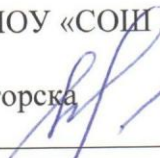



Администрация города Магнитогорска
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 25
при Магнитогорской Государственной консерватории»
города Магнитогорска

Принято на Педагогическом совете «28» августа 2015 года Протокол № 1	УТВЕРЖДАЮ: Директор МОУ «СОШ №25 при МаГК» г. Магнитогорска  <hr/> 29 августа 2015 год 
--	--

ПРОГРАММА
«КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ»

для обучающихся 1-11 классов
Срок реализации программы :2015-2020гг

в рамках проекта «ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ»

Магнитогорск, 2015

Паспорт программы «КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ»

1.	Наименование программы	Программа «Культура здоровья» на 2015 -2020г.г.
2.	Основания для разработки программы	Обновление в рамках общешкольной программы воспитания и социализации
3.	Основные разработчики программы	А.Н.Ковалькова, заместитель директора по ВР
4.	Нормативно-правовая база	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 года № 273 – ФЗ ✓ Конвенция ООН о правах ребёнка, принятая 20 ноября 1989г. (Сборник международных договоров СССР, 1993, вып. 46) ✓ Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года (утверждена Указом Президента Российской Федерации 12 мая 2009 г. N 537); ✓ Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.2004 № 124-ФЗ; ✓ Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012-2017 годы (Указ Президента РФ от 01.06.2012 № 761); ✓ Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р); ✓ Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 годы (Постановление Правительства Российской Федерации от 23.05.2015 № 497); ✓ Приказ Минтруда России от 18.10.2013 г. N 544н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»
5.	Цель программы	Сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов и формирование у школьников навыков организации здорового образа жизни посредством развития здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в школе.
6.	Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> ✓ разработка и внедрение в практику работы педагогов здоровьесохраняющих технологий; ✓ создание безопасной и комфортной среды; ✓ интеграция физической активности в учебно-воспитательную деятельность; ✓ развитие компетенций обучающихся в области здорового образа жизни; ✓ обеспечение горячего питания, соответствующего физическим и диетическим потребностям детей; ✓ укрепление психического здоровья учащихся через профилактику детского и подросткового травматизма,

		<p>асоциального поведения;</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ обеспечение оперативной помощи родителям с целью снижения рисков в развитии детей; ✓ формирование навыков медицинской грамотности обучающихся ✓ повышение компетентности педагогических работников в области медицинского образования ✓ укрепление физического и психического здоровья педагогов
7.	Сроки и этапы реализации программы	<p>Этап I. Информационно-подготовительный- (апрель - сентябрь 2015г.)</p> <ul style="list-style-type: none"> • анализ тенденций в состоянии здоровья и образа жизни обучающихся • выявление проблем, определение целей и задач школы по сохранению и укреплению здоровья участников образовательных отношений. <p>Этап II. Практический (октябрь 2015г – август 2019г.)</p> <ul style="list-style-type: none"> • реализация основных мероприятий подпрограмм в рамках программы, проведение текущего мониторинга. <p>Этап III. Оценочный (сентябрь - декабрь 2020 г.)</p> <ul style="list-style-type: none"> • оценка эффективности реализации программы • прогнозирование дальнейшего развития школы по отработанной проблематике
8.	Исполнители Программы	Педагоги школы, обучающиеся, родители, социальные партнеры
9.	Источники финансирования	Школьный бюджет Внебюджетные поступления
10.	Ожидаемые результаты реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"> • Создание комплексного мониторинга состояния здоровья детей; • Снижение количества школьно-зависимых заболеваний; • Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода; • Обеспечение условий для практической реализации и индивидуального подхода к обучению и воспитанию. • Создание условий для формирования у обучающихся школы системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни, мотивации на сохранение и укрепление здоровья. • Рост медицинской грамотности обучающихся. • Повышение уровня физической активности обучающихся. • Применение здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности. • Снижение воздействия негативных факторов образовательной среды школы, отрицательно влияющих на здоровье воспитанников, обучающихся. • Создание условий для повышения компетентности родителей, педагогических работников и персонала образовательного учреждения по вопросам здоровьесбережения. • Рост компетентности учителей в области валеологии образовательной деятельности, повышение уровня удовлетворенности работой.

