

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Чаплинская СОШ» Курчатовского района
Курской области**

Утверждаю:
Директор
_____ Каракулина О.Г.
Приказ №41/2 от 31.08.2023г.

**Программа
Здоровьесбережения
« Будьте здоровы»
на 2023- 2026.**

2023г.

Содержание программы

1.	Паспорт программы
2.	Пояснительная записка
3.	Цели и задачи программы
4.	Принципы здоровьесберегающей педагогики
5.	Функции различных категорий работников школы
6.	Участники программы
7.	Этапы реализации Программы «Будьте здоровы!»
8.	Модель личности ученика
9.	Критериями эффективности реализации Программы
10.	Методы контроля над реализацией программы
11.	Основные направления деятельности программы
12.	Здоровьесберегающие образовательные технологии
13.	План по реализации на 2023-2026 уч.г. Программы «Будьте здоровы!»
14.	Календарный план реализации Программы «Будьте здоровы!» на 2023-2026 годы
15.	Приложение 1
16.	Список используемой литературы

1. Паспорт программы

Основные разработчики	Зам.директора по ВР
Цели	Сохранение и укрепление физического, психического и социального здоровья обучающихся, формирование основ здорового образа жизни..
Задачи	<ul style="list-style-type: none">- формирование представлений об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;- формирование представлений о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности;- формирование установок на использование здорового питания;- использование оптимальных двигательных режимов для обучающихся с учетом их возрастных, психофизических особенностей,- развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;- соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;- развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены; - формирование негативного отношения к факторам риска здоровью обучающихся (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);- становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;- формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья;
Сроки реализации программы	2023-2026 г.г.
Ответственный за реализацию программы	Заместитель директора по ВР
Ожидаемые результаты	1.Укрепление физического и психического здоровья

реализации программы	<p>обучающихся;</p> <p>2.Снижение заболеваемости, устойчивость к стрессовым ситуациям, сохранение и укрепление здоровья обучающихся;</p> <p>3.Получение теоретических знаний о последствиях табакокурения, алкоголя, употребления наркотиков и ПАВ;</p> <p>4.Сформированность у большинства обучающихся негативного отношения к употреблению табака, алкоголя, наркотиков и ПАВ;</p> <p>5.Более высокая занятость обучающихся спортом;</p> <p>6.Сокращение количества детей «группы риска».</p>
----------------------	---

II. Пояснительная записка

Проблемы здоровья населения России, и в частности, здоровья подрастающего поколения, являются причиной для беспокойства как государственных организаций, так и общества, самих граждан. Поэтому и обсуждать эти проблемы стали достаточно часто.

Свою долю ответственности за сохранение здоровья граждан несёт и система образования. Период взросления человека, приходящийся на время его пребывания в школе, оказался одним из периодов, в течение которого происходит ухудшение состояния его здоровья, при том, что именно эти годы проходят под постоянным контролем со стороны педагогов. И хотя традиционно считается, что основная задача школы – дать необходимое образование, может ли педагог равнодушно относиться к неблагоприятному и прогрессивно ухудшающемуся состоянию здоровья своих воспитанников? Одним из ответов на этот вопрос стала программа «Формирование здорового образа жизни», согласно которой здоровьесберегающие технологии становятся составной частью учебно-воспитательного процесса в школе.

Программа формирования здорового образа жизни (далее – Программа) является комплексной программой формирования у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка.

В современном мире множество факторов, влияющих на здоровье человека: неблагоприятная экологическая обстановка, низкая санитарно-гигиеническая культура населения, удорожание жизни. Справиться с этим могут лишь знания, ставшие нормой жизни, осознанной повседневностью действий: избавление от вредных привычек, физические упражнения, закаливание организма, умение рационально организовывать свою жизнь и деятельность в соответствии со знаниями своего организма и гармоничным взаимодействием с природой.

Школа создаёт условия для обучения и воспитания, комплекс мер и системных мероприятий, которые должны обеспечить не только здоровьесберегающую образовательную среду, но и сформировать у обучающихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, элементарной экологической культуры, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Данная Программа ориентирована на всех участников образовательного процесса. Она построена по принципу системы взаимосвязанных форм организации физического,

психологического, нравственного, экологического воспитания, профилактики и пропаганды здорового образа жизни.

Реализация Программы позволяет объединить все блоки для обеспечения гуманистического характера образования, определяя приоритетной ценностью здоровье обучающихся.

Нормативно-правовой базой для разработки Программы являются следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Конвенция о правах ребёнка;
- Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребёнка»;
- СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;
- Приказ Министерства образования Российской Федерации от 10.04.2002 года №29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 года № 1015 «Об утверждении Порядка организации образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Устав МКОУ «Чаплинская СОШ».

