

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
**«Северская школа-интернат для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья»**

Рассмотрена и принята
педагогическим советом
№ 1 от «30» августа 2022 г.

Директор школы-интерната
 И.С. Симон
«01» сентября 2022 г.



ПРОГРАММА
«Здоровый школьник»
на 2022-2025 гг.

Авторы программы:
Наумова Галина Васильевна,
врач-педиатр

Гонцова Юлия Васильевна,
заместитель директора по УВР

Щагольчина Ирина Владимировна,
педагог доп. образования

Башкатов Игорь Алексеевич,
учитель физической культуры

Структура Программы

I	Постановка проблемы.....	3
II	Цели и задачи.....	3
III	Основные направления Программы и их содержание.....	3
IV	Общие организационные мероприятия.....	4
V	Механизм реализации Программы.....	10
VI	Предполагаемые конечные результаты.....	11
Приложение 1.		
	План мероприятий	13

I. Постановка проблемы

Здоровье складывается из четырех составляющих компонентов: соматического здоровья, физического, психического, нравственного. У обучающихся школы-интерната нарушены все составляющие здоровья:

- соматическое – более половины учащихся состоят на «Д» учете по хроническим заболеваниям;
- физическое – у большинства количества обучающихся наблюдается отставание в физическом развитии;
- психическое – дети с интеллектуальными нарушениями;
- нравственное – дети очень ведомые в плане воздействия внешних факторов, вредных привычек.

Если рассмотреть структуру здоровья обучающихся школы-интерната, то на первое место выходит патология органов зрения, опорно-двигательного аппарата и нарушение осанки.

II. Цели и задачи

Основной **целью программы** является создание системы профилактических медицинских и педагогических мероприятий, направленных на решение проблемы сохранения и укрепления здоровья детей.

Задачи:

1. Создавать условия для укрепления, сохранения здоровья и формирования потребности в здоровом образе жизни у обучающихся;
2. Расширять систему взаимодействия и сотрудничества со всеми заинтересованными структурами;
3. Привлекать внимание всех субъектов образовательного процесса и общественности к проблеме сохранения и укрепления здоровья обучающихся;
4. Совершенствовать систему мероприятий по снижению адаптационного стресса у обучающихся;
5. Совершенствовать систему профилактических мероприятий, направленных на создание предпосылок к стабилизации и последующим снижением заболеваемости гриппом, ОРВИ, роста и обострений хронических заболеваний;
6. Проводить профилактические мероприятия по коррекции заболеваний органов зрения и опорно-двигательного аппарата (сколиоз, плоскостопие, нарушение осанки и координации движений);
7. Формирование навыков и культуры правильного питания.

III. Основные направления Программы и ее содержание

С целью решения поставленных задач вся работа направлена на сохранение и укрепления здоровья детей в школе. Программа определяет следующие направления работы:

1. Создание условий для укрепления, сохранения здоровья и формирования потребности в здоровом образе жизни у обучающихся:
 - проведение комплекса педагогических мероприятий;
 - вовлечение обучающихся в спортивное направление внеурочной деятельности;
 - информирование родительского сообщества.
2. Расширение системы взаимодействия и сотрудничества со всеми заинтересованными структурами:
 - заключение договоров о сотрудничестве и социальном партнерстве.
3. Проведение комплекса мероприятий, направленных на снижение адаптационного стресса:
 - проведение комплекса педагогических мероприятий;
 - создание оптимальных условий пребывания ребенка в образовательном учреждении.
4. Профилактика гриппа и ОРВИ:
 - проведение иммунопрофилактики и сезонной иммунокорректирующей профилактики респираторной инфекции;
 - создание здоровьесберегающей среды.
5. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата:
 - создание оптимального двигательного режима;
 - проведение комплекса коррекционно-педагогических мероприятий.
6. Профилактика заболеваний органов зрения:
 - создание охранительного режима;
 - проведение комплекса коррекционно-педагогических мероприятий;
7. Формирование навыков и культуры правильного питания:
 - формирование культурно-гигиенических навыков;
 - пропаганда здорового питания среди обучающихся и их родителей;
 - проведение санитарно-противоэпидемиологических мероприятий.

