

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Парабельская средняя школа имени Николая Андреевича Образцова»

Принята на заседании  
Педагогического совета  
от 23 января 2025 г  
Протокол № 1

Утверждено приказом директора МБОУ  
«Парабельская СШ им. Н. А. Образцова»  
от «23» января 2025г. №32

## **Программа «Школа – здоровья»**

по формированию здорового образа жизни среди обучающихся  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Парабельская средняя школа имени Николая Андреевича Образцова»  
на 2025 – 2030 год

# Содержание

1. Паспорт программы
2. Концепция программы «Школа здоровья»
3. Мероприятия по реализации программы
4. Механизмы реализации программы
5. Мониторинг эффективности программы
6. Ресурсное обеспечение программы
7. Результаты реализации программы «Школа – здоровья»
8. Заключение

| Наименование программы             | Программа «Школа здоровья» на 2025-2030 гг.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Основания для разработки программы | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Федеральным законом от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» ст.41, 42,</li> <li>- Федеральным законом Российской Федерации от 21.11.2011г. №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» ст.7, 54,</li> <li>- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» гл.XI,</li> <li>- Конвенцией по правам ребенка ст.6 п.1.2, 19, Конституцией РФ ст.41 п.3,</li> <li>- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» 24.07.98 №124-ФЗ,</li> <li>- Гражданским кодексом РФ гл.59 ст.1064, 1065 «Общие основания ответственности за причинение вреда»,</li> <li>- Семейным кодексом РФ раздел 4 гл.12 ст 63, 65 «Права родителей по воспитанию и образованию детей»,</li> <li>- Приказом Минобразования РФ от 15.01.2002г. №76 «О создании безопасных условий жизнедеятельности обучающихся в образовательных учреждениях», Приказа Минобразования РФ от 07.08.2000г. №2414,</li> <li>- Письмом Минобразования от 12.07.2000г. №22-06.778 «О принятии дополнительных мер по предотвращению несчастных случаев с обучающимися и работниками образовательных учреждений»,</li> <li>- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утверждёнными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2011 № 189,</li> <li>- локальных актов школы, регламентирующих вопросы охраны здоровья обучающихся</li> </ul> |
| Разработчик программы              | Учитель физкультуры, социальный педагог, заместитель директора по ВР, педагог-организатор                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Цель программы                     | <b>Формирование у школьников знаний о здоровом образе жизни и привитие навыков ответственного отношения к нему, профилактика вредных привычек.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Задачи программы</p>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поиск здоровьесберегающих оптимальных режимов учебно-воспитательной работы;</li> <li>2. валеологический анализ уроков;</li> <li>3. разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствование здоровьесохраняющих технологий обучения и воспитания;</li> <li>4. содействие гармоничному развитию детей путем профилактики и коррекции возможных отклонений физического состояния и здоровья на каждом возрастном этапе;</li> <li>5. вооружение педагогов необходимыми знаниями в области здоровья;</li> <li>6. оказание педагогам конкретной помощи в изучении физиологических возможностей организма детей, определении уровня физического развития, соответствия биологического возраста паспортному, ведение наблюдений за ростом и развитием ребенка;</li> <li>7. пропаганда среди родителей, педагогов и детей основ здорового образа жизни.</li> <li>8. формирование готовности обучающихся в условиях ФГОС НОО и ООО к социальному взаимодействию по вопросам улучшения экологического качества окружающей среды, устойчивого развития территории, экологического здоровьесберегающего просвещения населения, профилактики употребления наркотиков и других психоактивных веществ, профилактики инфекционных заболеваний; убежденности в выборе здорового образа жизни и вреде употребления алкоголя и табакокурения;</li> <li>9. осознание обучающимися взаимной связи здоровья человека и экологического состояния окружающей его среды, роли экологической культуры в обеспечении личного и общественного здоровья и безопасности; необходимости следования принципу предосторожности при выборе варианта поведения.</li> <li>10. создание модели организации работы по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни, включающие в том числе рациональную организацию учебно- воспитательного процесса и образовательной среды, физкультурноспортивной и оздоровительной работы, профилактику употребления психоактивных веществ обучающимися, профилактику детского дорожно-транспортного травматизма, организацию системы просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса.</li> </ol> |
| <p>Сроки и этапы реализации программы</p> | <p><b>1 этап – январь 2025 г. – январь 2026 г. подготовительный</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ мониторинга заболеваемости учащихся;</li> <li>- анализ фактов нарушения ПДД учащимися;</li> <li>-динамики формирования отношения к вредным привычкам;</li> <li>-изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;</li> <li>-разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий;</li> </ul> <p><b>2 этап – январь 2026 г. – январь 2029 г. апробационный:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>–внедрение новых форм, методов пропаганды ЗОЖ и выявление наиболее эффективных;</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                 | <p>-систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;</p> <p>-выполнение оздоровительных мероприятий;</p> <p>- функционирование службы школьной медиации</p> <p><b>3 этап - январь 2029 г.- январь 2030 г.</b></p> <p><b>контрольно-обобщающий:</b></p> <p>-сбор и анализ результатов выполнения программы;</p> <p>-коррекции деятельности.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Основные направления деятельности и предполагаемые формы работы | <p>1. Медицинское направление предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;</li> <li>-составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;</li> <li>-проведение физкультминуток;</li> <li>-гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;</li> <li>-четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;</li> <li>- планомерная организация горячего питания учащихся;</li> <li>-реабилитационную работу;</li> <li>-обязательное медицинское обследование.</li> </ul> <p>2. Просветительское направление предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;</li> <li>- пропаганду здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЗР, физической культуры).</li> </ul> <p>3. Психолого-педагогическое направление предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;</li> <li>- предупреждение проблем развития ребенка;</li> <li>- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;</li> <li>- развитие познавательной и учебной мотивации;</li> <li>- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;</li> </ul> <p>4. Спортивно-оздоровительное направление предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;</li> <li>- 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.</li> </ul> <p>5. Диагностическое направление предполагает:</p> |