III. Цели и задачи

Цель: сохранение и укрепление физического, психического и социального здоровья обучающихся, формирование основ здорового образа жизни.

Задачи:

- формирование представлений об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
- формирование представлений о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности;
- формирование установок на использование здорового питания;

- использование оптимальных двигательных режимов для обучающихся с учетом их возрастных, психофизических особенностей,
- развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;
- развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены; - формирование негативного отношения к факторам риска здоровью обучающихся (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
- становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
- формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья;

IV. Принципы здоровьесберегающей педагогики

- **Принцип учета индивидуальных возможностей и способностей, обучающихся** предусматривает поддержку всех обучающихся с использованием разного по трудности и объему предметного содержания, а соответственно, помощи и взаимопомощи при усвоении программного материала каждым учеником. Это открывает широкие возможности для вариативности образования, реализации индивидуальных образовательных программ, адекватных развитию ребенка.
- **Учет возрастных особенностей обучающихся.**
- **Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебно-воспитательного процесса.** Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.
- **Обеспечение мотивации образовательной деятельности.** Ребенок — субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга не в ущерб здоровью.
- **Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций.** Прежде всего, имеется в виду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия по материализованной программе к речевому и умственному выполнению действий, переход от поэтапных действий к автоматизированным.
- **Рациональная организация двигательной активности.** Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям школы
- **Обеспечение адекватного восстановления сил.** Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, произвольной и эмоциональной активации необходимы для предотвращения переутомления детей.

V. Функции различных категорий работников школы

Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- 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;
- организация работы психологической службы в школе.

Функции классного руководителя:

- 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 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;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

VI. Участники программы:

- обучающиеся школы;
- педагогический коллектив;
- родители;
- социальные партнеры (ЦРБ Курчатовского района, ДЮСШ, ГИБДД)

VII. Ожидаемые результаты:

- 1.Укрепление физического и психического здоровья обучающихся;
- 2.Снижение заболеваемости, устойчивость к стрессовым ситуациям, сохранение и укрепление здоровья обучающихся;
- 3.Получение теоретических знаний о последствиях табакокурения, алкоголя, употребления наркотиков и ПАВ;
- 4.Сформированность у большинства обучающихся негативного отношения к употреблению табака, алкоголя, наркотиков и ПАВ;
- 5.Более высокая занятость обучающихся спортом;
- 6.Сокращение количества детей «группы риска».

VIII.Этапы реализации Программы «Будем здоровы!»

Первый этап: Подготовительный (2023г.)

1. Оценка и анализ состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в школе.
1. Подготовка программно-методического обеспечения.
2. Психолого-педагогическая подготовка кадрового состава.
3. Ознакомление родителей и учащихся с Программой «Будем здоровы!»
4. Организация взаимодействия с медицинскими и другими учреждениями для реализации Программы «Будем здоровы!»

Второй этап: Практический (2024-2026г.). Реализация Программы «Будем здоровы!»

Третий этап: Обобщение и оценка результатов деятельности (2026 г.).

1. Анкетирование родителей, учащихся, педагогов на предмет удовлетворённости результатами реализации Программы.
2. Мониторинг показателей состояния здоровья учащихся до и после реализации Программы «Будем здоровы!»
3. Мониторинг сформированности ценностных ориентаций у учащихся школы на здоровый образ жизни.
4. Обсуждение итогов реализации Программы «Будем здоровы!» в коллективе педагогов, родителей, учащихся.
5. Коррекция Программы «Будем здоровы!» по итогам реализации.
6. Публикации, распространение опыта

IX. Модель личности ученика.

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам школы необходимо знать, какие результаты должны

быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей и подростков.

Для этого создана прогнозируемая модель личности ученика:

Модель выпускника первой ступени обучения	Модель выпускника второй ступени обучения	Модель выпускника третьей ступени обучения
<ul style="list-style-type: none"> - знание основ личной гигиены; - выполнение правил гигиены; - владение основами личной гигиены и здорового образа жизни. 	<ul style="list-style-type: none"> - знание основ строения и функционирования организма человека; - знание изменений в организме человека в пубертатный период; - умение оценивать свое физическое и психическое состояние; - знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; - поддержание физической формы; - гигиена умственного труда. 	<ul style="list-style-type: none"> - стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье; - убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; - знание различных оздоровительных систем; - умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; - способность выработать индивидуальный образ жизни; - гигиена умственного труда.

