

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2  
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР» ИМЕНИ ГЕРОЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
НЕМЦОВА ПАВЛА НИКОЛАЕВИЧА С. БОРСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
БОРСКИЙ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

Согласовано  
Протокол  
Управляющего  
совета  
№ 2 от 20.05. 2016г.

Принято  
на заседании  
педагогического совета  
протокол  
№ 6 от 29.05. 2016г.

Утверждено  
приказом директора ГБОУ  
СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское  
от 29.05. 2016г. № 56/4-од  
директор \_\_\_\_\_ Л. М. Жабина

**Программа  
ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское  
на 2016-2021годы  
«Школа – территория здоровья»**

**2016г.**

## СОДЕРЖАНИЕ.

1. Паспорт программы.....	3
2. Пояснительная записка.....	6
3. Функции различных категорий работников ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское .....	7
4. Сроки и этапы реализации программы.....	8
5. Основные направления реализации программы.....	9
6. Реализация основных направлений программы.....	9
7. Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности .....	10
8. Здоровьесберегающие образовательные технологии .....	12
9. Методы контроля реализации программы.....	12
10. План основных мероприятий программы.....	13
11. Планируемые результаты.....	21

Приложение

Программа «Формирование культуры питания»

Программа «Профилактика правонарушений, наркомании, токсикомании, алкоголизма и табакокурения»

## Паспорт программы

<b>Наименование программы</b>	Программа «Школа-территория здоровья»
<b>Направление</b>	Сохранение и укрепление здоровья
<b>Нормативно-правовые основания для разработки программы</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90.</li><li>2. Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;</li><li>3. Федеральный закон от 24.07.98 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями от 20 июля 2000 г.).</li><li>4. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993; СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»</li><li>5. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы (утверждена Распоряжением Правительства РФ от 22.11.2012 №2148-р, от 15.05.2013 №792-р)</li><li>6. Федеральный государственный образовательный стандарт начального и основного общего образования</li><li>7. О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской Федерации. Приказ Минздрава РФ от 31.05.2002г. № 176/2017</li></ol>
<b>Цель программы</b>	Формирование знаний, установок, личностных ориентиров обучающихся, их родителей и педагогов, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения программ общего образования.
<b>Задачи программы</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• создание в школе организационно - педагогических, материально-технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения;</li><li>• организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися,</li></ul>

	<p>родителями и учителями-предметниками;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;</li> <li>• ввести в повседневную практику здоровьесберегающие технологии обучения и оздоравливающие методики коррекции и укрепления здоровья;</li> <li>• организовать учебную и внеучебную деятельность обучающихся, направленную на повышение эффективности учебного процесса, с учетом снижения чрезмерного функционального напряжения и утомления;</li> <li>• осуществлять медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья обучающихся;</li> <li>• разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.</li> </ul>
<p><b>Ожидаемые результаты</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработка системы 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 школьника.</li> <li>2. Организация систематического контроля за состоянием здоровья обучающихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.</li> <li>3. Снижение показателей заболеваемости детей.</li> <li>4. Стабилизация состояния здоровья обучающихся по основным показателям.</li> <li>5. Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам.</li> <li>6. Разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения.</li> <li>7. Включение в план работы ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское регулярное проведение недель здоровья.</li> <li>8. Создание комнаты психологической разгрузки для обучающихся.</li> <li>9. Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.</li> </ol>

	<p>10. Повышение приоритета здорового образа жизни.</p> <p>11. Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.</p> <p>12. Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья.</p>
<p><b>Диагностика эффективности программы.</b></p>	<p>Мониторинг состояния здоровья обучающихся</p>

## Пояснительная записка.

Проблема сохранения и укрепления здоровья учащихся в настоящее время остается актуальной и требует поиска новых подходов к решению. Данные многочисленных научных исследований и официальной статистики свидетельствует о неблагоприятной динамике основных показателей здоровья детей по мере школьного обучения. Наблюдения за состоянием здоровья учащихся, подкрепленные ежегодными показаниями медицинских осмотров, свидетельствует о том, что количество абсолютно здоровых детей и подростков идет на спад.

