



«Утверждаю»

Директор МБОУ

«Стычновская СОШ»

И.Ю. Самсонова

Приказ №76/1 от 31.08.2023г.

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»

на 2023-2026 учебный год

2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общие положения

Программа пропаганды и обучения навыкам здорового образа жизни разработана с целью создания и реализации условий для оздоровления участников образовательного процесса, пропаганды здорового образа жизни и охраны труда обучающихся в «МБОУ Стычновская СОШ».

Обоснование необходимости реализации Программы

Одним из приоритетов современной государственной политики является сохранение и укрепление здоровья населения Российской Федерации и усиления пропаганды здорового образа жизни (ЗОЖ). ВОЗ определяет здоровье как состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и инвалидности.

По данным отечественных и зарубежных ученых, здоровье человека только на 10-15% зависит от деятельности учреждений здравоохранения, а на 50-55% – от условий и образа жизни людей, важной составляющей частью которого является активный отдых и физическое совершенствование. Средние общеобразовательные школы, являясь интеллектуальными, культурными, образовательными центрами, играют важную роль в формировании здоровья участников образовательного процесса, в обучении и воспитании навыков ЗОЖ, в увеличении трудового потенциала общества в целом.

Вопрос формирования, сохранения и укрепления здоровья детей и подростков школьного возраста имеет особую социальную значимость, так как от этой категории населения зависит здоровье нации. Интенсификация учебного процесса в школах зачастую отрицательно сказывается на показателях здоровья учащихся: их физическом развитии, физической подготовленности, функциональном состоянии, психическом и репродуктивном здоровье.

Эти обстоятельства обуславливает возможность низкого уровня здоровья населения, в том числе учащихся и преподавателей МБОУ Стычновская СОШ и подтверждает актуальность данной программы.

3. Нормативно-правовое обеспечение Программы

1. Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан (утверждено Верховным Советом РФ 22.07.1993 № 5487-1).
2. Об образовании (ФЗ, ст. 51).
3. О физической культуре и спорте в РФ (ФЗ № 329 от 04.12.2007 г.).
4. Федеральная Целевая Программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006 - 2015 годы».
5. Конвенция о правах ребенка (принята Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989г.)
6. «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками» (Федеральная программа).
7. Постановление Государственной думы Федерального собрания РФ от 16.12.1998 № 3383-П ГД « О неотложных мерах по предупреждению распространения в России наркомании и токсикомании среди детей и молодежи».
8. Концепция государственной молодежной политики Российской Федерации.
9. Концепция охраны здоровья здоровых в РФ (Приказ Минздрава РФ от 21.03.2003 г. № 113).
10. Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде (Приказ Минобразования РФ от 28.02.2002 г. № 619).
11. Положение о социально-гигиеническом мониторинге (Постановление Правительства РФ от 01.06.2000 г. № 426).
12. ФЗ №148 от 1 декабря 2004г «О внесении изменений в статьи 3 и 6 Федерального закона «Об ограничении курения табака»

13. «Об утверждении Положения об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи» (Постановление Правительства РФ от 29.12.2001 г. № 916).
14. «О совершенствовании деятельности по профилактике заболеваний в РФ» (Приказ МЗ РФ от 23.09.2003 г. № 455).
15. «О стратегии воспитания и развития личности в системе общего и профессионального образования России» (Приказ Министерства общего и профессионального образования РФ № 1252 от 19.06.97 г.).
16. Устав МБОУ «Стычновская СОШ» п. Стычновский.

Цели и задачи программы

Цель программы - создание и реализация условий для оздоровления участников образовательного процесса, пропаганды здорового образа жизни и охраны труда обучающихся в МБОУ «Стычновская СОШ».

Задачи программы:

- Усилить внимание в учебном процессе к вопросам здорового образа жизни, профилактики заболеваний.
- Внедрять в образовательный процесс механизмы программы по формированию ценностного отношения к здоровью, культуры здорового образа жизни, мотивации к активному сохранению и укреплению личного и общественного здоровья, совершенствовать учебно-методическую базу, направленную на формирование здорового и безопасного образа жизни.
- Совершенствовать здоровьесберегающие условия обучения, труда, отдыха, оздоровления и лечения обучающихся в МБОУ «Стычновская СОШ».
- Совершенствовать развитие физической культуры и спорта в рамках организации и проведения спортивных соревнований, спартакиад и т.д.
- Обеспечить развитие социально работы, направленной на оздоровление обучающихся филиала.
- Развивать внеучебную и воспитательную работу по повышению мотивации здоровому образу жизни, оздоровлению социальной и творческой активности обучающихся путём приобщения их к творческому процессу.

4.ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ.

Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

5.УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ.

- учащиеся;
- классные руководители;
- учителя-предметники;
- родители;
- фельдшер сельского ФАП.

1. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1) Построение образовательного процесса на здоровьесберегающей основе:

- Обеспечение необходимых условий для деятельности учащихся на уроке;
- Эффективное использование педагогических средств здоровьесберегающих образовательных технологий (физкультминутки, подвижных игр);
- Чередование видов деятельности учащихся на уроке.