IV. Общие организационные мероприятия и стратегия их реализации

Общие организационные мероприятия позволяют не только совершенствовать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, но и осуществлять контроль за выполнением и эффективностью проводимых мероприятий в рамках Программы.

Общие организационные мероприятия включают в себя:

- создание единого оздоровительного пространства;
- координацию выполняемых работ со стороны администрации;
- работу ПМПк, ППк;
- создание системы работы по повышению квалификации специалистов;
- динамическое наблюдение за эффективностью проводимых мероприятий.

Контроль за исполнением программы осуществляет администрация школы в пределах своих полномочий и в соответствии с законодательством.

Создание единого оздоровительного пространства

Создание единого оздоровительного пространства – это создание школы «содействия здоровью». Составной частью понятия «содействия здоровью» являются понятия «обучение здоровью» и «доступная среда».

«Обучение здоровью» означает комплекс педагогических мероприятий, проводимых в виде уроков, лекций, бесед, тренингов, которые направлены на трансляцию знаний о здоровье, изменение отношения к собственному здоровью, приобретение поведенческих навыков, содействующих здоровью.

1. Политика «содействия здоровью» в школе:

- учебные нагрузки в школе не превышают возрастные нормативы, оговоренные в СанПиН;
- в план работы школы на год включаются позиции «содействия здоровью»;
- школьная стратегия содействия здоровью предполагает вовлечение всех сотрудников, учащихся школы и их родителей,
- школьная стратегия содействия здоровью предполагает вовлечение других учебных учреждений;
- разрабатывается долгосрочный план по реализации стратегии содействия здоровью школьников;
- в учебный план включается время для образования в области здоровья (не менее 1 часа в неделю).

2. Материально технические условия в школе «содействия здоровью»:

- здание и оборудование школы соответствует требованиям СанПиН, включая классные помещения, рекреации, туалеты, школьную мебель;
- занятия в школе проводятся в одну смену;
- оборудование первого этажа для детей с нарушениями ОДА, в том числе для детей-колясочников (поручни, пандусы, туалетные комнаты, кресла-коляски);
- спортивные залы оборудованы необходимым инвентарем;
- на пришкольном участке оборудована спортивная площадка для занятий на свежем воздухе;
- школьная столовая соответствует требованиям СанПин;
- школьное здание и школьная территория, кабинеты соответствуют требованиям охраны труда.

«Доступная среда» означает создание такого образовательного пространства, которое позволяет обучать детей с ограниченными возможностями здоро-

вья. В результате деятельности по созданию доступной среды в школе отремонтированы и оборудованы современным оснащением:

- комната психологической разгрузки (сенсорная комната)
- кабинет коррекционных занятий,
- кабинет педагога-психолога
- кабинет учителя-логопеда
- зал адаптивной физкультуры
- тренажерный зал
- кабинет музыки и ритмики
- учебные кабинеты
- туалетная комната для маломобильных учеников

3. Медицинское обслуживание в школе «содействия здоровью»:

- медицинский кабинет оснащен стандартным комплектом оборудования и дополнительным оборудованием, позволяющим проводить профилактические лечебные процедуры;
- на каждого ребенка заводится медицинская карта;
- проводятся регулярные проф. осмотры школьников в соответствии с декретированными сроками;
- имеется картотека детей, подлежащих диспансерному наблюдению;
- проводятся мероприятия по профилактике острых заболеваний;
- проводятся мероприятия по профилактике инфекционных мероприятий (гигиенические, санитарно-просветительские);
- обеспечивается возможность получения всеми детьми профилактических прививок в соответствии с декретированными возрастными;
- проводится просветительская работа с педагогическим коллективом по вопросам здоровья школьников;
- школьная медсестра регулярно контролирует соблюдение правил охраны труда на территории, в здании и занятиях в школе.

4. Двигательная активность и физическое развитие детей:

- проводятся динамические перемены, в т.ч. на свежем воздухе;
- во время уроков уделяется внимание здоровьесберегающим технологиям;
- работают спортивные секции;
- организованы занятия по ОАФК;
- создаются команды по различным видам спорта, которые участвуют в соревнованиях различного уровня.

