

ОКОУ «Клюквинская школа-интернат»  
Курского района Курской области

Принято  
на заседании  
Педагогического совета  
протокол № 1  
от 30.08.2024 г.

Согласовано  
Председателем родительского комитета  
Усольцевой О.Ю.



Утверждаю  
Директор школы-интерната  
А.П.Беликов  
Приказ № 77  
от 30.08.2023 г.

Комплексная программа  
здоровьесберегательной деятельности  
ОКОУ «Клюквинская школа-интернат»  
2024-2027 г.г.

Курск 2024 год

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Проблема здоровья школьников сегодня как никогда актуальна. В Федеральном государственном образовательном стандарте говорится, что «единственный и абсолютный в своем значении предмет общего среднего образования – становящийся человек и гражданин, его ЗДОРОВЬЕ, его человеческие и гражданские качества».

Для решения задачи сохранения здоровья ученика Министерство образования Российской Федерации инициировало разработку в образовательных учреждениях специальных программ, направленных на укрепление здоровья обучающихся, составленных с учётом их возрастных, психофизиологических особенностей. Решение проблемы здорового образа жизни является ключевой во все возрастные периоды, начиная с раннего детства.

Настоящая Комплексная программа Здоровьесберегательной деятельности ОКОУ «Клюквинская школа-интернат» (далее - Программа) составлена на основе Федеральной целевой программы развития образования.

Реализация программы осуществляется на всех уровнях обучения. Программа служит основой сотрудничества образования и здравоохранения, общественности, школы-интерната и родителей.

Реализация программы предполагает опору на предметы естественнонаучного, гуманитарного, эстетического циклов, а также на систему дополнительного образования и воспитательные мероприятия.

Программа включает в себя следующие направления здоровьесберегающей деятельности:

- Сохранение и укрепление здоровья ученика.
- Обеспечение формирования здоровьесохраняющих культурных традиций семьи.
- Обеспечение здоровьесохраняющей деятельности педагога.

Создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение физического, психического и духовного здоровья, - актуальная для образовательной организации задача. Следует обеспечить обучающемуся возможность сохранения здоровья за период обучения в школе-интернате, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Школа должна выпускать не только культурного, высоконравственного, творческого человека, но прежде всего – здорового.

Обозначая цель деятельности по здоровьесбережению, мы опираемся на сведения о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных рисках и оценке состояния здоровьесберегающей деятельности школы-интерната.

## **ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В**

**ОКОУ «КЛЮКВИНСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»**

<b>Универсальные критерии:</b>	<b>Созданные условия</b>	<b>Организация работы (с учетом системного подхода, интеграции в учебный процесс, уровня межведомственного взаимодействия и др.)</b>	<b>Эффективность проводимых мероприятий</b>
	2 балла – условия созданы 1 балл – условия созданы не в полном объеме 0 баллов – условия не созданы	2 балла – работа организована в полном объеме и проводится регулярно 1 балл – работа ведется не в полном объеме, не регулярно 0 баллов – работа не проводится	2 балла – высокая (эффективность работы подтверждена объективными показателями) 1 балла - средняя 0 баллов - низкая
<b>1. Оценка состояния здоровья</b> <b>Физическое здоровье:</b> регулярные медицинские профилактические осмотры; контроль за состоянием здоровья обучающихся и педагогов	Наличие медицинского кабинета	Проведение профилактических медицинских осмотров Регулярный сбор данных о состоянии здоровья обучающихся и педагогов (всех участников образовательного процесса)	Оценка текущего состояния здоровья: анкетирование обучающихся и педагогического персонала: Сбор информации о состоянии здоровья, физической активности, питании, наличие хронических заболеваний
<b>Баллы</b>	2	2	2
<b>Психологическое здоровье и благополучие:</b> Наличие школьного психолога (психологической службы) и	Наличие школьного психолога (Психологической службы)	Проведение тренингов и семинаров по управлению стрессом, проведение тестирований на	По результатам работы проводится коррекционная работа с обучающимися и педагогами