По данным Института возрастной физиологии РАО, за период обучения в школе у детей в 5 раз возрастает частота нарушений зрения и осанки, в 4 раза - психоневрологических отклонений, в 3 раза - патологии органов пищеварения. I группу здоровья имеют менее 30 % детей.

Международный опыт показывает, что в структуре факторов, определяющих здоровье, равно как и болезни, более 50% приходится на образ жизни человека. По данным и зарубежных, и российских специалистов таблица факторов, влияющих на здоровье детей, выглядит так:

- 50%- образ жизни;
- 20%- условия внешней среды;
- 20%- особенности организма, наследственность;
- 8-12%- система здравоохранения.

Самое ценное, что есть у человека, — это жизнь, а самое ценное в его жизни — здоровье. Это одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения.

Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования ориентирован на выпускника, выполняющего правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни.

При организации работы, ориентированной на формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, в настоящее время используется комплексный подход. Тематика здоровья так или иначе пронизывает весь образовательный подход. Темы здоровья достаточно легко интегрируются в уроки биологии, химии, географии, обществознания, математики, иностранного языка. Накоплен большой методический материал проведения уроков здоровья или минуток здоровья по всем предметам и во внеурочной деятельности.

Уроки физической культуры по сравнению с другими уроками предоставляют дополнительные возможности для формирования здорового образа жизни. Помимо двигательных способностей у подростков развиваются волевые качества личности, произвольная регуляция поведения, формируются нравственные качества.

Занятия физическими упражнениями, многостороннее воздействие которых по своей силе превышает эффективность других средств оздоровления, — это наиболее рациональный способ подготовить себя к работе разного характера: к освоению будущей профессии, к учебе в учреждении профессионального образования, к занятиям любимым делом. Особенностью подбора средств на занятиях физическими упражнениями является насыщенность конкретным материалом, который позволяет влиять на те системы организма, которые в большей мере ослаблены у учащегося. Навыки, приобретенные на занятиях, дают возможность занимающимся самостоятельно подбирать и использовать необходимые оздоровительные и восстановительные упражнения.

Анализ состояния здоровья наших обучающихся и возможных причин, влияющих на его уровень, показал необходимость создания Программы «Школа – территория здоровья», которая в свою очередь определяла бы основные направления деятельности школьного коллектива.

В основу обоснования программы легли следующие предпосылки: детский и подростковый

возраст является для человека основополагающим и определяющим всю дальнейшую жизнь. Это период интенсивного роста организма и формирования соматических структур и функций, обеспечивающих пожизненные свойства систем адаптации, защиту от заболеваний и самореализацию человека в целом. В этот период закладываются все структурно-функциональные элементы и ценностные ориентации, определяющие направления формирования личностных качеств. Из комплекса факторов риска: природной среды, образа жизни и т.д. – наиболее управляемым является организация здоровьесберегающего педагогического процесса.

Основной замысел Программы предполагает создание и развитие единой системы здоровьесбережения детей и подростков в образовательном учреждении, формирование единых ценностных установок и подходов к здоровьесбережению обучающихся.

Таким образом, программа «Школа – территория здоровья», носящая комплексный характер объединяет и согласовывает работу педагогов по формированию здорового образа жизни обучающихся, их родителей, администрации, школьного медика и психолога. Она охватывает многие вопросы специальной подготовки, санитарии, гигиены, закаливания, борьбы с вредными привычками, досуга.

Основной стратегической *целью программы* «Школа – территория здоровья» ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское на 2016- 2021 годы является формирование знаний, установок, личностных ориентиров обучающихся, их родителей и педагогов, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения программ общего образования.

Для достижения стратегической цели должны быть решены следующие *стратегические задачи*:

- создание в ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское организационно - педагогических, материально-технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения;
- организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и учителями-предметниками;
- формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
- ввести в повседневную практику здоровьесберегающие технологии обучения и оздоравливающие методики коррекции и укрепления здоровья;
- организовать учебную и внеучебную деятельность обучающихся, направленную на повышение эффективности учебного процесса, с учетом снижения чрезмерного функционального напряжения и утомления;
- осуществлять медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья обучающихся;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское.