5. Обучение здоровью в школе:

- проводятся мероприятия по профилактике близорукости во время уроков, занятий (физкультминутки, гимнастика для глаз);

- в школе в рамках учебной программы ведется курс физической культуры, адаптивной и оздоровительной физической культуры;
- во внеурочное время проводятся беседы для девочек и мальчиков по вопросам полового воспитания, классные часы и беседы по ЗОЖ;
- проводятся тренинговые занятия для детей групп риска по профилактике наркомании, табакокурения, алкоголизма;
- прививается культура ЗОЖ через спортивные секции «Атлет», «Юный пловец», занятия ОАФК по нарушению осанки, координации движений, плоскостопия, «Будь здоров».

6. Превентивные меры в школе:

- в школе запрещено курение для учащихся, педагогов и посетителей;
- запрещено курение на территории школы;
- в школе запрещено употребление спиртных напитков;
- все пропуски занятий контролируется школой.

7. Оздоровление сотрудников школы:

- все сотрудники школы проходят медицинские осмотры.

8. Взаимоотношения школы с родителями:

- поддерживается тесный контакт с родителями по состоянию здоровья обучающихся, проводятся беседы, даются рекомендации;
- родители участвуют в реализации планов школы по содействию здоровью школьников, организации здорового питания.

9. Мониторинг:

Два раза в год, в октябре и апреле, в школе проводится мониторинг обучающихся по следующим направлениям:

- медицинский аспект
- уровень физической подготовленности
- уровень физических качеств по программе ОАФК (оздоровительной адаптивной физкультуры).

Работа психолого-медико-педагогического, психолого-педагогического консилиумов школы

Каждый ребенок может достигнуть значительных успехов, если ему будет обеспечена комплексная диагностика, лечение, социальная и коррекционно-педагогическая помощь. Работа ПМПк способствует реализации системного подхода в решении задач специализированной помощи детям.

Цель ПМПк:

1. обеспечение диагностико-коррекционного психолого-педагогического сопровождения обучающихся с отклонениями в развитии, исходя из реальных возможностей и в соответствии с образовательными потребностями, возрастными и индивидуальными особенностями, состоянием соматического и нервно-психического здоровья учащихся;

2. своевременное оказание помощи учителям и воспитателям в обеспечении индивидуального и дифференцированного подхода в обучении учащихся и в выборе эффективных методических приёмов, изучение личности школьника.

Задачи ПМПк:

1. своевременное выявление и комплексное обследование детей, имеющих отклонения в адаптации, в обучении и поведении;
2. профилактика физических, интеллектуальных и эмоционально-личностных перегрузок и срывов;
3. выявление резервных возможностей развития;
4. определение характера, продолжительности и эффективности специальной (коррекционной) помощи в рамках имеющихся возможностей;
5. подготовка и ведение документации, отражающей актуальное развитие ребёнка, динамику его состояния, уровень школьной успешности.

Цель ППк:

ППк является одной из форм взаимодействия руководящих и педагогических работников школы-интерната, с целью создания оптимальных условий образования, развития, социализации и адаптации воспитанников посредством психолого-педагогического сопровождения

Задачи ППк:

1. Выявлять трудности в освоении образовательных программ, особенности в развитии (физическом и (или) психическом), социальной адаптации и поведении обучающихся для последующего принятия решений об организации психолого-педагогического сопровождения;
2. Разрабатывать рекомендации по организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся;
3. Консультировать участников образовательных отношений по вопросам актуального психофизического состояния и возможностям воспитанников; содержания и оказания им психолого-педагогической помощи, создания специальных условий получения образования;
4. Осуществлять контроль за выполнением рекомендаций ППк

Создание системы работы по повышению квалификации медицинских работников по вопросам обучения и оздоровления детей

Повышение квалификации осуществляется в установленном порядке на основании заявлений:

– сертификационные курсы врача и медсестер на базе научных медицинских учреждений;

- участие в научно-практических конференциях;
- участие в практических семинарах по обмену опытом.

