1. Гигиенические средства (санитарно-гигиенические средства здоровьесберегающие технологии)

- Требования к материально-техническому состоянию здания школы-интерната; организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов;
- Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления;
- Организация рационального питания обучающихся – пища должна быть полноценной по химическому составу. Быть безвредной в химическом отношении и безопасной с точки зрения бактериального состава;
- Соблюдение общего режима дня обучающихся – режима двигательной активности, режима питания и сна;
- Формирование здорового образа жизни;
- Личная и общественная гигиена; привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.;

2. Средства двигательной направленности (здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта)

- Уроки физкультуры с комплексами физических упражнений
- Различные виды оздоровительной гимнастики (пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура
- Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.

3. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ (психологические здоровьесберегающие технологии).

- Обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик
- Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер обучающихся в процессе их развития.

4. Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровьесберегающие образовательные технологии).

- Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс
- Системный подход к организации образовательной деятельности
- Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровьесберегающей направленности для всех ступеней обучения.

5. Профилактические и закаливающие средства (воспитательная работа по формированию ЗОЖ).

- Организация просветительского лектория
- Культурно-массовые мероприятия
- Работа с семьей обучающегося (пропаганда здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории)
- Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии)

Модель личности ученика

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности данной программы. В качестве основополагающей линии развития нашей школы-интерната в этом направлении выбрана концепция здоровьесберегающего образования. Школа-интернат должна стать «антропоцентричной», т.е. центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, соответственно, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям его всестороннего личностного развития. Модель технологий обучения в здоровьесберегающей школе существенно отличается от других существующих моделей и педагогических систем. Она предоставляет ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках не ученик подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя, а учитель, обладая разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем ребенка. Это требует разработки новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации обучения и здоровьесбережения. Учет индивидуальных особенностей учащихся в педагогической деятельности – это комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими путями:

- вариативностью образовательной среды на основе принципов профилизации обучения;
- дифференциацией обучения;
- индивидуализацией учебного процесса с учетом личностных особенностей учащихся;
- разработкой индивидуальных образовательных программ для детей с особенностями развития и педагогически запущенных детей;
- индивидуальными портфолио в системе дистанционного образования.

Работникам школы-интерната необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения учащихся.

Модель выпускника детского сада, начальной школы-интерната	Модель выпускника основной школы-интерната	Модель выпускника средней школы-интерната
-знание основ личной гигиены; -выполнение правил гигиены; -владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.	- знание основ строения и функционирования организма человека; - знание изменений в организме человека в пубертатный период;	- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;

	<ul style="list-style-type: none"> - умение оценивать свое физическое и психическое состояние; - знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; - поддержание физической формы; - телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости; - гигиена умственного труда. 	<ul style="list-style-type: none"> - убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; - знание различных оздоровительных систем; - умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; - способность вырабатывать индивидуальный образ жизни; - гигиена умственного труда.
--	--	--

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

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
 - культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
 - культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);
 - культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их);
- Базовыми компонентами на всех ступенях являются:
- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
 - формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
 - формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
 - формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

Методы контроля над реализацией программы

- проведение заседаний педагогического совета школы-интерната;
- посещение и взаимопосещение уроков, внеклассных мероприятий;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

План деятельности по реализации программы здоровьесбережения «Здоровая школа»