Пояснительная записка

В настоящее время всё настойчивее ведётся поиск и предпринимаются попытки создания такой системы образования, которая, наряду с обеспечением необходимых условий для полноценного естественного развития ребёнка, способствовала бы формированию у него потребности в здоровье, пониманию основ здорового образа жизни, обеспечивала бы практическое освоение навыков сохранения и укрепления физического и психического здоровья. Особенно это актуально для организации, осуществляющей образовательную деятельность, которая нередко наносит ущерб здоровью детей. По статистике, 80-85% детей школьного возраста имеют плохое здоровье, а к окончанию школы число здоровых детей уменьшается в 4 раза. Усугубляет проблему совокупность воздействия ряда неблагоприятных факторов: ухудшение материального положения многих семей обучающихся; эмоционально-стрессовые перегрузки; нарушение валеологических принципов в самой педагогической деятельности (учебные перегрузки и т.п.); гиподинамия; нарушение внутришкольных санитарно-гигиенических условий и т.д.

Крайне высокий уровень патологии у школьников указывает на приоритетность проблемы здоровья подрастающего поколения. Здоровье школьников социально обусловлено и зависит от таких факторов, как окружающая среда, наследственность, от условий жизни и воспитания в семье, характера питания, режима двигательной активности и т.д.

Если учесть, что здоровье на 50 % определяется образом жизни, на 20 % - экологией, на 20 % - наследственностью (которая, в свою очередь, зависит от образа жизни и экологии) и только на 10 % медицинским обслуживанием, то можно понять, что основное внимание в политике государства и общества должны занимать те ключевые факторы, которые могут привести к сохранению, формированию и укреплению здоровья.

Для организации, осуществляющей образовательную деятельность, особое значение приобретает педагогическая валеология как сфера практической деятельности учителя, направленная на активизацию резервных возможностей школьника, гармонизацию его отношений с самим собой, окружающим миром, природой, на организацию здоровьесберегающей и здоровьесохраняющей среды в школе.

Следует также отметить, что концепция здоровьесберегающего образования кроме активизации физической деятельности, пропаганды здорового образа жизни и соблюдения санитарно-гигиенических норм и правил имеет еще очень важное направление – здоровьесберегающее обучение. Здоровьесберегающее обучение направлено прежде всего на создание и укрепление психического здоровья обучающихся и достигается через:

- учет особенностей аудитории;
- создание благоприятного психологического фона на уроке;
- использование приемов, способствующих появлению и сохранению интереса к учебному материалу;
- создание условий для самовыражения обучающихся;
- инициацию различных видов деятельности;
- предупреждение гиподинамии.

Здоровьесберегающее обучение приводит к предотвращению усталости и утомляемости; к повышению мотивации к учебной деятельности; к приросту учебных достижений и зависит от владения учителями специальными педагогическими технологиями, в основе которых лежит личностно-ориентированный подход и умения рефлексировать свою педагогическую деятельность.

На данном этапе в школе преобладает традиционное обучение, в котором преимущественно используются методы усвоения знаний, основанные на ассоциативно-рефлекторной концепции обучения. Такое обучение характеризуется отсутствием

деятельностной, исследовательской позиции обучающегося, несоответствием изучаемого материала типу его мышления, психологическим и деятельностным доминантам.

В связи с этим происходит нарушение здоровья школьника. Во-первых, из-за перегрузок, возникающих из-за невозможности овладеть необходимыми способами учебной работы; во-вторых, из-за стрессового состояния обучающихся.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ: Сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов и формирование у школьников навыков организации здорового образа жизни посредством развития здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в школе.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

- разработка и внедрение в практику работы педагогов здоровьесохраняющих технологий;
- создание безопасной и комфортной среды;
- интеграция физической активности в учебно-воспитательную деятельность;
- развитие компетенций обучающихся в области здорового образа жизни;
- обеспечение горячего питания, соответствующего физическим и диетическим потребностям детей;
- укрепление психического здоровья обучающихся через профилактику детского и подросткового травматизма, асоциального поведения;
- обеспечение оперативной помощи родителям с целью снижения рисков в развитии детей;
- формирование навыков медицинской грамотности обучающихся
- повышение компетентности педагогических работников в области медицинского образования
- укрепление физического и психического здоровья педагогов.

В основу программы положены **принципы:**

– *актуальности*. Он отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем детей, гигиеническими, культурными, социальными нормами и ценностями; обеспечивает знакомство учащихся с наиболее важной гигиенической информацией;

– *доступности*. В соответствии с этим принципом младшим школьникам предлагается оптимальный для усвоения объем информации, который предполагает сочетание изложения гигиенической информации теоретического характера с примерами и демонстрациями, что улучшает его восприятие. Предусматривает использование ситуационных задач с необходимостью выбора и принятия решения, ролевых игр, информационного поиска, рисования, моделирования драматических сцен.