### **Функции различных категорий работников ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское**

#### *Функции администрации:*

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания обучающихся в ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья обучающихся и ее контроль;

- организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организация работы психологической службы в ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское.

*Функции медицинской службы:*

- проведение диспансеризации обучающихся ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское;
- медосмотр обучающихся ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское, определение уровня физического здоровья;
- выявление обучающихся специальной медицинской группы.

*Функции классного руководителя:*

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний обучающихся;
- 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 профилактических работ 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.

**Сроки и этапы реализации программы:**

*1 этап – подготовительный (2016 – 2021гг.):*

- анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

*2 этап – апробационный (2017 – 2021гг.):*

- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- выполнение оздоровительных мероприятий.

*3 этап - контрольно-обобщающий (апрель 2021 – май 2021гг.):*

- сбор и анализ результатов выполнения программы;
- коррекции деятельности.

### **Основные направления реализации Программы**

1. Медицинская профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья обучающихся, реализуемое медицинским работником ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское.
2. Спортивно-оздоровительная деятельность
3. Просветительская и методическая работа с педагогическим коллективом.
4. Просветительская работа с родителями.
5. Психолого-педагогическое сопровождение воспитательно-образовательного процесса.
6. Диагностическая работа с обучающимися.

### **Реализация основных направлений программы**

**Блок профилактики и динамического наблюдения** за состоянием здоровья обучающихся предполагает:

- ведение карты здоровья каждого школьника и классов, что позволяет видеть статистику состояния здоровья по ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское в целом;
  - регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья обучающихся;
  - использование в ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское рекомендованных методов профилактики заболеваний;
  - обсуждение данных мониторинга здоровья учащихся на педсоветах
  - создание соответствующих 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 ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское;
  - планомерная организация питания учащихся;
  - реабилитационную работу;
- обязательное медицинское обследование.

**Блок просветительско-воспитательной работы** предполагает:

- организацию «Дней здоровья», внеучебной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;
- включение в учебный план ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское образовательных программ, 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 ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния обучающихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся.

**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;
- организация динамических перемен, физкультпауз на уроках;
- эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (включая занятия ЛФК), родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

**Блок здоровьесберегающей инфраструктуры ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское** предполагает:

- соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;
- наличие в ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское состава специалистов, обеспечивающих здоровьесберегающую работу;
- оснащённость физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, школьной столовой.

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

- проведение в ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития обучающихся и их здоровья;
- повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения;
- обеспеченность ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское необходимой научно-методической литературой.

### **Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское**

**Раздел 1.** Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся (организация здоровьесберегающей деятельности ОУ и готовность учителей к реализации здоровьесберегающей деятельности).

- Позиционирование ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения
- Вовлечение школы в сетевое взаимодействие системы здоровьесберегающих научно-педагогических и общественных организаций
- Готовность учителей к участию в здоровьесохранной работе
- Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования

- Организация самоаудита ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское - внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское.

**Раздел 2.** Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское.

- Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское, земельному участку, зданию ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское.
- Организация питания обучающихся.
- Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское.
- 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 ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское.

- 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 ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское

- Состояние физкультурно-спортивного комплекса ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское
- Организация уроков физвоспитания в образовательном учреждении
- Физвоспитание в режиме дня ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское
- 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 ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское в рамках учебных дисциплин здоровьесохранного блока
- Организация воспитательной работы в ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское 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

- Программа профилактики 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)

- Организация 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).

- Организация психологического сопровождения здоровьесберегающего образовательного процесса в ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское
- 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 мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации в форме отчетов образовательного учреждения.