доступность психологической помощи для всех участников образовательного процесса		стрессоустойчивость и эмоциональное состояние. Тренинги, семинары, консультации проводятся регулярно	Поддержание позитивного психологического климата в коллективе
<b>Баллы</b>	2	1	1
<b>Социальное здоровье:</b> Оценка уровня социального взаимодействия, наличие антибуллинговых программ	Качество социальных связей Уровень социальной поддержки Наличие антибуллинговых программ	Социальное взаимодействие Участие в социальных мероприятиях	Оценка эффективности проводимых мероприятий (составление регулярных отчетов и анализ эффективности проводимых мероприятий) Корректировка программы на основе полученных данных
<b>Баллы</b>	1	1	1
<b>2.Школьная среда и санитарно-гигиенические условия обучения</b>	Санитарно-гигиенические условия. Эргономика и безопасность в соответствии с нормативными документами	Включение в учебный план уроков по здоровому образу жизни Обучение навыкам первой помощи и основам безопасности жизнедеятельности Программы, направленные на формирование здоровых привычек (по питанию, физической активности и др.)	Эффективные образовательные программы Оценка эффективности проводимых мероприятий (составление регулярных отчетов и анализ эффективности проводимых мероприятий) Корректировка программы на основе полученных данных
<b>Баллы</b>	2	2	2
<b>3.Физическая активность</b>	Спортивная инфраструктура: Оборудование спортивных залов, Площадок и других мест для занятий спортом	Режим двигательной активности: Наличие уроков физкультуры, спортивных секций, активных перемен Интеграция физической активности в учебный план	Оценка эффективности проводимых мероприятий (составление регулярных отчетов и анализ эффективности проводимых мероприятий) Корректировка

		(утренняя гимнастика, активные перемены, физкультминутки)	программы на основе полученных данных
<b>Баллы</b>	2	2	2
<b>4.Рациональное питание</b>	Соблюдение норм и стандартов качества и разнообразия питания в школьной столовой Наличие диетического меню Составление операторами питания индивидуальных меню для детей с пищевой аллергией и заболеваниями ЖКТ	Режим и охват питанием Контроль за качеством и безопасностью продуктов	Оценка эффективности проводимых мероприятий (составление регулярных отчетов и анализ эффективности проводимых мероприятий) Корректировка рациона на основе полученных данных
<b>Баллы</b>	2	2	2
<b>5.Профилактика заболеваний</b>	информирование о способах профилактики инфекционных заболеваний проводится в соответствии с календарем прививок	Вакцинация (в соответствии с календарем прививок) Мониторинг эпидемиологической ситуации	Оценка эффективности проводимых мероприятий (составление регулярных отчетов и анализ эффективности проводимых мероприятий)
<b>Баллы</b>	2	2	1
<b>6. Участие родительского сообщества в содействии укреплению здоровья</b>	Информирование родителей о здоровьесберегающей деятельности и вовлечение их в ее реализацию (рассылка информационных материалов о здоровьесберегающей деятельности)	Проведение совместных мероприятий с участием родителей (просветительская работа, практикумы и тренинги, родительские лектории, тематические родительские собрания)	Сотрудничество с медицинскими и социальными учреждениями, спортивными клубами и общественными организациями (встречи, тематические беседы, диспуты, круглые столы, обучающие семинары)
<b>Баллы</b>	2	1	2
<b>7. Информационная поддержка</b>	Создание информационных стендов и буклетов по вопросам здоровья	Ведение сайта или раздела на сайте образовательного учреждения, посвященного здоровьесберегающей деятельности	Организация лекций и бесед с участием профильных специалистов

Баллы	2	1	1
<b>8.Индивидуальная ответственность</b>	Обучение и подготовка кадров (регулярное повышение квалификации педагогов и персонала в области ЗОЖ (организация и проведение методических объединений классных руководителей, педагогические советы по данной тематике, индивидуальное консультирование с психологом)	Индивидуальные планы здоровья, в том числе для обучающихся с особыми образовательными потребностями тематические классные часы, деловые игры, часы общения, диспуты, круглые столы и др.)	Формирование устойчивой мотивации вести здоровый образ жизни и обучение соответствующим навыкам и умениям
<b>Баллы</b>	2	1	2
<b>Итоговая оценка</b>	19	15	16
<b>Итоговая оценка</b>	<b>50</b>		