– *положительного ориентирования*. В соответствии с этим принципом уделяется значительное внимание позитивным, с точки зрения здоровья, стилям жизни, их благотворному влиянию на здоровье. Реализация данного принципа, т.е. показ положительных примеров, более эффективна, чем показ отрицательных последствий негативного в отношении здоровья и поведения;

– *последовательности*. Он предусматривает выделение основных этапов и блоков, а также их логическую преемственность в процессе его осуществления;

– *системности*. Определяет постоянный, регулярный характер его осуществления, что позволяет усвоить знания, имеющие отношения к здоровью, в виде целостной системы;

– *сознательности и активности* - направлен на повышение активности обучающихся в вопросах здоровья, что возможно только при осознании ответственности за свое здоровье

и здоровье окружающих. Этот принцип выступает в качестве основополагающего для изучения форм поведения и стилей жизни.

Здоровьесберегающая инфраструктура образовательной организации включает:

- соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательной организации санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;
- организацию качественного горячего питания обучающихся, в том числе горячих завтраков;
- оснащённость кабинетов, физкультурных залов, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;
- наличие медицинского кабинета;
- наличие необходимого (в расчёте на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (учителя физической культуры, психолог, медицинский работник).

Ответственность и контроль за реализацию этого блока возлагается на администрацию организации, осуществляющей образовательную деятельность.

Основные направления работы по реализации программы.

Медицинское - обеспечение гигиенических условий образовательной деятельности. Под гигиеническими понимается соблюдение внешних условий организации учебной деятельности: составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований, проведение физминуток, организация питания обучающихся.

Просветительское - организация деятельности по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; работа по предупреждению детского травматизма на дорогах; работа по предупреждению роста заболеваемости обучающихся школы. Особое место отводится *работе с родителями*, так как прежде всего в семьях формируется правильный или неправильный образ жизни, закладываются основы мировоззрения. Просветительская работа должна сочетать в себе как традиционные, так и современные интерактивные приемы воздействия на обучающихся и их родителей.

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

Спортивно - оздоровительное - организация спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение обучающихся к здоровому досугу.

Формы работы по реализации программы.

1. Урочная и внеурочная спортивно – оздоровительная деятельность:
 - ✓ Работа спортивных секций;
 - ✓ Открытые уроки учителей физического воспитания;
 - ✓ Разработка и соблюдение валеологических требований на всех учебных занятиях.
2. Соревнования и спортивные праздники:
 - ✓ Спортивные турниры;
 - ✓ Спортивные праздники, творческие вечера;
 - ✓ Товарищеские встречи по различным видам спорта;

- ✓ Подготовка сборных команд школы для участия в городских и областных соревнованиях, в том числе Спартакиаде школьников.
3. Туризм, краеведение:
- ✓ Туристические слёты;
 - ✓ Общешкольные Дни здоровья;
 - ✓ Участие в играх «Зарница» и «Безопасное колесо»;
 - ✓ Походы выходного дня;
 - ✓ Прогулки на свежем воздухе.
4. Профилактика заболеваний у обучающихся и сотрудников школы:
- ✓ Беседы и лекции;
 - ✓ Встречи с медработниками;
 - ✓ Творческий конкурс «За здоровый образ жизни» (рисунков, буклетов, презентаций по борьбе с распространением ВИЧ – инфекции, наркомании, алкоголизма и табакокурения).
5. Исследовательская работа. Мониторинг.
- Анкетирование.
 - Диагностика;
 - Подведение итогов конкурса «Самый здоровый класс».

Функциональное обеспечение создания реализации программы.

1. *Функции медицинской службы школы:*
- Проведение диспансеризации обучающихся школы;
 - Медосмотр обучающихся школы, определение уровня физического здоровья;
 - Выявление обучающихся специальной медицинской группы.
2. *Функции директора и его заместителей:*
- Общее руководство разработкой и реализацией программы;
 - Обеспечение реализации программы: организация, координация, контроль;
 - Общее руководство и контроль за организацией горячего питания обучающихся в школе;
 - Общее руководство по обеспечению правильного режима работы и отдыха обучающихся в школе;
 - Организация контроля уроков физкультуры;
 - Обеспечение работы спортзала во внеурочное время, во время каникул и работы спортивных секций;
 - Разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья обучающихся и ее контроль;
 - Организация работы классных руководителей по программе «Культура здоровья» и ее контроль;
 - Организация отдыха детей во время каникул в лагере дневного пребывания и контроль за качеством работы;
 - Организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
 - Организация работы психолога в школе.
3. *Функции классного руководителя в аспекте реализации программы:*
- Санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
 - 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 профилактической работы с родителями;

- Организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, медработниками;
- Организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы...) в рамках программы «Культура здоровья»;
- Организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья обучающихся;
- Организация и проведение диагностик уровня и качества знаний правил гигиены, ПДД, правовой культуры.