#### **Здоровьесберегающие образовательные технологии:**

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесберегающие экологические технологии, направленные на создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой (зеленые растения в классах, рекреациях);
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

#### **Методы контроля реализации программы:**

- проведение заседаний Педагогического совета ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

## План основных мероприятий программы.

### 1. Работа с педагогами

№	Название дела	Дата	Аудитория	Ответственный
1	Проведение мониторинга здоровья педагогов «Определение эмоционального состояния» (тест К. Шрайнера)	Ежегодно, сентябрь	педагоги	психолог
2	Семинар для педагогов «Естественные и искусственные способы эмоциональной саморегуляции»	март 2013 г.	педагоги	психолог
3	Проведение семинара для классных руководителей по использованию здоровьесберегающих технологий в воспитательной работе	март 2014г.	классные руководители	руководитель ПО классных руководителей
4	Заседание ПО классных руководителей «Формирование культуры питания у учащихся.	август 2015г.	классные руководители	руководитель ПО классных рук.
5	Создание единой системы профилактической работы по формированию основ ЗОЖ	январь-май 2012 г.	классные руководители	заместитель директора по ВР
6	Педагогический совет «Организация учебно-воспитательной работы школы по формированию здорового образа жизни и укреплению здоровья учащихся»	ноябрь 2012г.	педагоги	заместители директора по УВР
7	Беседа психолога «Профилактика суицидального поведения детей»	Ноябрь, 2015	Классные руководители	Руководитель ПО классных руководителей
8	Педагогический совет «Питание и здоровье»	март 2016г.	педагоги	заместитель директора поУВР
9	Работа классных руководителей по организации внеурочной деятельности обучающихся	2012-2017	Классные руководители	Завуч по УВР

### 2. Работа с родителями

№	Название дела	Дата	Аудитория	Ответственный
1	Проведение родительских собраний на тему сохранения и укрепления здоровья, ЗОЖ:	2012-2017 г.г.	родители	заместитель директора по УВР

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- «Аспект нравственности как залог здоровья человека. Зависимость физического состояния человека от его нравственного настроя».</li> <li>- «Интернет и здоровье».</li> <li>- «Подростковый алкоголизм»</li> <li>- «Истоки и лечение «алкогольной личности».</li> <li>- «О наркомании и наркоманах».</li> <li>- «О вреде курения для здоровья».</li> <li>- «Влияние ПАВ на здоровье подростков»</li> <li>- «Наука о душевном здоровье» (серия лекций, встреч, консультаций для субъектов воспитания)</li> <li>- «Питание здорового и больного ребенка»</li> <li>- «Гигиенические основы питания»</li> <li>- «Профилактика суицидального поведения у подростков»</li> </ul>			
2	Индивидуальные консультации для родителей	2012 - 2017г.г.	родители	классные руководители
3	Создание системы профилактической работы по формированию основ ЗОЖ	январь-май 2012 г	родители	классные руководители
4	Участие родителей в формировании у учащихся основ ЗОЖ: контроль организации горячего питания в школе, работы мед.пункта, санитарное состояние туалетов. -участие родителей в спортивной жизни школы	2012-2017 г.г.	родители	классные руководители

### 3. Работа с активом.

№	Название дела	Дата	Аудитория	Ответственный
1	Участие членов Совета школы в составлении системы профилактической работы по формированию основ ЗОЖ	январь-май 2012 г	Члены Совета школы	педагог-организатор
2	Работа секторов «Здоровье», «Спорт», «Порядок»	2012-2017г.г.	члены Совета школы	председатель Совета школы
3	Организация КТД: - день Здоровья (зимний, осенний) - декада допризывника - акция «Мы - за здоровый образ жизни!» - акция «Внимание, пешеход!» - Город мастеров «Подарки зимушки зимы» - Масленица - Зарница - акция «Спорт-альтернатива пагубным привычкам» - День памяти жертв ДТП	2012-2017 г.г.	члены Совета школы	Педагог организатор, классные руководители