Х. Критериями эффективности реализации Программы

- положительная динамика состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в МКОУ «Чаплинская СОШ»;
- сформированность у всех категорий педагогических работников единых ценностных подходов к сохранению и укреплению здоровья учащихся.
- сформированность ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья у детей и подростков, наличие навыков здорового образа жизни;
- удовлетворённость организацией образовательного процесса и условиями обучения со стороны учащихся и их родителей;
- организация в школе здоровьесберегающего целесообразного режима функционирования и организации образовательного процесса.

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку;
- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма.

X. Методы контроля над реализацией программы

Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет педагогический совет школы.

- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- посещение и взаимопосещение уроков;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни;
- проведение заседаний Методического совета школы;
- создание методической копилки опыта;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.

XI. Основные направления деятельности программы

Медицинское направление предполагает:

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

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, окружающего мира, ОБЖ, физической культуры).

Психолого-педагогическое направление предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий в учебной деятельности, форм и методов в организации учебной деятельности;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи 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;
- режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.

XII. Здоровьесберегающие образовательные технологии

- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на

воспитание у обучающихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности;

- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе.

ХIII. План мероприятий по реализации программы формирования здорового образа жизни

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
Родительские собрания			
1	Профилактика - лучшая тактика (профилактика COVID-19, ОРВИ и Гриппа) Охрана здоровья школьников. Роль семьи в формировании здорового образа жизни ребенка. Безопасное детство.	по плану	Фельдшер
Создание здоровьесберегающей инфраструктуры			
1	Выполнение норм СанПиН в процессе организации образовательного процесса	в течение учебного года	Коллектив школы
2	Организация системы бесплатного школьного питания	в течение учебного года	Администрация
3	Организация питьевого режима	в течение учебного года	Дежурный учитель
4	Соблюдение воздушного, светового и теплового режима в школе	в течение учебного года	Педагоги, зам. директора по АХР
5	Разработка плана мероприятий по предупреждению травматизма и несчастных случаев среди обучающихся	август	Зам. директора по ВР
6	Обеспечение готовности школы к учебному году	июнь-август	Зам. директора по АХР
7	Подготовка актов по приёмке школы	август	Зам. директора по АХР
8	Соблюдение санитарно-гигиенических норм на уроках и режима проветривания кабинетов на переменах	сентябрь-май	Зам. директора по УВР
9	Введение дополнительных	август	Зам. директора по

	каникулярных дней для обучающихся 1 класса		УВР
10	«Плавающее» расписание в целях максимального разобщения классов (групп)	в течение учебного года	Зам. директора по УВР
11	«Плавающий» график питания в целях максимального разобщения классов (групп)	в течение учебного года	Ответственный за питание
12	Установка дозаторов с антисептическим средством для обработки рук	в течение учебного года	Завхоз
Профилактическая работа			
1.	Проведение профилактического осмотра обучающихся на кожные заболевания и педикулёз	по плану	Фельдшер
2.	Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок обучающимся	в течение года	Фельдшер
3.	Проведение диспансеризации сотрудников и учащихся школы.	По плану медосмотров	Директор
4.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; - выявление учащихся специальной медицинской группы; - ведение строгого учета детей по группам здоровья. - формирование групп здоровья	сентябрь	Педиатр
5.	Анализ результатов медицинского осмотра воспитанников, доведение результатов медицинского осмотра до родителей и педагогов	по окончании медосмотра	Фельдшер, классные руководители
6.	Посещение уроков физической культуры	в течение года	Зам. директора по УВР
7.	Профилактика нарушений зрения (контроль ношения очков, правильное рассаживание обучающихся за ученическими столами, упражнения для глаз)	в течение года	Учителя-предметники
8.	Профилактика ОРВИ и гриппа средствами витаминизации	в течение года	Фельдшер
9..	Организация утреннего фильтра с термометрией	в течение года	Педагоги
10.	Проведение мероприятий для отдельных классов (групп)	в течение года	Педагоги