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
1. Медицинское направление				

1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; - выявление учащихся специальной медицинской группы; - ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.	Медицинский работник школы	Сентябрь, май	Медицинские карты, листы здоровья
1.2.	Проведение диспансеризации учащимся школы.	Медицинский работник школы	по отдельному плану	Отчет медсестры
1.3.	Проведение медицинского осмотра учащихся	Медицинский работник школы	по отдельному плану	План медицинских осмотров
1.4.	Медицинский осмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.	Медицинский работник школы	по отдельному плану	План медицинских осмотров
1.5.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	Медицинский работник школы	по отдельному плану	План вакцинации
1.6.	Оформление медицинских карт и листков здоровья.	Медицинский работник школы	В течение года	Журналы мед. кабинета
1.7.	Анализ случаев травматизма в школе.	Медицинский работник школы, специалист ОТ	В течение года	Материалы отчетов
1.8.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Медицинский работник школы, социальный педагог, классные руководители	В течение года	Материалы отчетов
1.9.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Медицинский работник школы	Ежедневно, в течение года	Справки
1.10.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: проветривание; освещение; отопление; вентиляция; уборка	Заведующий хозяйством	Ежедневно, в течение года	Справки
1.11.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиН)	Заместитель директора по УР	В течение года	Справка по оценке расписания
1.12.	Постоянный контроль за школьной столовой.	Заместитель директора по ВР	Ежедневно, в течение года	Журнал учета

1.13.	Работа кабинета здоровья	Медицинский работник школы	Ежедневно, течение года	в	Отчет
2. Просветительское направление					
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	заместитель директора по ВР	Сентябрь		График проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	Медицинский работник школы	В течение года		Тематика лектория
2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	Администрация школы	В течение года		План работы
2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	Администрация школы	В течение года		План работы
2.5.	Подготовка и проведение методического совета (выступления) по теме «Здоровье сбережение как фактор повышения качества образования»	Заместитель директора по ВР	Ноябрь		Протокол МС
2.6.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ).	Заместитель директора по ВР, классные руководители	В течение года		План работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	Социальный педагог Медицинский работник школы	В течение года		План работы
2.8.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки	Учителя	В течение года		План уроков
3. Психолого-педагогическое направление					
3.1.	Организация работы по оказанию психолого-педагогической помощи и психолого-педагогического сопровождения.	Психолого-педагогическая служба сопровождения школы	В течение года		План работы
3.2.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей, учащихся по программам: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение развития учащихся с целью	Педагог-психологи школы, врач школы, классные руководители	В течение года		Диагностические исследования

	<p>возможности продолжения обучения;</p> <p>- изучение психологических возможностей и готовности детей к школе;</p> <p>- выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения;</p> <p>- разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения.</p>			
3.3.	Организация психолого-педагогической и коррекционной помощи учащимся.	Педагоги-психологи	В течение года	План работы
3.4.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	Учителя, воспитатели	В течение года	План работы
4. Спортивно-оздоровительное направление				
4.1.	Организация спортивных мероприятий.	Учитель физической культуры	Ежегодно	План работы
4.2.	Разработка системы внеурочной деятельности по формированию здорового образа жизни учащихся.	Заместители директора	Сентябрь	План работы
4.3.	Вовлечение обучающихся, родителей (законных представителей), социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы	Заместители директора	Сентябрь	План работы
5. Диагностическое направление				
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	Медицинский работник школы	В течение года	Результаты мониторинга

**Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения
«Здоровая школа»**

Сентябрь

Организация дежурства по школе и по классам.
Налаживание работы кружков и секций, организация клубной деятельности.

Включение в планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей.

Организация питания учащихся.

«Уроки чистоты».

Проведение внутришкольных спортивно-массовых соревнований и спартакиаде.

Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма.

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

Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).

Октябрь

Организация работы по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.

Планирование занятости учащихся в каникулярный период.

Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований.

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

Физкультминутки (ежедневно).

Ноябрь

Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме «Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.

Физкультминутки и динамические паузы (систематически)

Отчёты о проделанной работе по здоровьесбережению.

Декабрь

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

Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).

Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Январь

Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».

«Весёлые старты».

Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.

День защитника Отечества.

Физкультминутки и динамические паузы.

Март

Планирование занятости учащихся в каникулярный период.

Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.

Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

Апрель

Всемирный день здоровья.
Благоустройство школьной территории.
День здоровья.
Динамические паузы, физкультминутки.