Материально-техническая база.

Для реализации программы «Культура здоровья» в школе имеются санитарно-гигиенические условия и материальная база для успешной учебно-воспитательной деятельности:

- ✓ спортивный зал-2 ;
- ✓ медицинский кабинет-1;
- ✓ столовая на 150 посадочных мест -1
- ✓ рядом со школой -футбольное поле, спортивная площадка

Ожидаемые результаты.

- Создание комплексного мониторинга состояния здоровья детей;
- Снижение количества школьно-зависимых заболеваний;
- Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода;
- Обеспечение условий для практической реализации и индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
- Создание условий для формирования у обучающихся школы системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни, мотивации на сохранение и укрепление здоровья.
- Рост медицинской грамотности обучающихся.
- Повышение уровня физической активности обучающихся.
- Применение здоровьесберегающих технологий в образовательной и воспитательной деятельности.
- Снижение воздействия негативных факторов образовательной среды школы, отрицательно влияющих на здоровье воспитанников, обучающихся.
- Создание условий для повышения компетентности родителей, педагогических работников и персонала образовательной организации по вопросам здоровьесбережения. Рост компетентности учителей в области валеологии образовательной деятельности, повышение уровня удовлетворенности работой.

Структура реализации программы «Культура здоровья»

1. Младший школьный возраст.

1. Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры.
2. Пропаганда здорового образа жизни, профилактика заболеваний органов зрения, органов пищеварения, сколиоза.
3. Организация работы по профилактике детского травматизма на дорогах.

1-й класс	
Классные часы	<ol style="list-style-type: none"> 1.Режим дня школьника. 2. Правильная посадка за партой – хорошая осанка. 3. Чистота и здоровье. 4. Закаливание организма зимой. 5. Личная гигиена, уход за телом. 6. Настроение в школе и после школы.

	<p>7. Уход за зубами.</p> <p>8. Как укрепить здоровье летом.</p> <p>9. Тренинг «Если ты устал».</p>
Родительское собрание	<p>«Трудности адаптации первоклассника к школе»</p> <p>«Телевизор в жизни семьи»</p> <p>«Эмоции положительные и отрицательные»</p> <p>«Особенности мыслительной деятельности младших школьников. Значение семьи в ее развитии»</p> <p>«Эмоциональный мир ребенка. Его значение и пути развития»</p>
Конкурсы	<p>Знатоков «Все без исключения должны знать правила дорожного движения». Рисунков «Осторожно, дети!».</p>
Ожидаемый результат (ученик может)	<ul style="list-style-type: none"> • соблюдать режим дня; • правильно сидеть за партой; • уметь быть опрятным, регулярно выполнять гигиенические процедуры; • иметь навык правильной чистки зубов; • иметь сформированную привычку чистить зубы 2 раза в день, профилактические осмотры у стоматолога; • уметь распознать основные эмоции у себя и других, словесно объяснить их; • уметь описать словесно свои ощущения; • знать правила закаливания организма летом и зимой.
2-й класс	
Классные часы	<p>1. Режим дня школьника</p> <p>2. Режим питания. Вредная еда (чипсы).</p> <p>3. Значение физических упражнений для здоровья человека.</p> <p>4. Причина и признаки болезни.</p> <p>5. Польза и вред медикаментов. Осторожное обращение с лекарствами, которые хранятся дома.</p> <p>6. Температура воздуха в классе, квартире. Проветривание.</p> <p>7. Поликлиника и вызов врача на дом. Посещение врача.</p> <p>8. Выбор одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и индивидуальными особенностями.</p> <p>9. Предупреждение отравления. Питьевая вода</p>
Родительское собрание	<p>«Воспитание ненасилия в семье»</p> <p>«Физическое развитие младших школьников в школе и дома»</p>
Конкурсы	<p>Рисунков «Я за здоровый образ жизни», «Меню правильного питания».</p> <p>Знатоков ПДД «Перекресток».</p>
Ожидаемые результаты (ученик может)	<ul style="list-style-type: none"> • соблюдать режим дня; • уметь соблюдать правила режима питания; • знать и уметь выполнять элементарные физические упражнения; • уметь рассказывать о своих телесных ощущениях, объяснить, чем отличается состояние здоровья от состояния болезни; • иметь уважительное отношение к врачам и медсестрам, как к людям, которые помогают сохранить здоровье; • знать, в каких ситуациях необходимо обратиться за экстренной медпомощью, и иметь навыки обращения; • иметь навык аккуратного обращения с лекарствами (хранить в фабричной упаковке, проверять срок годности перед