Спортивно-оздоровительная деятельность			
1.	Утренняя зарядка (перед первым уроком)	ежедневно	Учителя
2.	Обязательные физкультминутки на уроках и самоподготовке	ежедневно	Учителя, воспитатели
3.	Динамические паузы на свежем воздухе, подвижные перемены	ежедневно	Учителя воспитатели
4.	День здоровья	1 раз в четверть	Учителя физкультуры
5.	Соревнования по различным видам спорта (по плану учителя физкультуры)	в течение учебного года	Учителя физкультуры
6.	Организация работы спортивных кружков в соответствии с СанПиН	сентябрь-май	Учителя физкультуры
7.	Проведение походов выходного дня	сентябрь-май	Классные руководители
8.	Прогулки, экскурсии.	сентябрь-май	Классные руководители, воспитатели
9.	Уроки физической культуры	сентябрь-май	Учителя физкультуры
Просветительская работа с педагогами школы и специалистами			
1.	Консультации для учителей по сохранению собственного здоровья.	в течение учебного года	Фельдшер
2.	Информирование педагогического коллектива о состоянии и профилактике заболеваемости обучающихся.	в течение учебного года	Фельдшер
3.	Повышение квалификации педагогов на курсах по оказанию первой помощи	по необходимости	Зам. директора по УВР
4.	Инструктажи по обеспечению безопасности ОУ	в течение учебного года	Ответственный за ОТ
5.	Оформление тематических выставок книг, периодических изданий по вопросам здоровьесбережения.	декабрь, март	Педагог - библиотекарь
6.	Оформление уголков здоровья, информационных стендов по профилактике заболеваний	в течение учебного года	Фельдшер
Работа с родителями			
1.	Классные родительские собрания (рекомендуемая)	по плану	Классные руководители

	<p>тематика)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Режим дня – основа жизни человека» 2. «COVID-19, как обезопасить своих детей» 3. Психологические особенности внутрисемейных отношений. Воспитание неприязни к алкоголю, табакокурению, наркотикам 4. Профилактика и предупреждение «школьных болезней» 5. «В здоровом теле – здоровый дух»: о правилах закаливания, питания, режиме дня школьника и т. п. 6. "Здоровье ребенка в руках взрослых", 7. "Здоровая семья: нравственные аспекты", 8. "Режим труда и учебы", 9. "Физическое воспитание детей в семье", 10. "Пагубное влияние курения табака на здоровье человека", 11. "Вредные привычки у детей", 12. "Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу", 13. "Вопросы, которые нас волнуют", 14. "Эти трудные подростки", 15. "Взрослые проблемы наших детей", 16. "Физическое развитие ребенка и пути его совершенствования", 17. "Социальный вред алкоголизма", 18. "Психология курения", 19. "Нецензурная брань - это тоже болезнь". 		
2.	Консультации родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесбережения	по плану	Классные руководители
Мониторинг сформированности культуры здорового			

образа жизни и здоровья обучающихся.			
1.	Мониторинг здоровья обучающихся по результатам профилактических осмотров.	по плану	Фельдшер
2.	Учёт случаев травматизма обучающихся.	по факту	Зам.директора по УВР
3.	Учёт количества пропусков занятий по болезни.	ежедневно	Зам.директора по УВР
4.	Анкетирование обучающихся, воспитанников, сотрудников учреждения, родителей, законных представителей на предмет удовлетворенности условиями обучения и системностью работы по здоровьесбережению.	май	Классные руководители
5.	Анализ заболеваемости за год. Анализ в сравнении с предыдущими годами.	май	Фельдшер

**Тематическое планирование
по формированию здорового образа жизни
на 2023-2024 учебный год**

№	Мероприятие	Класс	Дата проведения	Ответственный
Мероприятия с обучающимися				
1	Медосмотр	1-11 классы	в течение года	Фельдшер
2	Беседы (рекомендуемая тематика) «Соблюдение личной гигиены, как залог здоровья» «Витамины и мы» «Режим дня – основа жизни человека» «Учимся отдыхать» «Здоровые привычки» «Как научиться быть здоровым?» «Польза спорта для организма подростка» «Конфликты - как избежать?» «Здоровое общение»	1-11 классы	в течение года	Классные руководители

	« Движение это жизнь!» «Посеешь привычку – пожнешь характер» «Чувство взрослости. Что такое?»			
3	Тематический ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ	1-11 классы	1 раз в четверть	Зам. директора по ВР, учителя физкультуры
4	Викторина «ЗДОРОВЬЕ»	1-6 классы	ноябрь	Воспитатели
5	КЧ «COVID-19 -болезнь которая играет не по правилам» КЧ «Профилактика ОРВи и гриппа» КЧ «Профилактика- лучшая тактика» КЧ «Пять шагов к здоровью» КЧ «Твое здоровье в твоих руках» КЧ «Спорт и здоровье» КЧ «Здоровый образ жизни - мода или необходимость» КЧ «Здоровье – это модно» КЧ «Компьютер и Я» КЧ «Чума XXI века»	5-9 классы	сентябрь-май	Классные руководители
6	Воспитательная беседа по профилактике табакокурения, употребления ПАВ (спайсов, насвая, снюсов), алкоголя, наркотиков со специалистами Можгинского наркологического диспансера «Опасные привычки»	3-11 классы	ноябрь, март	Зам. директора по ВР,
7	Воспитательная беседа по профилактике СПИДа со специалистами Можгинского зонального центра СПИД	8-11 классы	декабрь	Зам. директора по ВР,