**Комплексный план по оздоровлению детей
в МБОУ «Северская школа-интернат для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья»
на 2022-2025 гг.**

1. Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима:

- Соблюдение температурного режима в здании, режима проветривания учебных классов, контроль уровня освещенности помещений, проведения текущей уборки помещений и сан.узлов (согласно СанПиН 2.4.3648-20, СанПиН 3.3686-21)
- Профилактический осмотр детей, прибывших после каникул, на наличие или отсутствие заразных заболеваний.
- Осмотр детей по эпидемиологическим показаниям (наблюдение за детьми, контактными по инфекционным заболеваниям согласно установленным срокам и объемам обследования).
- Введение особого санитарно-эпидемиологического режима при угрозе массового распространения инфекционных заболеваний (постановление Главного санитарного врача томской области от 02.10.2015 № 4 «Об ограничительных мероприятиях в детских образовательных организациях Томской области в период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ»)
- Вакцинопрофилактика инфекционных заболеваний согласно Национальному календарю прививок.

2. Соблюдение учебно-воспитательного режима:

- Рациональное распределение учебной нагрузки на ребенка.
- Чередование уроков по их сложности с учетом смены видов деятельности.
- Организация обучения детей с ослабленным здоровьем на дому по индивидуальному учебному плану.
- Облегченный режим изучения отдельных предметов для детей, нуждающихся в этом.
- Индивидуальный подход к построению учебных программ с учетом психофизиологических возможностей обучаемого контингента детей.

3. Физическое воспитание:

- Распределение учащихся на физкультурные группы исходя из состояния здоровья каждого ребенка
- Занятия адаптивной физкультурой по специальным комплексам, разработанным для детей с патологией опорно-двигательного аппарата, неврологическими расстройствами и нарушениями координации движений с учетом профильной патологии.

- Проведение физкультурных пауз на уроках, включая гимнастику для глаз, контроль за правильной осанкой.
- Занятия плаванием детей, которым по состоянию здоровья не противопоказано посещение бассейна.

4. Формирование навыков и культуры правильного питания:

- Формирование культурно-гигиенических навыков.
- Пропаганда здорового питания среди обучающихся и их родителей.
- Проведение санитарно-противоэпидемиологических мероприятий.
- Проведение родительского контроля.

5. Лечебно-профилактическая работа:

- Диспансерное наблюдение детей, имеющих хронические заболевания.
- Тесное сотрудничество с неврологом и психиатром КДП (для детей), медикаментозная реабилитация по назначениям специалистов указанного профиля.
- Физиотерапевтические мероприятия для детей, страдающим хроническими заболеваниями ЛОР-органов и энурезом с целью профилактики рецидивов.
- Профилактика ОРВИ (вакцинация против гриппа, витаминотерапия, сквозное проветривание помещений, своевременная изоляция заболевших детей)

6. Летний оздоровительный отдых:

- Организация работы летнего оздоровительного лагеря (контроль за питанием, двигательной активностью, закаливанием, профилактика инфекционных заболеваний и травматизма, дополнительная витаминотерапия).

V. Механизм реализации Программы

Реализация Программы предусматривает следующий стратегический подход в решении поставленных задач:

- фокусирование внимания на приоритетных факторах риска и образа жизни, влияющих как на здоровье, так и на общее благополучие, способности к получению знаний, как в настоящем, так и в будущем;
- объединение и исследование всех компонентов, как самой школьной системы, так и прямо или косвенно на них влияющих;
- сотрудничество на всех уровнях;
- активное вовлечение детей, в том числе и руководство, в оценку хода программных мероприятий;
- активное вовлечение педагогов в реализацию Программы, образование и повышение квалификации по вопросам укрепления здоровья и здорового образа жизни;
- использование комплексной системы планирования, мониторинга оценки хода Программы и ее отдельных элементов.