#### 4. Оформление школы согласно идеям программы.

№	Название дела	Дата	Аудитория	Ответственный
1	Оформление стенда «Безопасный маршрут»	Март 2012		Педагог-организатор
2	Создание рубрики «ЗОЖ» в школьной газете «Простые истины»	январь 2012г.	члены редколлегии	редактор
3	Выпуск санбюллетеней: 2 раза в год	2012-2017г.г.	члены Совета школы	Педагог - организатор
4	Оформление обеденного зала	Один раз в год	члены Совета школы	Педагог - организатор

#### 5. Система работы по формированию основ ЗОЖ.

№	Название дел	Цель	Сроки проведения	Участники
<b>Физкультурно-оздоровительная работа:</b>				

1	Гимнастика до занятий.	Подготовить организм к учебному дню.	Ежедневно 8.25 - 8.30	Учащиеся 1 - 11 кл, педагоги
2	Физкультурная пауза.	Снять начинающееся утомление, поддерживать высокую работоспособность	Ежедневно перед 4 уроком	Учащиеся 1 - 11 кл, педагоги
3	Подвижные перемены	Снять утомление, разучить народные игры	После второго, третьего, четвертого уроков	Учащиеся 1-6 классов
4	Физкультминутки на уроках	Снять утомление	Ежедневно, на каждом уроке	Учащиеся 1-8 классов
5	Неделя здоровья.	Пропагандировать здоровый образ жизни, рациональное питание.	1 -7 апреля	Учащиеся 1 - 11 кл, педагоги, родители, врачи, специалисты центра « Семья»
	Дни здоровья.	Оздоровлять учащихся, повышать интерес к спорту и занятиям физической культурой, разучивать забытые игры.	Сентябрь Март	Учащиеся 1 - 11 кл, Педагоги, родители.
<b>Спортивно-массовая работа:</b>				
1	Спортивные соревнования (школьные, районные, областные) Футбол Волейбол Льжи Баскетбол Пионербол ОФП Настольный теннис Зарница	Совершенствовать игровые навыки, выявлять сильнейшие команды и сильнейших игроков, прививать интерес к различным видам спорта.	В течение учебного года по плану школы	4 - 11 кл
2	Участие во	Выявить сильнейших	Декабрь	9 -11 кл

	Всероссийской олимпиаде по физической культуре, ОБЖ	спортсменов		
3	Эстафета, посвященная «Дню Победы»	Учить чтить традиции и уважать старшее поколение	8 мая	6 - 11 кл
4	Занятия в детских объединениях дополнительного образования спортивной направленности, внеурочной деятельности: в ОЦ: «Волейбол» «ОФП» «Веселые старты» «Настольный теннис» в ДЮСШ: «Футбол» «Баскетбол» «Рукопашный бой»	Совершенствовать физические навыки и подготовить учащихся к соревнованиям	В течение года	1 - 11 кл
<b>Санитарно-просветительская работа.</b>				
1	Классные часы: -«В здоровом теле - здоровый дух (народное и святоотеческое учение о духовном и душевном здоровье)». -«О вкусной и здоровой пище» - «Кухня народов Поволжья» - «Секреты семейных блюд» -«О пользе и вреде компьютера» -«Компьютеры и здоровье: анализ совместимости»	Пропагандировать здоровый образ жизни, формировать у детей и подростков полезные привычки и предпочтения, поведенческие навыки в области питания и ценностного отношения к собственному здоровью, повышать интерес к урокам физической культуры, духовно обогащать школьников.	1 раз в полугодие	1 - 11 кл