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                           | <p>- проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются:</p> <p>1) общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;</p> <p>2) текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);</p> <p>3) режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Исполнители мероприятий                   | Администрация, педагогический коллектив школы, педагоги дополнительного образования, родительский актив, заинтересованные организации и службы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Ожидаемые результаты реализации программы | <p>повышение успешности учащихся в образовательной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование у учащихся готовности к сохранению и укреплению здоровья;</li> <li>- снижение заболеваемости и функциональной напряженности учащихся;</li> <li>- повышение готовности педагогов к здоровьесозидающей деятельности;</li> <li>- усовершенствованную организацию здорового и рационального питания в ОУ.</li> <li>- повышение уровней валеологической грамотности и обеспечения безопасной жизнедеятельности обучающихся и их родителей; осознанная потребность в здоровом образе жизни;</li> <li>- сбережение здоровья и формирование культуры здорового образа жизни у всех участников образовательного процесса.</li> </ul> |

## **1. Концепция программы «Школа здоровья»**

Современное состояние общества, темпы его развития предъявляют высокие требования к человеку и его здоровью. В связи с этим современная школа должна формировать человека с высоким уровнем самосознания, мышления, т.е. обеспечить каждому школьнику возможности для выявления и развития способностей при необходимом уровне охраны и укрепления здоровья.

На современном этапе развития образования необходима стабилизация и улучшение работы по оздоровлению детей, нужен комплексный системный подход к данной проблеме.

Проблема сохранения и развития здоровья в последнее время приобрела статус приоритетного направления. Идея здоровьесбережения учащихся в образовании – красная нить национального проекта «Образование», президентской инициативы «Наша новая школа», Федеральных государственных образовательных стандартов. Формирование здорового образа жизни должно происходить непрерывно и целенаправленно.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни (далее – Программа) в соответствии с определением ФГОС – комплексная программа формирования у обучающихся знаний, установок, личностных

ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка.

Состояние здоровья детей является главной задачей, определяющей настоящее и будущее. И просто необходимо сделать все, чтобы сохранение здоровья детей превратилось в одно из приоритетных направлений деятельности школы

**Цель программы: *формирование у школьников знаний о здоровом образе жизни и привитие навыков ответственного отношения к нему, профилактика вредных привычек.***