**Стартовая диагностика показала высокий результат готовности образовательной организации к реализации Программы.**

Исходя из показателей стартовой диагностики сформулирована **цель программы:**

***Сохранение здоровья обучающихся, нуждающихся в длительном лечении посредством синхронизации действий всех служб школы-интерната, формирования знаний о здоровом образе жизни, привития навыков ответственного отношения к нему, содействия социализации обучающихся в сложных и динамично меняющихся условиях современной действительности.***

**Задачи программы:**

- Освоение и внедрение здоровьесберегающих технологий в практику работы всех служб школы-интерната, повышение здоровьесформирующих компетенций педагогов и сотрудников школы-интерната.
- Становление здоровьесформирующей образовательной среды школы-интерната.
- Взаимодействие всех участников образовательного процесса в направлении укрепления здоровья. Создание условий для формирования культуры здоровья.
- Содействие формированию устойчивой мотивации здоровой жизнедеятельности у обучающихся, их родителей и педагогов.

**Участники программы:** обучающиеся ОКОУ «Клюквинская школа-интернат», их родители, классные руководители, учителя-предметники, педагог-психолог, медицинские работники.

**Формы и методы реализации программы:** групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, общешкольные мероприятия.

### **НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ БАЗА ПРОГРАММЫ**

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».
2. Конституция Российской Федерации.
3. Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
5. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации.
6. Приказ Минобрнауки РФ «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Корпуса школы- интерната соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Здания расположены на благоустроенном участке. Территория ограждена забором. На территории расположена спортивная площадка, футбольное поле. Здания подключены к центральному отоплению, водоснабжению, водоотведению.

В школе-интернате созданы оптимальные материально-технические условия для осуществления образовательного процесса: просторные оборудованные кабинеты, компьютерный класс, спортивный зал с инвентарем и необходимым оборудованием, зал дзюдо (самбо), тренажерный зал, спортивная площадка, теннисные столы, столовая (организовано горячее питание, разнообразное меню), медицинский кабинет, модульный актовый зал. Учебные кабинеты обеспечены необходимым оборудованием, отвечающим гигиеническим требованиям. Обеспечен к сети Интернет. На компьютерную технику установлены лицензионные программы. Организован доступ обучающихся и педагогов к средствам

ИКТ и Интернетресурсам для поиска информации, оформления работ, создания фильмов и презентаций с разнообразной тематикой для проведения классных часов, научно-практических конференций, 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 обучающихся;
- организация освещения вопросов валеологии на уроках;
- организация и контроль уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья обучающихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей и воспитателей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- сбор информации о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей.

### **2. Функции классного руководителя и воспитателя:**

- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике вредных привычек;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике буллинга;
- организация и проведение профилактических работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, ПДН, медработниками;
- 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 и благополучия обучающихся;
- диагностирование знаний обучающихся о правилах гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

### **3. Функции медицинских работников школы-интерната:**

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе-интернате;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний обучающихся;
- организация и проведение профилактических работы с родителями;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья и благополучия обучающихся;
- контроль за качеством питания обучающихся;
- контроль за соблюдением норм СанПиН.

### **4. Функции учителей физической культуры и педагогов дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности**

- планирование и проведение учебных занятий и факультативных мероприятий по физическому воспитанию детей;
- использование максимально эффективных форм и способов физического воспитания, контроль за состоянием здоровья учеников в течение всего учебного года;
- организация и проведение оздоровительных мероприятий;
- мероприятия по физической реабилитации учеников, имеющих проблемы со здоровьем и недостаточную физическую подготовку.

## ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

**Первый этап:** подготовительный (сентябрь-декабрь 2024 г.)

1. Оценка и анализ состояния здоровья обучающихся.
2. Подготовка программно-методического обеспечения.
3. Психолого-педагогическая подготовка кадрового состава.
4. Ознакомление родителей и учащихся с Программой
5. Организация взаимодействия с медицинскими и другими учреждениями для реализации Программы

**Второй этап:** практический (январь 2025 г. - май 2027 г.), реализация Программы

**Третий этап:** обобщение и оценка результатов деятельности (сентябрь – декабрь 2027 г.)

1. Анкетирование родителей, обучающихся, педагогов на предмет удовлетворённости результатами реализации Программы.
2. Мониторинг показателей состояния здоровья обучающихся до и после реализации Программы.
3. Мониторинг сформированности ценностных ориентаций у обучающихся на здоровый образ жизни.
4. Обсуждение итогов реализации Программы в коллективе педагогов, родителей, учащихся.
5. Коррекция Программы по итогам реализации.

## Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях школы-интерната

1. *Гигиенические средства* (санитарно-гигиенические средства, здоровьесберегающие технологии)
  - специальный (оздоровительный) режим школы-интерната;
  - требования к материально-техническому состоянию здания школы;
  - организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов;
  - обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления;
  - организация рационального питания обучающихся;
  - соблюдение общего режима дня обучающихся – режима двигательной активности, режима питания и сна;
  - формирование здорового образа жизни;
  - личная и общественная гигиена;
  - проведение прививок учащихся с целью предупреждения инфекций
2. *Средства двигательной активности* (здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта)
  - уроки физкультуры с комплексами физических упражнений;
  - физкультминутки на уроках и подвижные перемены;

- 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 лицея (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;
- функционирование кабинета психолога

### МОДЕЛЬ ЛИЧНОСТИ УЧЕНИКА

Прогнозируемые результаты, полученные в ходе реализации Программы здоровьесбережения, связаны с формированием следующих знаний и особенностей личности обучающегося:

<ul style="list-style-type: none"> <li>- знание основ строения и функционирования организма человека;</li> <li>- знание изменений в организме человека в пубертатный период;</li> <li>- умение оценивать свое физическое и психическое состояние;</li> <li>- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;</li> <li>- поддержание физической формы;</li> <li>- гигиена умственного труда.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;</li> <li>- убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек;</li> <li>- знание различных оздоровительных систем;</li> <li>- умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;</li> <li>- способность вырабатывать индивидуальный образ жизни;</li> <li>- гигиена умственного труда.</li> </ul>
---	---

## МЕРОПРИЯТИЯ ПО КОНТРОЛЮ РЕЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители. Общее руководство осуществляет педагогический совет

- мониторинг состояния здоровья обучающихся и морально-психологического климата в лицее;
- посещение и взаимопосещение уроков;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни;
- проведение заседаний Методического совета лицея;
- создание методической копилки опыта применения здоровьесберегающих технологий;
- статистика динамики развития мотивации к обучению.

### Основные направления деятельности программы

#### *Медицинское направление предполагает:*

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

#### *Просветительское направление предполагает:*

- организацию деятельности с обучающимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганду 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, ОБЗР, физической культуры).

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

- использование здоровьесберегающих технологий в учебной деятельности, форм и методов в организации учебной деятельности;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;

- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся.

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

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- ориентация внеурочной работы на формирование здорового образа жизни обучающихся;
- широкое привлечение обучающихся, родителей, социальных партнеров лица к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

***Диагностическое направление предполагает:***

- проведение мониторинга состояния здоровья обучающихся, в ходе которого выявляются общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- наблюдение за соблюдением режима дня, бытовых условий;
- изучение внешкольной занятости дополнительными занятиями.

**Здоровьесберегающие образовательные технологии**

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

## ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус обучающихся.
  - Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
  - Ранняя диагностика, прогноз и коррекция трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам.
  - Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний обучающихся, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого школьника.
- Организация систематического контроля за состоянием здоровья обучающихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.
  - Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса.
  - Разработка рекомендаций для родителей, администрации, учителей-предметников, позволяющих систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения.
- Включение в план работы школы-интерната регулярное проведение дней здоровья.
- Создание комнаты психологической разгрузки обучающихся.
- Корректировка системы внеурочных занятий, способствующих комплексному формированию здорового образа жизни.