2	Всемирный день борьбы со СПИДом. Беседы врачей	Познакомить старшекласников с информацией о болезни СПИД, ее последствиях	1 декабря	8-11 кл
3	Участие в конкурсах рисунков, плакатов, рефератов на тему ЗОЖ.	Пропагандировать здоровый образ жизни	Ноябрь	1 -11 кл
4	Беседа врачей нарколога, онколога, фтизиатра, педиатра о вреде курения, алкоголя, ПАВ	Познакомить учащихся с последствиями курения, приема алкоголя.	Октябрь	1 - 11 кл
	Работа медицинского кабинета: -проведение прививок; -консультативная и неотложная помощь; -санитарно-гигиеническое просвещение; -профилактические мероприятия.	Проводить профилактическую и санитарно - просветительскую работу по предупреждению заболеваний, соблюдению гигиены, оказывать неотложную помощь.	Ежедневно	1 -11 кл, педагоги, родители
5	Участие в окружном слете «XXI век без наркотиков»	Пропагандировать здоровый образ жизни	Ноябрь	10 кл
6	Акция «Мы- за здоровый образ жизни!»	Пропагандировать здоровый образ жизни	1 декабря	9-11 кл
<b>Здоровье и безопасность детей.</b>				
1	Классный час «Обучение детей безопасному поведению Изучение памяток для учащихся:	Научить детей ценить свою жизнь, быть бдительными	2012-2014 гг.	1-11

	-Как не стать жертвой преступления – Правила безопасного обращения с электроприборами, газом, огнем -Правила личной безопасности в доме - Правила личной безопасности на улице Гигиена питания			
2	Месячник «Дорога и дети». Тематические классные часы по ПДД. Участие в конкурсах «Безопасное колесо», агитбригад ЮИД	Проводить работу по профилактике дорожно-транспортных происшествий, изучить с детьми правила дорожного движения.	В течение года	7-11 классы
<b>Гражданское воспитание.</b>				
1	День пожилого человека - «Мы юности нашей как прежде верны» (праздник для бабушек, дедушек и ветеранов).	Развивать чувства уважения к старшим, сохранять семейные и школьные традиции.	Октябрь	1-11 классы
2	Декады, посвященные Дню призывника, Дню защитника Отечества.	Воспитывать чувства патриотизма, долга, уважения к воинам, ветеранам, готовить юношей к службе в армии.	Ноябрь, февраль	1-11 классы, ветераны, воины-интернационалисты.
3	Участие в конкурсе социально значимых проектов «Гражданин»	Способствовать формированию гражданского долга, любви к малой родине.	В течение года	7-11 классы
4	Месячник «Дорога и дети». Тематические	Проводить работу по профилактике	В течение года	7-11 классы

	классные часы по ПДД. Участие в конкурсах «Безопасное колесо», агтибригад ЮИД.	дорожно-транспортных происшествий, изучить с детьми правила дорожного движения.		
5	Экологический праздник «Сбережем планету!»	Прививать экологическую культуру.	Апрель	1-4 классы
6	Классный час «В гармонии с природой»	Учить беречь природу	Май	1-11 классы
7	Классный час «Народная кухня»	Ознакомление кухни народов Поволжья	В течение года	1-6 классы
<b>Образовательный процесс.</b>				
1	Организация индивидуального обучения детей с ограниченными возможностями здоровья.	Создать детям комфортные условия для коррекции нарушений развития	В течение года	
2	Организация интегрированного обучения детей с ограниченными возможностями здоровья.	Составить специальное расписание, реализовывать комплексную реабилитацию детей с проблемами в развитии	Сентябрь	
3	Работа с инвалидами	Создать детям комфортные условия, проводить коррекционные занятия с детьми родителями по возникающим проблемам	В течение года	
4	Контроль дозировки домашних заданий.	Контролировать объём домашних заданий.	4 раза в год.	Зам. директора по УВР

5	Смотр санитарного состояния учебных кабинетов.	Контролировать санитарное состояние кабинетов.	1 раз в месяц	Администрация, медсестра, родители
<b>Занятия внеурочной деятельности:</b>				
1	Организация внеурочной деятельности по ЗОЖ	Организация занятий внеурочной деятельности 1-7 класс		Зам. директора по УВР

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

1. Разработка системы 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 школьника.
2. Организация систематического контроля за состоянием здоровья обучающихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.
3. Снижение показателей заболеваемости детей.
4. Стабилизация состояния здоровья обучающихся по основным показателям.
5. Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам.
6. Разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения.
7. Включение в план работы ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Борское регулярное проведение недель здоровья.
8. Создание комнаты психологической разгрузки для обучающихся.
9. Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.
10. Повышение приоритета здорового образа жизни.
11. Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.
12. Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья.