**Задачи:**

1. Поиск здоровьесберегающих оптимальных режимов учебно-воспитательной работы; валеологический анализ уроков.
2. Разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствование здоровьесохраняющих технологий обучения и воспитания.
3. Содействие гармоничному развитию детей путем профилактики и коррекции возможных отклонений физического состояния и здоровья на каждом возрастном этапе.
4. Вооружение педагогов необходимыми знаниями в области здоровья.
5. Оказание педагогам конкретной помощи в изучении физиологических возможностей организма детей, определении уровня физического развития, соответствия биологического возраста паспортному, ведение наблюдений за ростом и развитием ребенка.
6. Пропаганда среди родителей, педагогов и детей основ здорового образа жизни.
7. Формирование готовности обучающихся в условиях ФГОС НОО, ООО и СОО к социальному взаимодействию по вопросам улучшения экологического качества окружающей среды, устойчивого развития территории, экологического здоровьесберегающего просвещения населения, профилактики употребления наркотиков и других психоактивных веществ, профилактики инфекционных заболеваний; убеждённости в выборе здорового образа жизни и вреде употребления алкоголя и табакокурения.
8. Осознание обучающимися взаимной связи здоровья человека и экологического состояния окружающей его среды, роли экологической культуры в обеспечении личного и общественного здоровья и безопасности; необходимости следования принципу предосторожности при выборе варианта поведения.
9. Создание модели организации работы по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни, включающие в том числе рациональную организацию учебно-воспитательного процесса и образовательной среды, физкультурно-спортивной и оздоровительной работы, профилактику употребления психоактивных веществ обучающимися, профилактику детского дорожно-транспортного травматизма, организацию

системы просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса.

## **Функции различных категорий работников школы**

### 1. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация контроля 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;
- организация работы службы школьной медиации в школе и школьного уполномоченного по правам участников образовательного процесса, а также отряда ЮИД.

### 2. Функции классного руководителя. социального педагога, педагога- психолога:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий, классных часов по профилактике детского травматизма на дорогах, пожарной безопасности;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения, употребления курительных смесей;
- организация и проведение профилактических работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, ПДН, медработниками;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

### **Участники программы:**

- обучающиеся
- педагогическое сообщество
- родители



- педагог-психолог
- социальный работник
- социальные партнеры (ГИБДД, ПДН, КДН, ПМПК)

### **3. Мероприятия по реализации программы**

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

I этап - январь 2025 г. – январь 2026 г.

II этап – январь 2026 г. – январь 2029 г.

III этап – январь 2029 г.- январь 2030 г.

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

- анализ мониторинга заболеваемости учащихся;
- анализ фактов нарушения ПДД учащимися;
- динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий;
- создание службы школьной медиации

#### **2 этап – апробационный (3 года):**

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

#### **3 этап - контрольно-обобщающий (1 год):**

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

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

- проведение заседаний Педагогического совета школы и МО классных руководителей;
- создание методической копилки по здоровьесберегающему направлению воспитательной работы ;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся по формированию здорового образа жизни.

#### **Основные направления деятельности программы:**

##### **1. 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 горячего питания учащихся;
- обязательное медицинское обследование.

2. **Просветительское направление** предполагает:

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганду здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры).

3. **Психолого-педагогическое направление** предполагает:

- 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;
- работа психолога школы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения.

4. **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.

**Работа школьного спортивного клуба «Олимп»**

**5. Диагностическое направление** предполагает:

- проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются:
  - 1) общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
  - 2) текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
  - 3) режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.

### 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 в классе работы .
4. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня.
5. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений, коридоров и рекреаций комнатными растениями.
6. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
7. Обеспечение каждого учащегося горячим питанием в буфете.
8. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
9. Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в школе и вне её.
10. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
11. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса. Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

| Мероприятия                                                                                                                  | Сроки                          | Ответственные                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Разработка локальной нормативно-правовой базы для организации работы по сохранению и укреплению здоровья учащихся            | январь – март<br>2025-2026г.   | Директор школы                                        |
| Создание информационного и материально-технического обеспечения здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения | 2026-2029гг.                   | Зам директора по ВР                                   |
| Проведение воспитательных и спортивных мероприятий, обеспечивающих формирование здорового образа жизни.                      | ежегодно                       | Зам директора по ВР<br>Учитель по физической культуре |
| Применение на уроках здоровьесберегающих технологий                                                                          | 2026-2029                      | Классные руководители                                 |
| Систематическая диагностика состояния здоровья учащихся                                                                      | ежегодно, сентябрь             | Зам директора по ВР                                   |
| Контроль за выполнением норм СанПиН и охраны труда                                                                           | ежегодно,<br>1 раз в четверть  | Зам. директора по ВР,<br>классные руководители        |
| Анализ состояния здоровья учащихся                                                                                           | ежегодно,<br>1 раз в полугодие | Зам. директора по ВР                                  |
| Корректировка учебной программы по физической культуре в соответствии с результатами анализа здоровья учащихся.              | ежегодно,<br>1 раз в четверть  | Учитель по физической культуре                        |
| Проведение музыкальных и спортивных перемен                                                                                  | Постоянно                      | Зам. директора по ВР                                  |
| Проведение «часа здоровья» в начальной школе                                                                                 | Систематически                 | Учитель по физической культуре                        |
| Организация внеклассной работы по физической культуре после уроков                                                           | ежегодно, сентябрь             | Зам. директора по ВР                                  |

