

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Грязовецкого муниципального района Вологодской области  
«Средняя школа №2 г. Грязовца»**

Принято с учетом мнения Совета обучающихся Протокол 30.03.2022 № 4	Принято с учетом мнения Управляющего совета Протокол 31.03.2022_№_6__	УТВЕРЖДАЮ Директор С.И. Шахова
--	---	-----------------------------------

**Программа  
«Здоровьеформирующая школа»  
«Здоровье на 5»  
на 2022-2025 г.г.**

**г. Грязовец  
2022г.**

**Программа «Здоровьеформирующая школа»  
для обучающихся МБОУ «Средняя школа №2 г. Грязовца»  
«Здоровье на 5»**

**Пояснительная записка.**

Настоящая Программа «Здоровье на 5» указывает основные стратегические направления становления здорового образа жизни, обеспечивающие позитивную динамику развития здоровьесформирующей и здоровьесберегающей среды школы, положительную динамику отказа от вредных привычек среди обучающихся

Программа может подвергаться корректировке в соответствии с конкретной ситуацией, достигнутыми результатами, новыми законодательными актами и имеющимися ресурсами.

Реализация программы развития школы на 2016-2020 г.г. позволила добиться следующих положительных результатов по здоровьесбережению:

1. Улучшение условий для охраны здоровья и полноценного питания .
2. Совершенствование медицинских услуг и профилактических мероприятий. Регулярная организация медицинских осмотров школьников и вакцинация . Снижение заболеваемости среди обучающихся.
3. Положительная динамика отказа от вредных привычек среди обучающихся. Запрет на курение на территории школы, что является важным элементом пропаганды здорового образа жизни.
4. Увеличение процента обучающихся, составляющий основную группу здоровья.
5. Организация внеучебной деятельности. Особая роль уделяется тем видам досуга, которые пропагандируют, развивают и формируют здоровый образ жизни и культуру здоровья, духовную и нравственную культуру. (антинаркотические акции, мероприятия, приуроченные к Всемирному дню борьбы со СПИДом, ко Дню борьбы с курением).
6. Организация работы спортивных секций по игровым видам спорта, подвижные игры для начальных классов. Разработка системы физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий школы самыми массовыми являются осенние, зимние, весенние Дни Здоровья.

Здоровьеформирующая школа- объединение усилий педагогов, медицинских работников родителей в целях создания условий для индивидуального развития ребенка, сохранения и укрепления здоровья, формирования мотивации к здоровому образу жизни у всех участников образовательного процесса.

Основные принципы программы:

- «Не навреди!» (применение систем и методик, обоснованных с научной точки зрения и проверенных на практике)
- принцип субъект-субъектного взаимоотношения педагогов и обучающихся;
- принцип непрерывности и интегративности: решение оздоровительных задач в системе всего учебно- воспитательного процесса и всех видов

деятельности и приемственность;

- принцип гармоничного сочетания обучающихся, воспитывающих и развивающих педагогических воздействий в соответствии с возрастными особенностями обучающихся

- принцип устойчивого развития (жизнеспособность программы);

Принцип результативности: поэтапная оценка достижений в рамках программы.

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. 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.

Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения. Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни. Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы.

### **Цели программы**

- формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;

- создание в школе организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;

- усиление контроля за медицинским обслуживанием участников образовательного процесса;

- создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;

- развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах

- здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
  - разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

### **Задачи программы**

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- сформировать систему выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- нормировать учебную нагрузку, объем домашних заданий и режим дня;
- педагогам осваивать новые методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
- плановмерно организовывать полноценного сбалансированного питания учащихся;
- развивать психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физического состояния учащихся;
- развивать систему кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- участвовать научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

### **Функции различных категорий работников школы**

#### **1. 1.Функции администрации:**

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация преподавания вопросов валеологии на уроках окружающего мира в начальной школе; на уроках природоведения, биологии, обществознания и ОБЖ в классах среднего звена;
- организация и контроль уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;

## **2.Функции медицинской службы :**

- проведение диспансеризации и медосмотра обучающихся школы, определение уровня физического здоровья;
- выявление обучающихся специальной медицинской группы.

## **3.Функции классного руководителя:**

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

## **Участники программы:**

- учащиеся
- педагогическое сообщество
- родители
- социальные партнеры

## **Основные направления деятельности программы:**

### **Медицинское направление предполагает:**

- 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 школы;
- планомерная организация питания учащихся;
- реабилитационную работу: обязательное медицинское обследование.

### **Просветительское направление предполагает:**

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганда 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).

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

-использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организационно-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 психолога - медико - педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;

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

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

-организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;

-привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;

-широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

#### **Диагностическое направление предполагает:**

-проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются: общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;

-текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);

-режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.