### **Формирование культуры питания.**

Питание обеспечивает основные жизненные функции организма. Выполнение основных законов правильного питания — основа здоровья. Особое значение это имеет в детском возрасте - когда происходит формирование основных жизнеобеспечивающих систем организма. Полноценное, сбалансированное питание является важнейшим условием нормального функционирования организма ребенка, особенно в период роста и развития.

Новизна и отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной программы от уже существующих заключается в использовании технологии, предусматривающей комплексность педагогического воздействия как на группы (классы) детей и подростков, так и на каждого в отдельности. Только технология комплексного педагогического воздействия на целевые группы детей, комплексный подход, предполагающий организацию целенаправленного воспитательного воздействия, может обеспечить формирование культуры здоровья, в общем, и культуры питания, в частности.

**Цель представленной Программы** - формирование полезных привычек и предпочтений, поведенческих навыков у обучающихся, воспитанников в области питания и ценностного отношения к собственному здоровью.

Комплексная общеобразовательная программа направлена на формирование (развитие) универсальных учебных действий у обучающихся, воспитанников в соответствии с ФГОС.

Реализация Программы предполагает решение следующих воспитательных и образовательных задач:

- формирование и развитие представлений у обучающихся, воспитанников о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;
- расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила;
- формирование представлений о рациональном питании как важной составляющей здорового образа жизни, здорового стиля поведения;
- формирование поведенческих навыков в области правильного питания как составной части здорового стиля жизни;
- профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с нерациональным питанием;
- освоение обучающимися практических навыков по приготовлению кулинарных блюд;

- формирование представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;

- пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории питания и традициях народов, населяющих территорию Самарской области.

Виды деятельности участников образовательного процесса (педагогов, обучающихся, воспитанников и их родителей):

Урочная деятельность (интеграция в образовательные области)

Внеклассная деятельность и внеурочная деятельность

Просветительская работа с родителями

№	Содержание деятельности, мероприятия	Классы	Сроки	Ответственные
<b>Здоровое питание</b>				
1	Организация горячего питания	1-11	в течение учебного года	классные руководители
2	Реализация программы «Формирование культуры питания» с использованием рабочих тетрадей по данному курсу	1-6	в течение учебного года	классные руководители
3	Конкурс рисунков и плакатов на тему правильного питания и здорового образа жизни	1-9	октябрь	классные руководители учитель ИЗО
4	Выпуск газет, информационных буклетов	5-9	апрель	классные руководители
<b>Классные часы</b>				
1	О вкусной и здоровой пище	2-4	ноябрь	классные руководители
	Бабушкина кухня	5	сентябрь	классные руководители
	Секреты семейных блюд	6	декабрь	классные руководители
	Народная кухня	7-8	январь	классные руководители
2	Фестиваль «Кухня народов Поволжья»	5-9	март	классные руководители

3	Изучение памятки для учащихся «Г игиена питания»	5	апрель	классные руководители
4	Интеграция курса «Правильное питание» в учебные предметы: окружающий мир, технология, литература, биология, химия, ОБЖ, иностранный язык, математика, физическое воспитание	1-9	в течение учебного года	учителя-предметники

### Профилактическая работа

Цель: профилактика правонарушений, наркомании, токсикомании, алкоголизма и табакокурения, предупреждение и пресечение правонарушений, связанных с незаконным оборотом наркотиков на территории образовательных учреждений среди обучающихся ГБОУ СОШ №2 «ОЦ» с. Борское