	<p>употреблением, применять только по назначению врача или рекомендации родителей, не пробовать неизвестные таблетки);</p> <ul style="list-style-type: none"> • уметь обеспечить себе комфортные условия для любой деятельности за счет правильного выбора одежды и обуви; • уметь проветривать помещения; • уметь избегать пищевых факторов риска, опасных для здоровья.
3 классы	
Классные часы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Режим дня школьника. 2. Как сохранить хорошее зрение. Факторы, приводящие к утомлению зрения. 3. Предупреждение переохлаждения организма. 4. Профилактика инфекционных заболеваний. Представление об «активной» защите-иммунитете. 5. Части тела, их функциональные предназначения. 6. Рост и развитие человека. Периодизация развития. 7. Здоровье и болезнь. Гуманное отношение к физическим недостаткам. 8. Гигиена питания. 9. Летнее закаливание организма. Правила купания.
Родительское собрание	Поговорим «О школьной форме», «Режим питания ребенка. Школьный завтрак». Встреча обучающихся и родителей с психологом школы по вопросу «Как избежать стрессов и психических расстройств младшего школьника». «Значение общения в развитии личностных качеств ребенка»
Конкурсы	Рисунков «Зеленая аптека». Знатоков ПДД «Осторожно - движение». Моделей школьной формы (из цикла «Фантазеры»).
Ожидаемый результат. Ребенок должен:	<ul style="list-style-type: none"> • соблюдать режим дня; • уметь распознавать признаки зрительного утомления; • иметь сформированные стереотипы мытья рук перед любым приемом пищи; • уметь использовать «пассивную защиту» при необходимости контакта с больным человеком (далекое расстояние, проветривание помещения, ношение маски, отдельная посуда и тд.); • иметь сформированное представление о моральной ответственности за распространение инфекционного заболевания (например, приход с гриппом в школу); • знать для чего делают прививки; • называть органы и части тела, их функциональное предназначение; • доброжелательно относиться к инвалидам и помогать им; • иметь навык соблюдения правил хранения пищевых продуктов, навык обработки фруктов и овощей перед их употреблением; • уметь мыть посуду и столовые приборы; • уметь соблюдать правила закаливания и купания.
4 класс	
Классные часы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Режим дня школьника. Периоды изменения работоспособности школьника. 2. Что такое здоровье.

	<p>3 Субъективные и объективные признаки утомления. Активный и пассивный отдых. Сон – как наиболее восстанавливающий силы отдых.</p> <p>4. Экстремальные ситуации в городе.</p> <p>5. Профилактика простудных заболеваний.</p> <p>6. Заболевание опорно-двигательного аппарата, как его избежать.</p> <p>7. Вред активного и пассивного курения.</p> <p>8. Эмоциональная сфера личности: чувства, настроение, эмоциональные переживания.</p> <p>9. Практическое занятие по оказанию первой медпомощи при простых травмах (ссадинах, царапинах, поверхностных ран).</p>
Родительское собрание	« Физиологическое взросление и его влияние на формирование познавательных и личностных качеств ребенка»
Конкурсы	Рисунков «Зеленая аптека». Знатоков ПДД «Осторожно - движение». Моделей школьной формы (из цикла «Фантазеры»).
Ожидаемый результат. Ребенок должен:	<ul style="list-style-type: none"> • уметь составить усредненные режим дня на неделю и следовать ему; • уметь распознавать признаки утомления; • иметь навык переключения на разные виды деятельности для избегания утомления; • знать способы предупреждения простудных заболеваний и опорно-двигательного аппарата; • уметь избегать ситуации пассивного и активного курения; • освоить 3 модели поведения в экстремальной ситуации «зови на помощь», «уйди из ситуации», «принимай меры по самоспасению»; • уметь обращаться за помощью в экстремальной ситуации; • выражать готовность обратиться за советом и помощью в ситуации страха, горя или несчастья; • уметь оказать помощь себе и другим при простых травмах.