Основными направлениями деятельности педагогов и всех заинтересованных в привитии учащимся навыков здорового образа жизни лиц являются:

- формирование ценности здоровья и здорового образа жизни через использование валеологических подходов и методов;
- разработка и реализация системы мер, направленных на профилактику алкоголизма, курения и наркомании, охрану репродуктивного здоровья;
- нормализация учебной нагрузки;
- создание адаптивной образовательной среды для детей, имеющих ограниченные возможности здоровья и проблемы в развитии;
- создание системы и механизмов общественной поддержки работы по охране и укреплению здоровья детей, формированию у них здорового образа жизни;
- использование собственного опыта детей, готовности их к восприятию знаний и собственным действиям в защиту здоровья.

Таким образом, создается система формирования новой идеологии в отношении к здоровью.

VI. Предполагаемые конечные результаты

1. Увеличение доли обучающихся, занимающихся физической культурой и спортом;
2. Привлечение внимания субъектов образовательного процесса и общественности к проблемам занятости, оздоровления обучающихся и их решению.
3. Сформирована здоровьесберегающая среда, направленная на повышение мотивации и удовлетворение потребностей к ведению здорового образа жизни.
4. Заключенные договоры о сотрудничестве с дошкольными учреждениями с целью обеспечения преемственности образовательного процесса и снижения адаптационного стресса у первоклассников и их родителей.
5. Заключенные договоры с социальными партнерами, участие в спортивных и других мероприятиях различного уровня, направленных на воспитание и пропаганду ЗОЖ.
6. Включенность субъектов образовательного процесса (сотрудники школы-интерната, родители, дети) в сохранение здоровья обучающихся.
7. Сформирована система профилактических мероприятий, направленных на создание предпосылок к стабилизации и последующим снижением заболеваемости гриппом, ОРВИ, роста и обострений хронических заболеваний.
8. Сформирована система профилактики и коррекции заболеваний органов зрения и опорно-двигательного аппарата.
9. Дети научены выполнять правила личной гигиены, тем самым, поддерживая свое состояние здоровья на должном уровне.
10. У детей сформировано представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах.

11. Выпускники имеют представление о негативных факторах риска здоровья (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомление, стресс), о существовании и причинах возникновения зависимости от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье.
12. У детей сформирована потребность безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.
13. У педагогов повышена профессиональная компетентность в области здоровьесберегающих технологий.
14. Сокращение пропусков уроков по болезни.

План мероприятий

№ п/п	Мероприятия	Сроки реализации	Ответственный	Результаты здоровьесберегающей деятельности
1.Создание современных условий, обеспечивающих сохранение здоровья обучающимся.				
1.1	Обновление спортивного инвентаря и оборудования.	2022-2025	Директор, зам. директора по АХР	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья.
1.2.	Реконструкция спортивной площадки	2025	зам. по АХР	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья.
1.3.	Создание в учебных кабинетах благоприятной цветовой среды.	2022-2025	Заместитель директора по АХР, ответственные за кабинеты	Развитие физиологических личностных качеств: работоспособность, энергичность, креативность; создание комфортных условий среды обитания.
1.4.	Мониторинг санитарного состояния учебных кабинетов: – освещение; – проветривание; – уборка	1 раз в год	Администрация, медики	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья.
1.5.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	В течение года	Зам по АХР	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья.
1.6.	Осуществление контроля за соблюдением норм нагрузки (дневной, недельной, годовой)	В течение года	Зам по УВР	Сохранение качества здоровья обучающихся; оптимизация учебно – воспитательного процесса.
1.7.	Организация активного отдыха на переменах	В течение года	Зам директора по УВР	Увеличение двигательной активности обучающихся, профилактика гиподинамии.
1.8.	Вакцинация детей в соответствии с приказами Минздрава.	В течение года	медсестра	Профилактика различных заболеваний.
1.9.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	сентябрь	Зам директора по УВР	Комфортная среда в школьном сообществе, созданы современные условия, обеспечивающие сохранение здоровья обучающихся.
2.Формирование ценностного отношения к жизни (ЗОЖ).				
2.1	День Здоровья.	сентябрь, май	Зам директора по УВР, учитель физкультуры, ПДО	Положительная мотивация к ведению здорового образа жизни. Активное участие в подготовке мероприятий (активная жизненная позиция);
2.2.	Декада физкультуры и спорта	апрель		
2.3.	Воспитательная работа с	По графику	классные руко-	Понимание важности