## План по реализации Программы здоровьесбережения на 2024 -2027 г.г.

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
<b>1. Медицинское направление.</b>				
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в лицее; - выявление обучающихся специальной медицинской группы; - ведение строгого учета детей по группам здоровья. - формирование групп здоровья по показателям.	Медицинский блок	ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.2.	Проведение диспансеризации сотрудников и обучающихся лицея.	Медицинский блок	ежегодно	
1.3.	Проведение медицинского осмотра обучающихся	Педиатр	ежегодно	план медосмотров
1.4.	Медосмотр обучающихся лицея, определение уровня физического здоровья.	медсестра	ежегодно	план медосмотров
1.5.	Обеспечение и организация профилактических прививок обучающихся.	медсестра	ежегодно	план прививок
1.6.	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах.	Медсестра, классный руководитель, учитель физкультуры	ежегодно	классные журналы
1.7.	Анализ случаев травматизма	Зам.директор а по ВР	ежегодно	материалы отчетов

1.8.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководители, медсестра	ежегодно	материалы отчетов
1.9.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	медсестра	ежедневно в течение года	
1.10.	<p>Осмотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• проветривание;</li> <li>• освещение;</li> <li>• отопление</li> <li>• вентиляция</li> <li>• уборка</li> </ul>	завхоз, медсестра, учителя	ежедневно в течение года	

1.11.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	Заместитель директора по УВР	ежегодно	
1.12.	Постоянный контроль за столовой.	Директор, медсестра, ответственный за организацию питания	ежедневно в течение года	<p>Протокол административного совещания</p> <p>Протокол совещания при директоре</p>

## 2. Просветительское направление

2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	Заместитель директора по ВР	ежегодно	Родительские собрания
2.2.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	Администрация	ежегодно	план работы
2.3.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	Администрация	ежегодно	план работы

2.4.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»	Заместитель директора по ВР	2024-2025 уч.г.	протокол педсовета
2.5.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др.виды работ).	заместитель директора по ВР, классные руководители	ежегодно	план работы
2.6.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы
2.7.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЗР, физической культуры, обществознания	Учителя-предметники	в течение года	планы уроков

### 3. Психолого-педагогическое направление.

3.1.	Организация работы кабинета психолога	Педагог-психолог	ежегодно	план работы
3.2.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей обучающихся: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей;	Медсестра, классные руководители, психолог	ежегодно	диагностические исследования

	- изучение психологических возможностей и готовности детей к обучению в лицее; - выявление профессиональных интересов обучающихся и способностей с целью профессионального самоопределения.	Педагог-психолог, социальный педагог		
--	--	--------------------------------------	--	--

3.3.	Организация психолого- педагогической помощи обучающимся.	Классные руководители, психолог	ежегодно	
3.4.	Фестиваль уроков «Здоровьесберегающие технологии обучения»	заместитель директора по УВР	2025-2026 уч.г.	Программа фестиваля
3.5.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	Учителя-предметники	ежегодно	планы уроков
<b>4. Спортивно-оздоровительное направление.</b>				
4.1.	Организация спортивных мероприятий. Проведение Дней здоровья.	учитель физической культуры, администрация	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы внеклассной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы, программы ВД
4.3.	Привлечение обучающихся, родителей, социальных партнеров к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	заместитель директора по УВР, зам директора по ВР	ежегодно	план работы
<b>5. Диагностическое направление</b>				
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	Зав.медблоком	ежегодно	результаты мониторинга
5.2.	Освещение проблемы диагностики развития обучающихся	психолог	2024-2025 уч.г.	Протокол педсовета

## Календарный план реализации Программы здоровьесбережения 2024-2027 г.г.

### Сентябрь

- Общие мероприятия
- Организация дежурства по лицу и по классам.
- Проведение лицейских и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях.
- Налаживание работы кружков и секций, организация клубной деятельности.
- Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы лица по здоровьесбережению.
- Организация питания обучающихся.
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- «Уроки чистоты».
- 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 обучающихся по трудоустройству и поддержанию порядка на закрепленных участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, комнатах интерната, по сохранению школьного имущества.
- Планирование занятости обучающихся в каникулярный период.
- Подготовка помещений к зиме.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Физкультминутки (ежедневно).