II. Младший подростковый возраст (5-6 классы).

1. Приобщение к здоровому образу жизни.
2. Организация профилактики детского травматизма на дорогах.

Классные часы 5 класс	<ol style="list-style-type: none"> 1. Чистота тела и опрятность – первое требование гигиены. 2. Если хочешь быть здоров- закаляйся. 3. Береги здоровье смолоду (здоровый образ жизни) 4. Вредный дымок сигареты. 5. Профилактика простудных заболеваний. 6. Профилактика травматизма. Дом. Школа. Улица. 7. Лекарственные растения. 8. Профилактика инфекционных заболеваний. 9. День здоровья
Родительское собрание	Трудности адаптации ребенка к обучению в 5 классе. Роль общения в жизни школьника Культурные ценности семьи и их значение для ребенка. Телевидение и пятиклассник.
Конкурсы,	Конкурс плакатов «Я за здоровый образ жизни!».

викторины	
Классные часы 6 класс	<ol style="list-style-type: none"> 1. Физиологические особенности организма. 2. Гигиена девочек и мальчиков. 3. Кожные заболевания (чесотка, микроспория). 4. Инфекционные заболевания (грипп, ОРВИ, ОРЗ), их профилактика. 5. Закаливание организма. 6. Фитотерапия. 7. Питание. 8. Здоровый образ жизни. 9. Первая помощь при несчастных случаях. Травматизм.
Родительское собрание	<p>Первые проблемы подросткового возраста.</p> <p>Компьютер в жизни школьника.</p> <p>Положительные эмоции и их значение в жизни человека.</p>
Конкурсы, викторины	Конкурс плакатов «Я за здоровый образ жизни!».

III. Средний подростковый возраст (7-8 классы).

- 1 Приобщение к здоровому образу жизни.
2. Организация мероприятий по профилактике наркомании и табакокурения.
3. Организация мероприятий по профилактике травматизма.
4. Организация мероприятий по профилактике заболеваний органов зрения, органов пищеварения, психических расстройств.

Классные часы 7-8 класс	<p>7 класс</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Профилактика инфекционных заболеваний. 2. Токсикомания и наркомания- опасно для жизни. 3. Профилактика ОРЗ. 4. Гигиена девочек и мальчиков. 5. Учись властвовать собой. 6. Косметика природы. 7. Помоги себе сам. 8. Траволечение и народная медицина. 9. Активный отдых- залог хорошего здоровья (советы на лето) <p>8 класс</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Физиологические особенности развития подросткового периода. 2. Здоровые зубы- залог здоровья. 3. Первая помощь при обморожениях. 4. Первая помощь при травмах. 5. Ешьте свежие продукты, мойте овощи и фрукты. 6. Анемия у подростков. 7. Кожные заболевания. 8. Как избежать стресса. 9. Календула в тарелке супа.
Родительское собрание 7-8 класс	<p>Половые различия и половое созревание</p> <p>Агрессия, ее причины и последствия</p> <p>Нравственные уроки моей семьи.</p> <p>Проблемы вредных привычек у детей и подростков.</p> <p>Вопросы полового воспитания.</p> <p>Формирование высоконравственных отношений между</p>

	мальчиками и девочками. Подготовка подростка к семейной жизни.
Конкурсы	Конкурс плакатов, буклетов: «Скажем наркотику - нет!»

IV. Старший подростковый возраст (9-11-й классы).

1. Приобщение к здоровому образу жизни.
2. Профилактика наркомании, алкоголизма.
3. Профилактика преступности.

Классные часы	Единство физического, духовного и психического здоровья. Красота физическая. Гармония тела. Роль спорта в жизни человека. Как одеваться: стильно, модно, богато, удобно? Система питания старшеклассника. Культура гигиены девушки. Культура гигиены юноши. Из истории алкоголя и наркотика: причины быстрого распространения. Как устоять от соблазна «попробовать»? Четыре ступени, которые ведут в ад (алкоголь и подросток). Алкоголь - наркотик - преступление. «Без кайфа жизни нет?».
Родительское собрание	Курение и статистика. Психолого- педагогическая характеристика подростков в переходный период от подросткового к раннему юношескому возрасту. Проблемы полового воспитания подростка. Плоды «свободной любви». Выбор профессии и социально- нравственное самоопределение. Курение , алкоголизм и развивающийся организм. Наркомания - знамение времени. Как уберечь ребенка от дурного влияния, пагубных привычек, наркотика. Подросток- преступник: причины, последствия. СПИД – реальность или миф. Об этом с тревогой говорят родители... Наркомания. Что о ней нужно знать? Характер моего ребенка. Конфликты с собственным ребенком и пути их разрешения.
Конкурсы	Плакатов «Скажем наркотику - нет!», буклетов, презентаций «Я выбираю здоровый образ жизни».