	<p>обучающимися:</p> <p>«Гигиена школьника»</p> <p>«Здоровые привычки – здоровый образ жизни»</p> <p>«Защитники Отечества»</p> <p>«Какой должна быть девочка? (мальчик)»</p> <p>«Поведение и правонарушение»</p> <p>«Как мы говорим».</p> <p>«Свет мой зеркальце» (внешний вид).</p> <p>«Что нужно делать, чтобы избежать конфликта».</p> <p>«Как я отдыхаю» (саморегуляция).</p> <p>«Что такое здоровый образ жизни»</p> <p>«Основы полового воспитания»</p> <p>«Вредные привычки»</p>	кл. часов	водители	<p>гигиенического ухода за своим телом;</p> <p>Профессиональное и личное самоопределение обучающихся;</p> <p>Формирование формы выражения собственного достоинства;</p> <p>Выявление значимости для крепкого здоровья отказа от вредных привычек и ведения здорового образа жизни;</p> <p>Формирование умения выстраивать свои отношения с окружающими людьми;</p> <p>Формирование стиля жизни, способствующего укреплению здоровья;</p> <p>Формирование правильной специфики полового восприятия жизни, умение согласовывать свою половую роль с реальными нормами поведения;</p> <p>Формирование коммуникативные качества обучающихся.</p>
2.4.	<p>Организация спортивных событий:</p> <p>День здоровья</p> <p>Спортивно-игровая программа, приуроченная к российскому празднику День Отца «Папа может!»</p> <p>Веселые старты</p> <p>Подвижные игры</p> <p>Соревнования по настольному теннису</p> <p>«Зимние потешки»</p> <p>Турнир по пионерболу к 8 Марта</p> <p>«Веселые старты», посвященные Всемирному дню здоровья</p>	по графику спортивных мероприятий	Учитель ФК, ПДО	Формирование потребности заниматься спортом, вести здоровый образ жизни
2.5.	<p>Психологические тренинги:</p> <p>«Агрессивность, неуверенное поведение и уверенное поведение» (1-4 кл., профилактика буллинга)</p> <p>«Стресс и способы борьбы с ним» (профилактика суицидального поведения)</p> <p>«Агрессивность, неуверенное поведение и уверенное поведение» (5-11 кл., профилактика буллинга)</p> <p>«Я особенный и я себя</p>	<p>октябрь</p> <p>ноябрь</p> <p>февраль</p>	педагог-психолог	<p>Личное самоопределение обучающихся;</p> <p>Формирование формы выражения собственного достоинства;</p> <p>Формирование умения выстраивать свои отношения с окружающими людьми;</p> <p>Формирование стиля жизни, способствующего укреплению здоровья;</p> <p>Формирование правильной специфики полового воспри-</p>