### Ноябрь

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».
- Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме «Курение - вред».
- Экскурсии.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)  
Отчёты о проделанной работе по здоровьесбережению

### **Декабрь**

- Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
- Первенство лица по волейболу.
- Проведение спортивных состязаний для детей и родителей.
- Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

### **Январь**

- Часы общения «Тренинг здорового образа жизни».
- Соревнования по лыжным гонкам.
- Физкультминутки и динамические паузы.

### **Февраль**

- День защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы.

### **Март**

- Планирование занятости обучающихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья.
- Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

### **Апрель**

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

### **Май**

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные Дню Победы.

- Проведение экскурсий на природу.
- Уроки чистоты.

## **Июнь**

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.

**Перечень основных мероприятий по реализации Программы  
здоровьесбережения на 2024-2027 годы**

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Походы			
		Беседа «Законы жизни».	Анкета информированности по вопросам ВИЧ – СПИДа	Беседа для девочек «Влияние стиля жизни на репродуктивное здоровье женщины»	Игра «Степень риска»
2	Классный руководитель, по возможности психолог	Классный час с элементами тестирования «Лидер на все времена»	Классный час с элементами тестирования «Стрессоустойчивость»	Тренинг «Уверенность» (подготовка к экзаменам, повышение самооценки)	
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЗР, биологии)	Работа по созданию и представлению проекта в области здоровьесбережения Физика. Урок. Перемещение при прямолинейном равноускоренном движении (опасности на проезжей части, тормозной путь автомобиля). Физика Урок. Электромагнитное поле. Электромагнитные волны (защита от электромагнитного излучения). Физика. Уроки. Преобразование внутренней энергии ядер в электрическую энергию. Атомная энергетика. Биологическое действие радиации (радиационная опасность и способы защиты от радиации). ОБЗР. «Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей. Основы здорового образа жизни. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Понятие о привычках здорового образа жизни», 9 класс. Обществознание. Урок «Семья и наркотики», 9 класс. Химия. Урок «Оксид углерода (II) и оксид углерода (IV)» (образование угарного газа при курении и действии его на организм), 9 класс			
4	Классный руководитель и	Проведение профилактических прививок.			

	медицинские работники	Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Беседа врача-гинеколога «Заболевания, передающиеся половым путем»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ».	Мониторинг показателей здоровья обучающихся Беседа «История контрацепции, виды контрацепции». Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.
5	Классный руководитель и родители	Вечер «Твое свободное время и твое здоровье»	Конференция «Роль и ответственность семьи в профилактике табакокурения и алкоголизма»	Собрание «Жизненный ценности подростков» (психолог)	Беседа «Как подготовить себя и ребенка к будущим экзаменам?»
6	Классный руководитель	Ток – шоу «Большая перемена» (о проблеме табакокурения)	Беседа «Причины пристрастий»	Беседа «Как не стать жертвой преступления»	Беседа «Свобода выбора – это уход от зависимости»
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

### Мероприятия по классам

№ п/п	Мероприятия	Форма	Сроки	Ответственные
1.	«Красота и здоровье»	Беседа	сентябрь	Классный руководитель

2.	«В гостях у богини Имидж»  Работа по созданию проекта	Встречи с людьми, чьи профессии формируют образ красивого человека Исследовательская работа в области здоровьесбережения	октябрь	Классный руководитель. Учителя физкультуры.
3.	«Красота внешняя»	Беседа о ЗОЖ	ноябрь	Классный руководитель. Медработник
4.	«Я и косметика»	Конкурс красоты	декабрь	Классный руководитель
5.	«Мой стиль»	Беседа, диспут	январь	Классный руководитель.
6.	«Быть здоровым и красивым»	Беседа. Спортивный праздник	февраль	Классный руководитель. Учителя физкультуры
7.	«Привычка свыше нам дана»	Беседа	март	Классный руководитель
8.	«Мой образ жизни»  Представление проекта	Дебаты  Исследовательская работа в области здоровьесбережения	апрель	Классные руководители
9.	«Здоровье и выбор образа жизни»	Информ-дайджест	май	