Мероприятия по реализации программы

№ п.п.	Название мероприятия	Срок исполнения	Ответственные
<i>I. Медико-профилактическая работа</i>			
1.	Проведение профилактических медицинских осмотров школьников.	ежегодно	медработник
2.	Определение группы по физкультуре.	постоянно	медработник
3.	Обеспечение школы препаратами, необходимыми для оказания неотложной и лечебно - профилактической помощи обучающимся и учителям.	постоянно	медработник
4.	Организация отдыха обучающихся в период летних каникул.	ежегодно	зам. директора по ВР
<i>II. Психологическое здоровье</i>			

1.	Помощь психолога школы в решении проблем взаимоотношений между участниками образовательных отношений (тестирование, тренинги).	постоянно	психолог
2.	Оказание помощи в разрешении конфликтных ситуаций, переживаемых детьми.	постоянно	психолог
3.	Психологическая коррекция и диагностика отклоняющегося поведения.	постоянно	психолог
4.	Цикл лекций по теме «Психология здоровья».	по плану	психолог
III. Социальное здоровье			
1.	Оказание адресной помощи детям из малообеспеченных семей.	постоянно	зам. директора по ВР, социальный педагог
2.	Организация бесплатного питания.	постоянно	Ответственный за питание
3.	Патронаж обучающихся, которые находятся под опекой, с целью контроля расходования получаемых средств и ведения здорового образа жизни опекаемого.	ежемесячно	социальный педагог,
4.	Обследование детей из неблагополучных семей с целью выявления негативного влияния и его устранения.	1 раз в четверть	зам. директора по ВР, социальный педагог
5.	Организация внеурочной занятости детей из проблемных семей.	постоянно	зам. директора по ВР
6.	Выявление учащихся группы риска социально дезаптированных.	постоянно	зам. директора по ВР, социальный педагог
7.	Помощь в разрешении конфликтных ситуаций, переживаемых детьми.	постоянно	зам. директора по ВР, школьный психолог
IV. Экскурсионно-туристическая деятельность			
1	Организация экскурсий для обучающихся школы по историческим и памятным местам города и области.	В течение года	зам. директора по ВР, кл. руководители
2	Туристско – экскурсионная работа в классах.	Сентябрь-май	учителя физкультуры, кл. руководители
V. Физкультурно-оздоровительная и военно-спортивная деятельность			
1.	Проведение игр на местности «Секретный пакет», «Зарничка».	апрель	учитель ОБЖ и учителя физкультуры
2.	Спартакиада школьников	Сентябрь-май	учителя физкультуры
3.	Проведение соревнований по мини-футболу, волейболу, баскетболу.	ежегодно	учитель ОБЖ и учителя физкультуры
4.	Проведение школьной Олимпиады.	сентябрь	учитель ОБЖ и учителя физкультуры
5.	Участие в соревнованиях «Школа безопасности».	апрель	учитель ОБЖ
6.	Обеспечение организационного участия учащихся 10-х классов в учебно-полевых сборах.	июнь	учитель ОБЖ
VI. Краеведение			
1.	Проведение тематических классных часов.	ежегодно	классные руководители
2.	Краеведческие конференции «Шаг в будущее»	ноябрь	зам. директора по ВР, руководитель музея
3.	Проведение конкурсов, сочинений, рисунков, викторин на темы: «Край, в котором я живу»;	ежегодно	зам. директора по ВР, кл. руководители