	уважаю» (профилактика суицидального поведения)	апрель		ятия жизни, умение согласовывать свою половую роль с реальными нормами поведения; Формирование коммуникативные качества обучающихся
2.6.	Беседа о повышенных мерах безопасности, усиленном внимании ко всем признакам и факторам подготовки и совершения противоправной деятельности, в том числе экстремистского, террористического характера	октябрь	классный руководитель, воспитатель	Формирование представления о негативных факторах риска здоровья
2.7.	Антинаркотическая акция «Думай до, а не после...» (выпуск газеты)	февраль	ст.вожатый	Формирование представления о негативных факторах риска здоровья
2.8.	Беседы и профилактические занятия по профилактике травматизма и клещевого энцефалита	май	воспитатели, кл. руководители	Формирование представления о негативных факторах риска здоровья
2.9.	Урок безопасности	сентябрь май	зам. директора по ПВ	Формирование потребности заниматься спортом, вести здоровый образ жизни;
3.Нравственное воспитание				
3.1.	Книжная выставка «Все о вредных привычках»	сентябрь	педагог-библиотекарь	Формирование представления о негативных факторах риска здоровья
3.2.	Урок безопасности	сентябрь	зам. директора по ПВ	Формирование представления о негативных факторах риска здоровья
3.5.	Книжная выставка «Эстетика поведения» Уроки вежливости «Хорошие манеры для самых маленьких»	февраль	педагог-библиотекарь	Воспитанники знают традиции своей семьи и образовательного учреждения, бережно относятся к ним
3.6.	Проведение валеологических классных часов: 1класс. Травмоопасные участки в школе. Режим дня. Одежда осенью и зимой. Уход за одеждой. 2 класс. Безопасное поведение в школе. Гигиена учебного труда и отдыха. Гигиена питания. 3 класс. Способы решения конфликтных ситуаций. Строение тела человека.	В течение года	Классные руководители, медицинские работники, инспектор ГИБДД, учителя – предметники, родители.	Сформированы Дружеская атмосфера в классном коллективе; Умение общаться, дружить, веселиться; Толерантное взаимодействие; Толерантность, терпимость к другому образу жизни, другим взглядам; Навыки и умения выполнения утренней зарядки; Потребность в рациональном сбалансированном питании; Представление о рационе и режиме питания; Потребность примене-

Здоровье и болезнь.

О вкусной и здоровой пище.

4 класс.

Режим дня школьников.

Как защититься от простуды и гриппа.

Правильное питание – залог здоровья.

5 класс.

Режим дня.

Правильное питание – залог здоровья.

Закаливание – надежный щит против болезней.

6 класс.

Межличностное общение. Я и другие. Как я отношусь к критике.

Долина полезных продуктов.

Гигиена тела.

7 класс.

Я и другие. Возможные конфликты с родителями, друзьями, учителями.

Влияние наркотиков на жизненный стиль человека.

«Сон и профилактика его нарушения».

8 класс.

Правила выбора гигиенических средств ухода за телом.

Признаки утомления органов зрения и слуха. Способы снятия утомления.

Употребление психоактивных веществ как слабость воли, болезнь.

Открытая трибуна «Все о здоровой пище»

Лекция «Здоровый образ жизни. Вредные привычки»

9 класс.

Гигиена тела – основа здорового образа жизни.

Питание – основа жизни.

Безопасное поведение.

Травматизм.

Психоактивные вещества как фактор риска в жизни человека.

10, 11 класс.

ния витаминов как средства профилактики различных заболеваний;

Потребность в закаливании как способу повышения сопротивляемости организма к различным факторам окружающей среды;

Коммуникативные качества обучающегося;

Система знаний об источниках опасности, умений, навыков выхода из экстремальных ситуаций;

Умение решать конфликтные ситуации в классном коллективе;

Сформированы конструктивные элементы поведения;

Навыки бесконфликтного общения;

Культура личной безопасности на дорогах, в социуме, дома;

Сформировано умение ставить цели, добиваться и проигрывать;

Представление о стрессах и путях его снятия;

Умения вести себя в сложных ситуациях;

Чувство ответственности за здоровье свое и близких;

Устойчивый интерес к занятиям спортом;

Критическое мышление по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленным на сохранение здоровья;

Осознанное неприятие всех вредных привычек;

Совместно с родителями и социальными партнерами выработана единая линия воспитания культуры здоровья школьников