|                                                                                                                                               |                                                         |                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| Проведение традиционных общешкольных спортивных соревнований и спортивно-оздоровительных мероприятий в ОУ                                     | в течение учебного года по графику спорт. соревнований. | Зам. директора по ВР                          |
| Организация и проведение туристических слетов и походов Дней здоровья с привлечением родителей учащихся                                       | ежегодно,<br>1 раз в четверть                           | Зам. директора по ВР<br>Классные руководители |
| Содействие в проведении медико-профилактических мероприятий медицинскими работниками закрепленной за школой больницей                         | постоянно                                               | Зам. директора по ВР                          |
| Создание системы информированности родителей о результатах анализа состояния здоровья и профилактической работы в школе по оздоровлению детей | ежегодно                                                | Зам. директора по ВР                          |
| Организация и проведение лекций и родительских собраний по проблемам возрастных особенностей обучающихся                                      | ежегодно,<br>1 раз в четверть                           | Зам. директора по ВР                          |
| Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (физкультурные паузы, подвижные перемены, часы здоровья)                | Постоянно                                               | Зам. директора по ВР                          |
| Профилактика травматизма                                                                                                                      | постоянно                                               | Зам. директора по ВР                          |
| Обеспечение внутренней и антитеррористической безопасности и охрана труда                                                                     | Постоянно                                               | Зам. директора по АХЧ                         |
| Осуществление выборочного косметического ремонта учебных и служебных помещений                                                                | По необходимости                                        | Зам. директора по АХЧ                         |
| Обновление ученической мебели в кабинетах и классах ОУ                                                                                        | 2026 - 2029                                             | Зам. директора по АХЧ                         |
| Преодоление адаптационного периода детей при поступлении в первый класс                                                                       | 2026 - 2029                                             | Зам. директора по УВР                         |
| Лекции для родителей будущих первоклассников «Как подготовить ребенка к школе»                                                                | 2026 - 2029                                             | Зам. директора по УВР                         |
| Обеспечение качественным горячим питанием учащихся 1 – 11х классов                                                                            | ежедневно                                               | Зав. столовой                                 |
| Обеспечение внутренней и антитеррористической безопасности и охрана труда                                                                     | Постоянно                                               | Зам. директора по АХЧ                         |

## Календарный план реализации программы здоровьесбережения на II этапе (2026-2029 гг.)

| Месяц    | Содержание деятельности                                                                                                                                                                            | Категория участников            | Ответственный                                                   |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Сентябрь | Организация дежурства по школе и по классам.                                                                                                                                                       | 1-11 классы                     | Зам директора по ВР<br>Классные руководители                    |
|          | Организация работы кружков и секций.                                                                                                                                                               | 1-11 классы                     | Зам директора по ВР<br>Педагоги ДО                              |
|          | Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей. | 1-11 классы, педагоги, родители | Зам директора по ВР<br>Руководители МО<br>Школьный библиотекарь |
|          | Организация питания учащихся.                                                                                                                                                                      | 1-11 классы                     | Социальный педагог<br>Классные руководители                     |
|          | Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.                                                                                                                                            | 1-5 классы                      | Учителя-предметники,<br>Классные руководители                   |
|          | Классный час по ПДД (по программе)                                                                                                                                                                 | 1-11 классы                     | Классные руководители                                           |
|          | Классные часы по ЗОЖ                                                                                                                                                                               | 1-11 классы                     | Классные руководители                                           |
|          | Старт школьной спартакиады                                                                                                                                                                         | 1-11 классы                     | Учителя физической культуры                                     |
|          | Участие в районных спортивно-массовых соревнованиях.                                                                                                                                               | 1-11 классы                     | Педагог-организатор<br>Учителя физической культуры              |