#### **Сроки и этапы реализации программы:**

##### **1 этап – подготовительный (январь 2022 год):**

1. Получить согласие руководителя о реализации программы.
2. Создать рабочую группу для разработки программы.
3. Провести анализ текущей ситуации. Изучить ресурсы школы.
4. Сформировать предложения по разработке программы.
5. Создать совет по здоровью, включающий представителей всех участников

образовательного процесса

## **2 этап разработки программы (февраль- март 2022)**

- 1.Разработать план мероприятий программы в составе рабочей группы.
- 2.Осуществлять координацию и контроль реализации мероприятий программы.

## **3 этап реализации программы (февраль 2022г.– октябрь 2025 г.г.):**

### **1 раздел Формирование культуры здоровья работников сохранение и укрепление здоровья**

- выявление потребностей;
- профилактика заболеваний и динамическое наблюдение за состоянием здоровья(диспансеризация, медицинские осмотры, иммунизация, вакцинация и др.)
- информационные мероприятия;
- обучающие мероприятия;
- мероприятия по повышению двигательной активности среди работников школы.
- мероприятия по соблюдению принципов здорового питания.

### **2 раздел Формирование культуры здоровья обучающихся, сохранение и укрепление здоровья.**

- выявление потребностей;
- профилактика заболеваний и динамическое наблюдение за состоянием здоровья(медицинские осмотры, иммунизация, вакцинация профилактика нарушений осанки, профилактика нарушений зрения и др.)
- сохранение репродуктивного здоровья;
- просветительско- воспитательная работа информационные мероприятия;
- обучающие мероприятия;
- мероприятия по повышению двигательной активности среди работников школы;
- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- мероприятия по соблюдению принципов здорового питания.

### **3 раздел Формирование медико-психолого- педагогической грамотности родителей**

- организация дистанционных лекториев для родителей
- проведение родительских собраний по темам формирования ЗОЖ в семье;
- консультирование по факторам риска здоровья;
- совместные мероприятия по повышению двигательной активности ;
- организация деятельности родительского контроля за питанием.

### **4 раздел Создание здоровьесберегающей среды в школе**

- контроль за соблюдением норм СанПиНа и гигиенических требований;
- Создание комфортных условий в кабинетах и рекреациях;
- создание комнаты психоэмоциональной разгрузки.

### **5 раздел Мониторинг и оценка эффективности программы**

-анализ данных состояния здоровья педагогов и обучающихся  
Введение карты здоровья класса/школы  
Проведение промежуточного и итогового мониторинга мероприятий  
Анализ эффективности программы

**4 этап - контрольно-обобщающий (ноябрь- декабрь 2025 г.):**

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

**Ожидаемые конечные результаты программы:**

Создание действующей модели здоровьесформирующей образовательной организации:

1. Создана информационная база данных состояния здоровьядетей в образовательной организации.
2. Проведен анализ и дана оценка распространенности факторов риска для здоровья обучающихся и педагогов.
3. Разработан и реализован механизм мониторинга состояния среды в образовательной организации.
4. Реализованы программы по здоровому питанию, по формированию здорового образа жизни в семье и др.
5. Созданы условия для организации здорового образа жизни и физической активности в школе:

-повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;

-рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников;

-повышение приоритета здорового образа жизни;

-повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;

-повышение уровня самостоятельности и активности школьников;

-повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья.

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

-культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);

-культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);

-культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями); культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их);

Базовыми компонентами для всех обучающихся являются:

-формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;

-формирование системы знаний по овладению методами оздоровления



организма;

-формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;

-формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

### **Критерии оценки результатов программы**

1. Динамика информированности по вопросам здоровья и здорового образа жизни среди обучающихся их родителей и педагогов.
2. Процент охвата всех участников образовательного процесса обучением по вопросам здоровья и здорового образа жизни и участием в мероприятиях (не менее 60%)
3. Независимая оценка здоровьесформирующей деятельности учреждения в отношении основных целевых групп.
4. Динамика показателей временной утраты трудоспособности педагогов.
5. Динамика пропусков занятий обучающимися по болезни.
6. Динамика соотношения обучающихся по группам здоровья.
7. Соответствие мероприятий установленным срокам.
- 8.

### **Методы контроля над реализацией программы:**

-проведение заседаний методических объединений школы;

-посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОТ;

-создание методической копилки опыта;

-мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе.

-сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.

-контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью обучающихся в свете формирования здорового образа жизни.

### **Здоровьесберегающие образовательные технологии:**

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- 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.

### **Реализация основных направлений программы:**

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.

2. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.

- 3.Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.
- 4.Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
- 5.Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат напеременах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
- 6.Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
- 7.Обеспечение каждого учащегося горячим питанием в столовой.
- 9.Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
- 10.Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне её.
- 11.В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
- 12.Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
- 13.Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГРЯЗОВЕЦКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА  
ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 2 Г.ГРЯЗОВЦА", Шахова**  
Светлана Ивановна, Директор

27.07.23 14:58 (MSK)

Сертификат E8C1693AB6292D8BF0C3E02436A0AC2F