Май

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

Июнь

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

Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ по ступеням образования

Ступень	Уровень	Задачи педагогов	Прогнозируемые результаты
Среднее и старшее звено: 6 классы	Эмоциональный	Приобщение к здоровому образу жизни	Стремление к ведению здорового образа жизни
7 классы		Формирование самосознания и здорового образа жизни	
8-11 классы		Воспитание грамотного отношения к медико-профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека	

План действий по реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»

Этапы реализации программы	Программные мероприятия		
	Для педагогов	Для учащихся	Для родителей
Первый этап (2024 г (январь – август)	1.Круглый стол «Основы воспитания культуры здоровья школьников в системе работы	1.Круглый стол старшеклассников «Здоровый образ жизни - основа нашего будущего?»	1.Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания учащихся посредством консультаций,

	<p>классного руководителя.</p> <p>2.Взаимопосещаемые открытые уроки «Использование интерактивных методов в работе классного руководителя при формировании ЗОЖ учащихся».</p>	<p>2.Анализ состояния психического нравственного, физического здоровья учащихся.</p> <p>3.Исследование духовно-нравственного здоровья представляет собой оценку уровня воспитанности и ценностных ориентаций школьников.</p> <p>4.Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированности культуры здоровья школьников.</p>	<p>информационных писем и буклетов, выступлений на родительских конференциях, родительских собраниях и днях открытых дверей.</p> <p>2.Изучение уровня удовлетворённости учащихся и родителей организацией физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.</p>
<p>Второй этап (2024-2025годы) Цель: реализация программы деятельности, внесение корректив (по мере необходимости) в ее основные положения</p>	<p>1.Обмен методическими материалами «Здоровье- это здорово!».</p> <p>2.Организация цикла занятий «Здоровье - это здорово!</p> <p>*профилактическая тренировка для педагогов;</p> <p>*занятия в спортивном зале;</p> <p>*танцевальная терапия.</p> <p>4.Медико-педагогический всеобуч «Будьте здоровы!»</p>	<p>1.Беседы, лекции, просмотры научно-популярных телепрограмм, видеофильмов «Как уберечь себя от беды».</p> <p>2.Организация медицинского всеобуча «Загадки доктора Айболита».</p> <p>3.Школьная спартакиада.</p> <p>4.Конкурс «Самый здоровый класс года».</p> <p>5.Цикл классных часов «Здоровые привычки-здоровый образ жизни» (6-7 классы).</p> <p>6.Цикл классных часов «Вредные привычки и их</p>	<p>1.Совместные занятия детей и родителей, участие в играх на воздухе, походах, спортивных соревнованиях.</p> <p>2.Общешкольные семейные спортивные праздники.</p> <p>3.Тематические родительские собрания «Быть здоровым- это модно!».</p> <p>4.Медико- педагогический всеобуч «Будьте здоровы!».</p>

		преодоление» (8-11-классы).	
Традиционные мероприятия на всех этапах	<p>1.Выполнение и соблюдение норм и правил СанПин (шум, освещённость, воздушная среда, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи, расследование обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями, рациональное расписание занятий, дозирование домашних заданий).</p> <p>2.Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди обучающихся.</p> <p>3.Обеспечение надлежащих психолого- педагогических условий (психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.).</p> <p>4.Организация контроля за питанием.</p> <p>5.Профилактика гиподинамии- организация подвижных переменок.</p> <p>6.Тематическая спортивная неделя.</p> <p>7.Общешкольный день спорта.</p> <p>8.Дни здоровья.</p> <p>9.Антинаркотический месячник «Будем жить!».</p> <p>10.Тематические классные часы по ЗОЖ.</p> <p>11.Учет участия школьников в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.</p>		

Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в школе-интернате

Осуществление запланированных действий по реализации данной программы позволит получить следующие результаты:

1. Будет сформирована система физкультурно- оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка.

2. Будет осуществляться систематический контроль за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики.

3. Снизится заболеваемость всех участников образовательного процесса.

4. Будет создан компьютерный банк данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования, который будет использоваться для совершенствования модели медико- психолого- педагогического сопровождения учащихся.

5. Повысится уровень знаний по вопросам здоровья и его сохранения.