|         |                                                                                                                 |                                |                                                    |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------|
| Октябрь | Организация работы учащихся по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества. | 1-11 классы                    | Классные руководители                              |
|         | Планирование занятости учащихся в каникулярный период.                                                          | 1-11 классы                    | Зам директора по ВР<br>Классные руководители       |
|         | Проведение школьной спартакиады, участие в районных спортивных соревнованиях.                                   | 1-11 классы                    | Учителя физической культуры                        |
|         | Проведение месячника правовых знаний                                                                            | 1-11 классы                    | Зам директора по ВР                                |
|         | Физкультминутки (ежедневно).                                                                                    | 1-5 классы                     | Учителя-предметники                                |
|         | Подвижные игры на переменах (ежедневно).                                                                        | 1-5 классы                     | Учителя-предметники                                |
|         | Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.                                                          | 1-11 классы                    | Классные руководители                              |
|         | Классный час по ПДД, ЗОЖ (по программе)                                                                         | 1-11 классы                    | Классные руководители                              |
| Ноябрь  | Проведение дня здоровья                                                                                         | 1-11 классы                    | Зам директор по ВР,<br>Учителя физической культуры |
|         | Физкультминутки и динамические паузы (систематически)                                                           | 1-5 классы                     | Учителя-предметники,<br>Классные руководители      |
|         | Проведение школьной спартакиады, участие в районных спортивных соревнованиях.                                   | 1-11 классы                    | Учителя физической культуры                        |
|         | Классный час по ПДД (по программе)                                                                              | 1-11 классы                    | Классные руководители                              |
| Декабрь | Проведение открытых классных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.                   | 1-11 классы                    | Классные руководители                              |
|         | Работа службы школьной медиации                                                                                 | 1-11 классы, учителя, родители | Педагог-психолог                                   |

|         |                                                                                        |             |                                                                        |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------|
|         | Классный час по ПДД<br>(по программе)                                                  | 1-11 классы | Классные<br>руководители                                               |
|         | Физкультминутки и<br>динамические паузы<br>(ежедневно).                                | 1-5 классы  | Учителя-<br>предметники,<br>классные<br>руководители                   |
|         | Организация каникулярного<br>отдыха и оздоровления детей.                              | 1-11 классы | Классные<br>руководители,<br>социальный<br>педагог                     |
| Январь  | Физкультминутки и<br>динамические паузы.                                               | 1-5 классы  | Учителя-<br>предметники,<br>классные<br>руководители,                  |
|         | Классный час по ПДД<br>(по программе)                                                  | 1-11 классы | Классные<br>руководители                                               |
|         | Проведение школьной<br>спартакиады, участие в<br>районных спортивных<br>соревнованиях. | 1-11 классы | Учителя<br>физической<br>культуры                                      |
| Февраль | Военно-патриотический<br>месячник                                                      | 1-11 классы | Зам директора по<br>ВР,<br>Учителя<br>физической<br>культуры и<br>ОБЗР |
|         | Проведение школьной<br>спартакиады, участие в<br>районных спортивных<br>соревнованиях. | 1-11 классы | Учитель<br>физической<br>культуры                                      |
|         | Классный час по ПДД<br>(по программе)                                                  | 1-11 классы | Классные<br>руководители                                               |
|         | Физкультминутки и<br>динамические паузы.                                               | 1-5 классы  | Учителя-<br>предметники,<br>классные<br>руководители                   |
| Март    | Планирование занятости<br>учащихся в каникулярный<br>период.                           | 1-11 классы | Классные<br>руководители                                               |
|         | Физкультминутки и<br>динамические паузы.                                               | 1-5 классы  | Учителя-<br>предметники,<br>классные                                   |