№	Наименование мероприятия	Срок	Ответственные
	Изучение нормативных документов по профилактике наркомании, токсикомании и употребления ПАВ	постоянно	руководитель ПО кл. рук.
	Составление плана совместной работы с ОП, КДН, ММУ «Борская районная больница», районной библиотекой	сентябрь	заместитель директора по УВР, педагог-организатор
	Выявление кризисных семей, детей девиантного поведения, находящихся в ТЖС	постоянно	классные руководители, педагог-организатор
	Выявление учащихся, склонных к употреблению алкоголя, наркотиков, токсических веществ, табакокурению и постановка их на внутришкольный учет (анкетирование, личные беседы, тренинги, психологические тестирования и др.)	постоянно	классные руководители
	Распространение буклетов, созданных прокуратурой м.р. Борский	сентябрь	заместитель директора по ВР, классные руководители
	Патронаж детей девиантного поведения и кризисных семей	в течение года	Педагог – организатор, классные руководители, инспектор КДН, центр

			«Семья»
	Декада правовых знаний	декабрь	заместитель директора по ВР
	Проведение мероприятий, способствующих формированию и актуализации у учащихся здорового образа жизни	в течение года	учителя физической культуры, классные руководители
	Профилактическая работа в рамках занятий детских объединений дополнительного образования, внеурочной деятельности	в течение года	руководители детских объединений дополнительного образования
	Конкурс наглядной агитации (газет, буклетов, плакатов, лозунгов и т.д) «Мир без вредных привычек» 7-11 кл.	ноябрь	учителя ИЗО, информатики, русского языка
	Проведение Интернет-уроков антинаркотической направленности (5-11 классы).	ноябрь, апрель	классные руководители учителя информатики
	День здоровья.	2 раза в год	заместитель директора школы по ВР, учитель физической культуры
	Классные часы: В здоровом теле - здоровый дух Берегите душевный мир. О пользе и вреде компьютера. Компьютеры и здоровье: анализ совместимости.	2012-2017г.г.	классные руководители
	День борьбы со СПИДом: Беседы врачей. Акция «Вредным привычкам - нет!» Турнир по волейболу среди команд обучающихся, педагогов, родителей Участие в конкурсах рисунков, плакатов, рефератов на тему ЗОЖ. Беседа врачей нарколога, онколога, фтизиатра, педиатра о вреде курения и алкоголя. Участие в окружном слете «XXI век без наркотиков». Акция «Мы- за здоровый образ жизни!» Занятия в детских объединениях дополнительного образования «Волейбол», «Футбол», «Баскетбол», «Пауэрлифтинг», «Теннис»	1 декабря	педагоги-организаторы медицинская сестра заместитель директора школы по ВР

	<p>Позитивное коммуникативное общение:</p> <p>Полемика «Поступок человека: биологический мотив или нравственное удовлетворение?»</p> <p>Тематические беседы, мероприятия: «Игровые ситуации поведенческого характера»</p> <p>«Мы любим друзей и за их недостатки...»</p> <p>Психологический тренинг «Почему меня не любят?»</p> <p>Круглый стол «Я и я? Я и мы!»</p> <p>Вечера вместе</p> <p>Перекресток мнений</p> <p>Флешмоб фото «За здоровый образ жизни!»</p> <p>Уроки литературы, биологии, ОБЖ</p>	2015-2017г.г.	Психолог, социальный педагог классные руководители педагог – организатор
	<p>Родительские собрания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Подросток и наркотики»;</li> <li>- «Курить или не курить?»</li> </ul> <p>«Организация занятий школьников по укреплению здоровья и формированию и актуализации здорового образа жизни» (с приглашением специалистов)</p>	в течение года	классные руководители
	<p>Всеобучи для родителей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>«Адаптация первоклассника»</li> <li>«Психология общения»</li> <li>«Психофизическое развитие, адаптация учащихся переходного возраста»</li> <li>«Социально-психологическая характеристика личности учащегося»</li> <li>«Возрастные особенности подросткового периода»</li> <li>«Подросток и родители»</li> <li>«Поиск понимания в общении»</li> <li>«О вреде ПАВ»</li> <li>«Об ответственности родителей за</li> </ul>	в течение года	классные руководители

	соблюдение ПДД детьми» «Безопасный путь: дом-школа-дом»		
	Организация занятости учащихся, участие в летний период, проведение операции «Подросток»	май-август	заместитель директора по ВР инспектор ГДН