	"Я - гражданин России"; Есть такая профессия - Родину защищать"; Государственная символика»;		
4.	Организация показа и обсуждение фильмов о войне, о современной армии.	ежегодно	учитель истории, учитель ОБЖ
<i>VII. Общественно-полезный труд</i>			
1.	Проведение конкурса на самый чистый и уютный класс.	ежегодно	зам. директора по ВР, классные руководители, Совет учащихся
2.	Ремонт в классах и сохранность имущества в кабинетах.	ежегодно	зам. директора по АХЧ, классные руководители
3.	Деятельность профильных социально значимых отрядов	в течение года	Педагог-организатор
4.	Экологические субботники.	в течение года	зам. директора по ВР
<i>VIII. Охрана труда и здоровья участников образовательных отношений</i>			
1.	Соответствие режима работы школы Уставу школы и гигиеническим требованиям.	Постоянно	администрация школы
2.	Разработка и пересмотр инструкций по охране труда работников и обучающихся.	1 раз в 5 лет	администрация школы
3.	Своевременное проведение инструктажей по технике безопасности обучающихся, педагогов.	1 раз в 6 месяцев	Учителя-педагоги. Классные руководители
4.	Соблюдение техники безопасности всеми сотрудниками и обучающимися школы при организации учебно-воспитательной деятельности.	постоянно	Учителя-педагоги. Классные руководители
5.	Обеспечение достаточной освещенности искусственным светом всех учебных комнат.	постоянно	зам. директора по АХЧ
6.	Обеспечение оптимального воздушно-теплового режима.	постоянно	зам. директора по АХЧ
7.	Занятия по ОБЖ.	ежемесячно	учителя
8.	Использование ТСО с соблюдением правил их эксплуатации.	постоянно	учителя
9.	Введение в обязательном порядке физкультминутки в ходе уроков.	постоянно	Учитель-предметник
10.	Выполнение требований к организации питания обучающихся.	постоянно	зам. директора по ВР, повара
11.	Организация изучения Правил дорожного движения с детьми, викторины, конкурсы, соревнования	постоянно	Ответственный за профилактику ДДТТ, классные руководители, отряд ЮИД
12.	Оформление уголка по безопасности дорожного движения.	ежегодно	Ответственный за профилактику ДДТТ
13.	Обсуждение на родительских собраниях вопросов по профилактике ДТП.	постоянно	зам. директора по ВР, классные руководители
14.	Выставка рисунков по ПДД	постоянно	зам. директора по ВР

IX. План традиционно- массовых мероприятий

1.	Легкоатлетический кросс.	сентябрь	учитель физкультуры, зам. директора по ВР
2.	Школьная Олимпиада	сентябрь	Учителя физкультуры, зам. директора по ВР
3.	Спортивно-военизированная игра «Зарничка».	февраль	учитель ОБЖ
4.	Эстафета «Веселые старты».	1 раз в четверть	учитель физкультуры
5.	Спортивная эстафета «А ну-ка, мальчики!».	февраль	учитель физкультуры
6.	Конкурс «А ну-ка, девочки!».	март	учитель физкультуры
7.	День здоровья.	1 раз в четверть	Учитель физкультуры
8.	Работа по программе «Культура здоровья».	постоянно	зам. директора по ВР

X. Пропаганда здорового образа жизни

1.	Значение режима питания.	сентябрь	классные руководители, медработник
2.	Возрастные особенности детей. Организация труда и отдыха в семье.	Октябрь	классные руководители, психолог
3.	Режим дня. Организация свободного времени .	ноябрь	классные руководители
4.	Закаливание. Профилактика простудных и инфекционных заболеваний.	Декабрь	медработник
5.	Соблюдение правил личной и общественной гигиены.	Январь	медработник
6.	Физкультура и спорт; значение занятий спортом для здоровья детей.	Февраль	медработник
7.	Алкоголь – его отрицательное влияние на воспитание детей. О вреде курения.	Март	медработник
8.	Организация труда и отдыха в период летних каникул.	Май	зам. директора по ВР

XI. Материально – техническая база

1.	Пополнение оборудованием спортивного зала	ежегодно	завхоз зам. директора по АХЧ
2.	Обустройство обеденного зала школьной столовой и косметический ремонт.		зам. директора по АХЧ

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- Создание комплексного мониторинга состояния здоровья детей;
- Снижение количества школьно-зависимых заболеваний;
- Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода;
- Обеспечение условий для практической реализации и индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
- Создание условий для формирования у обучающихся школы системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни, мотивации на сохранение и укрепление здоровья.
- Рост медицинской грамотности обучающихся.
- Повышение уровня физической активности обучающихся .
- Применение здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности.

- Снижение воздействия негативных факторов образовательной среды школы, отрицательно влияющих на здоровье воспитанников, обучающихся.
- Создание условий для повышения компетентности родителей, педагогических работников и персонала образовательной организации по вопросам здоровьесбережения.
- Рост компетентности учителей в области валеологии образовательной деятельности.
- Повышение уровня удовлетворенности родителей работой школы .

Взаимодействие школьной программы «Культура здоровья» с социальной средой