|             |                                                                               |                                                   |                                                                    |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
|             |                                                                               |                                                   | руководители                                                       |
|             | Классный час по ПДД, ЗОЖ (по программе)                                       | 1-11 классы                                       | Классные руководители                                              |
|             | Проведение школьной спартакиады, участие в районных спортивных соревнованиях. | 1-11 классы                                       | Учитель физической культуры                                        |
| Апрель      | Всемирный день здоровья.                                                      | 1-11 классы                                       | Зам директора по ВР                                                |
|             | Благоустройство школьной территории, субботники                               | 5-11 классы                                       | Зам директора по АХР, Классные руководители                        |
|             | Физкультминутки и динамические паузы.                                         | 1-5 классы                                        | Учителя-предметника, классные руководители                         |
|             | Классный час по ПДД (по программе)                                            | 1-11 классы                                       | Классные руководители                                              |
|             | Заккрытие школьной спартакиады, участие в районной «Зарнице»                  | 1-11 классы                                       | Зам директора по ВР<br>Учитель физической культуры                 |
|             |                                                                               |                                                   |                                                                    |
| Май         | Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.     | Учителя начальной школы, воспитатели, педагоги ДО | Начальник пришкольного лагеря                                      |
|             | Спортивные мероприятия, посвященные Дню Победы в ВОВ.                         | 1-11 классы                                       | Зам директора по ВР<br>Учитель физической культуры                 |
|             | Классный час по ПДД (по программе)                                            | 1-11 классы                                       | Классные руководители                                              |
| Июнь        | Международный день защиты детей.                                              | 1-5 классы                                        | Зам директора по ВР                                                |
|             | Организация работы на пришкольном участке и в трудовых бригадах               | 5-8,10 классы                                     | Зам директора по ВР<br>Социальный педагог<br>Классные руководители |
|             | Работа детского пришкольного лагеря.                                          | 1-5 классы                                        | Начальник пришкольного лагеря                                      |
| Июль-август | Организация работы на пришкольном участке и в трудовых бригадах               | 5-8,10 классы                                     | Зам директора по ВР<br>Социальный педагог<br>Классные руководители |



#### 4. Механизмы реализации программы

| Органы управления                            | Мероприятия программы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Сроки<br>январь 2025 –<br>январь 2030гг.                                                                        |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Администрация школы                          | 1. Создание творческой группы по разработке Программы здоровьесбережения.<br>2. Анализ результатов медицинского осмотра участников образовательного процесса.<br>3. Анализ дозировки учебной нагрузки:<br>- учебные планы;<br>- график контрольных работ.<br>4. Анализ эффективности уроков физкультуры.<br>5. Итоговый анализ состояния здоровья учащихся. | январь 2025<br>после прохождения<br>медосмотра<br>сентябрь<br>(ежегодно)<br>апрель (ежегодно)<br>май (ежегодно) |
| Педагогический Совет                         | 1. Обсуждение и принятие программы «Школа здоровья»<br>2. Использование здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочное время.<br>3. «Аукцион» педагогических идей (здоровьесберегающие технологии).<br>4. Здоровьесбережение в рамках реализации ФГОС.                                                                                            | январь 2025г.<br>март 2026 г.<br><br>январь 2027г.<br><br>март 2029г.                                           |
| Психолого-медико-педагогическая служба школы | 1. Разработка анкет и проведение анкетирования по определению самочувствия учащихся в школе.<br>2. Подготовка памяток для учащихся по формированию здорового образа жизни.<br>3. Составление рационального режима дня для учащихся.                                                                                                                         | Ежегодно<br>Ежегодно в марте<br>Ежегодно в сентябре                                                             |

#### 5. Мониторинг эффективности программы

| Критерии эффективности и программы | Показатели                                                                                                                                   | Формы мониторинга                                                                                                                                                                   | Объект мониторинга                                                               | Предмет мониторинга                                                                                                                 | Сроки         | Ответственные                       |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------|
| Состояние здоровья учащихся        | Количественные показатели заболеваемости диспансерного учета<br>-распределение учащихся по группам здоровья<br>-физическое развитие учащихся | Анкетирование<br>Медицинские статистические отчеты<br>Анализ медицинских карт и обследований<br>Анализ пропусков занятий по болезни<br>Анализ выполнения возрастных физических норм | Здоровье учащихся                                                                | Заболеваемость учащихся<br>Утомляемость учащихся                                                                                    | 2025-2029 гг. | Медицинский работник                |
| Санитарно – гигиенические условия  | Выполнение требований СанПинНов                                                                                                              | Заключения СЭС<br>смотры учебных кабинетов                                                                                                                                          | Учебная нагрузка, оборудование помещений, гигиена помещений, организация питания | Посадка учащихся за парты в соответствии с рекомендациями и врачей, состояние помещений, составление расписания с учетом валеологии | 2025-2029 гг. | Администрация, медицинский работник |