### Беседы по классам

№ п/п	Беседы	Форма	Сроки	Ответственные
1.	«Что значит быть красивым»	Беседа	сентябрь	Классный руководитель
2.	«В гостях у богини Имиспо»  Работа по созданию проекта	Встречи с людьми, чьи профессии формируют образ красивого человека Исследовательская работа в области здоровьесбережения	октябрь	Классный руководитель. Учителя физкультуры.
3.	«Красота внешняя и внутренняя»	Беседа о ЗОЖ	ноябрь	Классный руководитель. Медработник

4.	«Косметика в нашей жизни»	Конкурс красоты	декабрь	Классный руководитель
5.	«Мой стиль, или по встречают одежде...»	Беседа, диспут	январь	Классный руководитель.
6.	«Если хочешь быть здоров – закаляйся!»	Спортивный праздник	февраль	Классный руководитель. Учителя физкультуры
7.	«Привычка свыше нам дана, или от чего зависит здоровье человека»	Беседа	март	Классный руководитель
8.	«Факты в защиту жизни» Представление проекта	Дебаты Исследовательская работа в области здоровьесбережения	апрель	Классные руководители
9.	«Похититель рассудка»	Информ - дайджест Конкурс плакатов	май	Классный руководитель
10.	«Я выбираю жизнь без вредных привычек»	Подготовка и защита проекта	май	Классный руководитель, участники проекта

**Примерные темы для разработки  
учебных проектов по здоровому  
образу жизни.**

1. «Сказка ложь, да в ней намек...» (например, сочинение сказки или формирование минисборника сказок о здоровье, о пользе здорового образа жизни, создание презентаций своей работы).
2. «Народная мудрость гласит...» (поиск пословиц и поговорок о здоровье, спорте, правильном питании).
3. «Не в бровь, а в глаз...» (сочинение или сбор четверостиший, стихов, слоганов о здоровье и ЗОЖ, правильном питании, спорте).
4. «Олимпийские игры в древности. Олимпиада 2012 года в Сочи».
5. «Спартанское воспитание».
6. «Всемирная организация здравоохранения».
7. «Здоровая экология – здоровое человечество».
8. «Задачи о спорте, правильном питании, режиме дня» (математика)
9. «Решение прикладной задачи» (рассчитать длину беговой дорожки, размеры ямы для прыжков, размеры спортивной площадки и т.д.)
10. «Стадион» (разработать проект, начертить схему или изготовить макет).
11. «Мы – то, что мы едим».
12. «Физика в медицине».
13. «Чтобы быть здоровым».
14. «Здоровье – ценность международная».
15. «Спорт и здоровье».
16. «Полезное питание».
17. «Рецепты вкусной и здоровой пищи» (сборник рецептов народных блюд, книжки – малышки).
18. «Витамины круглый год»
19. «О спорт, ты – мир!» (разработка моделей спортивной одежды, исследование в области любимого вида спорта, макеты и зарисовки стадионов, спортивных площадок, рекламные проспекты и видеоролики).
20. «Комнатные цветы. Их влияние на наше здоровье».

## Список литературы

- Г. П. Попова «Классные часы 1-2 классы». Издательство «Учитель». Волгоград 2010г.
- Г. Т. Дьячкова, Е. в. Волкова «Родительские собрания в начальной школе». Разработки. Лекции. Беседы. Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
- Т. А. Волжанина и др. «Родительские собрания в начальной школе». Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
- О. в. Павлова «Родительские собрания 4 класс». На пути понимания ребенка. Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
- В. Н. Максиочкина «Родительские собрания 1 класс». Проверь сердцем. Издательство «Учитель». Волгоград 2008 г.
- Е. В. Менькова «Родительские собрания 1-2 класс». Издательско-торговый дом «Корифей». Волгоград 2005 г.
- «Классные часы 4 класс» Москва «Вако» 2008 г.
- И. В. Персидская и др. «Классные часы 1-4 классы». Издательство «Учитель». Волгоград 2009 г.
- В. Н. Макимочкина «Родительские собрания 2 класс». Шаги к мудрости. Издательство «Учитель». Волгоград 2007г.
- Е, В. Езушина «Азбука правильного питания». Конспекты занятий, дидактические игры, викторины, сказки, исторические справки. Издательство «Учитель». Волгоград 2007г.
- «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе». Методическое пособие. Серия «Воспитательная работа». Издательство «Глобус». Москва. 2010 г.