	<p>СПИД: пути передачи и способы предупреждения.</p> <p>Правила поведения в местах общественного питания.</p> <p>Уход за кожей лица.</p> <p>Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения.</p> <p>Биоритмы и здоровье.</p>			
4. Развитие физической культуры обучающихся.				
4.1.	Работа спортивных секций, ОАФК	В течение года	учитель ФК, ПДО	привлечение максимального количества детей к занятиям в спортивных секциях с оздоровительной направленностью; формирование культуры здоровья, пропаганда здорового образа жизни, повышение внутренней и внешней культуры всех участников
5. Участие педагогических работников, обучающихся в инновационных проектах и программах.				
5.1.	Проведение тематических педсоветов, семинаров, круглых столов, с целью погружения в проблему.	В течение года	Администрация	<p>Созданию комфортной здоровьесберегающей образовательной среды и формирование здорового образа жизни.</p> <p>Повышение заинтересованности педагогических работников в укреплении здоровья учащихся.</p> <p>Планирование и осуществление мероприятий по предупреждению переутомления учащихся в процессе учебной деятельности</p>
5.2.	Повышение профессиональной компетенции учителей в области реализации здоровьесберегающих технологий.	В течение года	Администрация	<p>Повышение квалификации педагогов в вопросах здоровья детей.</p> <p>внедрение здоровьесберегающих технологий.</p>
5.3.	Ознакомление педагогического коллектива с конечным результатом медосмотра и диспансеризации.	В течение года	Медицинский сотрудник	Повышение заинтересованности педагогических работников в укреплении здоровья учащихся.
6. Рационализация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.				
6.1.	Организация режима ступенчатого повышения нагрузки для учащихся первого класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям.	Сентябрь - ноябрь	Заместитель директора по УВР	<p>Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.</p> <p>Создание здоровьесберегающей</p>

				среды, направленной на повышение мотивации и удовлетворение потребностей к ведению здорового образа жизни
6.2.	Валеологический анализ расписания уроков.	В течение всего учебного года	Заместитель директора по УВР	Поиск оптимальных условий для организации деятельности обучающихся во время занятий.
6.3.	Организация перемен и создание на переменах таких условий, которые способствовали бы оптимальному двигательному режиму учащихся разных возрастов.	В течение всего учебного года	Заместитель директора по УВР	Поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, Создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
6.4.	Включение вопросов с определённой валеологической направленностью в план учебных программ по биологии, ОБЖ, физической культуре и ДР.	В течение всего учебного года	Заместитель директора по УВР	Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни на уроках. Создание здоровьесберегающей среды, направленной на повышение мотивации и удовлетворение потребностей к ведению здорового образа жизни:
6.5.	Контроль за выполнением норм самообслуживания	В течение всего учебного года	администрация	Создание оптимальных гигиенических и экологических условий для образовательного процесса.
6.6.	Контроль за правильным использованием ТСО.	Ноябрь, февраль	Заместитель директора по УВР	Организация образовательного процесса, предотвращающего формирование у обучающихся дезадаптационных состояний переутомления, гиподинамии, дистресса и т.д.
6.7.	Структурирование учебных программ на основе валеологических принципов.	май	Заместитель директора по УВР	Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни на уроках.
6.8.	Осуществление контроля за соблюдением норм нагрузки (дневной, недельной, годовой)	Октябрь - март	Заместитель директора по УВР	Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни
6.9.	Медико - педагогический мониторинг детей и подростков при зачислении их в школу (с учётом сложности программы)	Апрель - май	ПМПк	Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирова-

	обучения)			ния здорового образа жизни
7.Реализация дополнительных образовательных программ в сфере сохранения и укрепления здоровья обучающихся.				
7.1.	Сотрудничество с МБОУ «СОШ № 198 (плавание)	В течение года	Заместитель директора по ВР, ПДО	Расширение системы взаимодействия и сотрудничества со всеми заинтересованными структурами; Увеличение доли обучающихся, занимающегося физической культурой и спортом;
7.2.	Работа спортивных секций	В течение года	Заместитель директора по ВР	Увеличение доли обучающихся, занимающегося физической культурой и спортом; Формирование у обучающихся культуры здоровья. Воспитание стремления к ведению здорового образа жизни.
8.Организация просветительской работы с родителями (законными представителями) обучающихся.				
8.1	«Здоровый образ жизни в семье – счастливое будущее детей»	В течение года	Кл. руководители	Стимулирование повышения внимания родителей к вопросам здоровья, Формирование в семьях здоровьесберегающих условий, здорового образа жизни, профилактики вредных привычек.
8.2.	«В здоровом теле - здоровый дух»: о правилах закаливания, питания, режиме дня школьника» (информирование через чаты, родительские собрания)	В течение года	Кл. руководители	Стимулирование повышения внимания родителей к вопросам здоровья.