|                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                 |                                                    |                                                                                                                                                                  |               |                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Физкультурно – оздоровительная деятельность                       | -Участие в городских спортивных соревнованиях -проведение традиционных спортивных соревнований, туристических слетов<br>-проведение Дней здоровья<br>-посещение учащимися спортивных секций                                           | Анализ проведенных мероприятий, анкетирование                                   | Внеклассная и внеурочная деятельность              | Динамика количества проведенных мероприятий, динамика количества учащихся, посещающих спортивные секции                                                          | 2025-2029 гг. | Зам. директора по воспитательной работе                                                |
| Профилактика вредных привычек                                     | -проведение тематических классных часов и родительских собраний<br>- индивидуальное консультирование учащихся и родителей специалистами<br>-организация родительского всеобуча по формированию у учащихся здорового образа жизни      | Анкетирование учащихся и родителей<br>Посещение классных часов                  | Деятельность по профилактике вредных привычек      | Обучение родителей формам работы с детьми по профилактике вредных привычек                                                                                       | 2025-2029гг.  | Зам. директора по воспитательной работе<br>медицинский работник, классные руководители |
| Наличие методической базы педагогического сопровождения программы | Наличие методической литературы по применению здоровьесберегающих технологий в учебном процессе<br>Методические разработки уроков с применением здоровьесберегающих технологий<br>Методические разработки тематических классных часов | Динамика пополнения методической базы, анкетирование учителей, посещение уроков | Учебная деятельность<br>Развитие методической базы | Дифференцированный подход к учащимся с разным состоянием здоровья<br>Динамика количества учителей, применяющих здоровьесберегающие технологии в учебном процессе | 2025-2029 гг. | Зам.директора по воспитательной работе                                                 |

|                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                 |                                                 |                                                                                                                                                               |               |                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Профилактика вредных привычек                                     | -проведение тематических классных часов индивидуальное консультирование учащихся и родителей специалистами -организация родительского всеобуча по формированию у учащихся здорового образа жизни                                | Анкетирование учащихся и родителей                                              | Деятельность по профилактике                    | Обучение родителей формам работы привычек                                                                                                                     | 2025-2029 гг. | Зам. директора по ВР<br><br>медицинский работник, классные руководители |
| Наличие методической базы педагогического сопровождения программы | Наличие методической литературы по применению здоровьесберегающих технологий в учебном процессе Методические разработки уроков с применением здоровьесберегающих технологий Методические разработки тематических классных часов | Динамика пополнения методической базы, анкетирование учителей, посещение уроков | Учебная деятельность Развитие методической базы | Дифференцированный подход к учащимся с разным состоянием здоровья Динамика количества учителей, применяющих здоровьесберегающие технологии в учебном процессе | 2025-2029гг.  | Зам.директора по ВР                                                     |

**ЗДОРОВЬЕ** - это состояние полного психического, физического и социального благополучия (из определения)

**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ** - это наука о том, как жить сегодня, чтобы иметь шансы увидеть завтра



## 6. Ресурсное обеспечение программ

| Ресурсы                                                                                                     | 2025 год | 2030 год |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|
| <b>Кадровые:</b>                                                                                            |          |          |
| -директор                                                                                                   | 1        | 1        |
| - замдиректора по УР                                                                                        | 1        | 1        |
| - зам. директора по ВР                                                                                      | 1        | 1        |
| -учителя, участвующие в реализации программы                                                                |          |          |
| - классные руководители                                                                                     | 33       | 33       |
| - уполномоченный по правам                                                                                  | 3        | 3        |
| участников образовательного процесса                                                                        | 1        | 1        |
| <b>Материально- технические:</b>                                                                            |          |          |
| -спортзал                                                                                                   | 1        | 1        |
| -столовая- актовый зал                                                                                      | 1        | 1        |
| <b>Научно-методические:</b>                                                                                 |          |          |
| -методическая литература, необходимая для подготовки уроков с использованием здоровьесберегающих технологий | 1        | 1        |
| -методические разработки уроков, классных часов, родительских собраний                                      | 1        | 1        |

## 7. Результаты реализации программы «Школа – здоровья»

- формирование системы физкультурно- оздоровительной работы школы 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 ребенка;
- осуществление систематического контроля состояния здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики;
- снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса;
- повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.

## 8. Заключение

Данная программа «Школа – здоровья» рассчитана на 5 лет и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию. Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включенности педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.