8	Беседа с председателем Можгинского отделения СБНТ «Мы за здоровый образ жизни!»	5-9 классы	декабрь	Зам. директора по ВР,
9	1. Спортивная игра «Зарница» 2. Зимняя олимпиада. Международный день зимних видов спорта (12 февраля)	1-11 классы	февраль	Учителя физкультуры
10	Праздник здоровья Игра «Быть здоровым модно»	1-4 классы	январь май	Классные руководители
11	Неделя ЭКОЛОГИИ	1-11 классы	17.04.-21.04.	Зам. директора по ВР
12	Профилактика заболеваний передающихся половым путём.	7-11 классы	апрель	Фельдшер
13	«Неделя здоровья и спорта»	1-11 классы	03.04.-07.04.	Учителя физкультуры
14	Профилактика ранней нежелательной беременности	7-11 классы	май	Фельдшер
15	Беседы «Личная гигиена девушки» «Личная гигиена молодого человека»	7-11 классы	октябрь февраль	Фельдшер
16	Мероприятие по профилактике наркомании «Выбери жизнь!»	1-11 классы	июнь	Инспектор ПДН
17	Проведение бесед с обучающимися на темы: профилактика ОКИ, ОРЗ, Гриппа, туберкулёза, гепатитов, КЭ, СПИДа, гельминтов, педикулёза, чесотки, близорукости; гигиеническое воспитание; половое воспитание; сохранение продуктивного здоровья;	1-11 классы	сентябрь- май	Фельдшер /по плану/

	ЗОЖ; вредные привычки (курение, токсикомания, наркомания, алкоголизм).			
18	Классные часы, беседы, по профилактике табакокурения, употребления ПАВ (спайсов, насвая), алкоголя, наркотиков. /по ПВР классных руководителей, воспитателей/	1-11 классы	сентябрь- май	Фельдшер , классные руководители, /по плану/
19	Классные часы, беседы, занятия- практикумы, экскурсии с обучающимися (воспитанниками) по формированию ЗОЖ /по ПВР классных руководителей, воспитателей/	1-11 классы	сентябрь- май	Классные руководители, воспитатели /по плану/
20	«Разговор о правильном питании» в рамках реализации программ внеурочной деятельности. (см. Приложение 5.6.1)	1-4 классы	сентябрь- май	Классные руководители
21	«Разговор о правильном питании» в рамках реализации учебного курса «Человек»	8 класс	сентябрь- май	Классные руководители
22	«Разговор о правильном питании» в рамках реализации учебного курса «Технология»	5-9 классы	сентябрь- май	Учитель технологии
23	Экологическая КРУГОСВЕТКА	1-9 классы	сентябрь	Зам. директора по ВР,
24	Экологическая акция МУСОП.NET	1-11 классы	сентябрь, май	Зам. директора по ВР,
25	Экологическая акция «Сдай макулатуру – СПАСИ ДЕРЕВО!»	1-11 классы	сентябрь- декабрь	Зам. директора по ВР, Завхоз
26	Проект «Школьный двор»	5-11 классы	январь	Зам. директора по ВР, ответственный за пришкольный участок

27	Театральная постановка «Ель» по сказке Г.Х.Андерсена, изготовление костюмов из бросового материала.	1-9 классы	27 декабря	Зам.директора по ВР Руководитель Театральной студии
28	Создание Экологического отряда «ЮНЭК» юный эколог	ЮНЭК	в течение года/ по плану работы отряда	Зам. директора по ВР
29	Турниры: по баскетболу, футболу, волейболу, настольному теннису, чужонболу	5-11 классы	в течение года/ по плану работы учителей физкультуры	Учителя физкультуры
30	Сдача норм ГТО	5-11классы	в течение года	Учителя физкультуры
31	Участие во Всероссийской онлайн-олимпиаде по окружающему миру и экологии	1-4 классы	апрель	Зам. директора по ВР
Мероприятия с педагогами				
1	#Челлендж БУДЬ В ФОРМЕ		февраль	Учителя физкультуры
2	Велопрогулка		в течение года	Учителя физкультуры
3	Мастер – класс по скандинавской ходьбе. /		в течение года	Учителя физкультуры
4	Сдача норм ГТО		в течение года	Учителя физкультуры

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

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

Список литературы

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