2) Медицинская и профилактическая работа в школе и сельском ФАПе:

- Медицинские осмотры учащихся; ежегодные профосмотры сотрудников школы;

- Плановая вакцинация детей;
- Организация санитарно-гигиенического и противоэпидемического режимов;
- Диспансерное наблюдение за здоровыми детьми и детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

3) Организация питания школьников:

- Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания, включая соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, раздаче блюд;
- Проведение плановых ремонтов помещений столовой, технического оборудования;
- Обеспечение горячим питанием большей части школьников и учителей.

4) Организация спортивно-оздоровительных мероприятий:

- Подготовка спортивных команд и учащихся школы по различным видам спорта для участия во внутришкольных, районных соревнованиях;
- Организация спортивных праздников и мероприятий с участием родителей;
- Работа спортивных секций для учащихся и родителей;
- Вовлечение учащихся в участие в школьных спортивных мероприятиях.

5) Пропаганда ЗОЖ в урочной и внеурочной деятельности:

- Пропаганда ЗОЖ среди учащихся и родителей;
- Проведение дней здоровья;
- Тематические классные часы;
- Организация книжных выставок на тему сохранения и укрепления здоровья;
- Использование наглядной агитации: выпуск стенгазет, оформление уголков здоровья в классных комнатах.

6) Материально-техническое обеспечение образовательного процесса:

- Оснащение помещений необходимым оборудованием;
- Обеспечение кабинетов школьной мебелью в соответствии с ростом учащихся;
- Проведение комплексных мероприятий по обеспечению теплового режима в школе;
- Обеспечение медицинскими аптечками кабинетов физики, химии, биологии, труда, спортзала;
- Приобретение спортивного инвентаря;
- Приобретение методической литературы.

7. ФУНКЦИИ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ РАБОТНИКОВ ШКОЛЫ В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1. Функции директора и его заместителей:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация контроля уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортивного зала 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 «Здоровье» и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, медработниками.

2. Функции фельдшера:

- профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение;
- медицинская помощь, беседы, индивидуальные консультации с учащимися и родителями.
- организация медосмотра учащихся школы, определение уровня физического здоровья.

3. 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 и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы «Здоровье»;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

8.СОТРУДНИЧЕСТВО ШКОЛЫ С ДРУГИМИ УЧРЕЖДЕНИЯМИ.

учреждение	задачи и направления	формы взаимодействия
Районная поликлиника	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Профилактические осмотры, диспансеризация, медицинская помощь
Сельский ФАП	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Медицинская помощь, беседы, индивидуальные консультации
ГИБДД, ПДН	Профилактика ДДТ, ПДД	Занятия и беседы по правилам дорожного движения.

9.ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ» на 2023-2026 годы

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственные
1. Построение образовательного процесса на здоровьесберегающей основе			
1.	Составление расписания уроков, соответствующего нормам СанПиНа.	1 раз в полугодие	Зам.дир.по УВР
2.	Проведение во время уроков физкультминуток.	В течение года	Учителя-предметники
3.	Для повышения качества учебно-воспитательного процесса на уроках физической культуры: обеспечить совершенствование уроков ф/к, повысить их качество, достигать высокой двигательной плотности на основе широкого использования в учебном	В течение года	Учителя ФК

	процессе рациональных форм организации учебной деятельности, игрового и соревновательного методов обучения.		
4.	Регулярно осуществлять внутришкольный контроль за преподаванием физической культуры и внеклассными спортивно-оздоровительными мероприятиями	В течение года	Администрация школы
5.	Исключить во время проведения уроков физической культуры и внеклассных спортивно-оздоровительных мероприятий случаи травматизма учащихся.	В течение года	Учителя ФК, администрация школы
2. Медицинская работа. Профилактика заболеваний и травматизма			
1.	Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах.	Сентябрь	Классные руководители, учителя физкультуры
2.	Профосмотры учащихся и работников школы в ЦРБ.	По графику	Фельдшер ФАП
3.	Плановая вакцинация учащихся и сотрудников школы.	По графику	Фельдшер ФАП
4.	Диспансеризация учащихся.	По необходимости	Фельдшер ФАП, специалисты ЦРБ
5.	Контроль посещаемости и пропусков занятий по болезни.	В течение года	Зам. дир. по УВР, социальный педагог, кл. рук-ли
6.	Осуществление регулярного контроля за санитарно-гигиеническим состоянием школьного учреждения, пищеблока, спортзала, мастерских согласно санитарным правилам и нормам.	В течение года ежедневно	Завхоз, тех. персонал
7.	Контроль за питьевым режимом.	В течение года ежедневно	Члены администрация школы, социальный педагог
8.	Проведение бесед, классных часов по профилактике заболеваний и травматизма.	В течение года	Кл. рук-ли, преп.-орг. ОБЖ
9.	Тематические уроки по профилактике заболеваний и травматизма в рамках курса ОБЖ и на занятиях по правилам дорожной безопасности	По плану	Преп.-орг. ОБЖ, классные руководители, представители ГИБДД
10.	Занятия по правилам дорожного движения (выступление сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, викторины, конкурсы).		Кл. рук-ли, пр.-орг. ОБЖ

11.	Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности.	По плану	Преподаватель-орг. ОБЖ
12.	Статистика и анализ случаев травматизма в школе.	1 раз в полугодие	зам.дир.по ВР
13.	Вынесение вопросов охраны здоровья и гигиенического воспитания школьников для обсуждения всем коллективом.	По необходимости	Зам.директора по ВР
14.	Организация дежурства по школе.	Ежедневно	Зам. дир. по ВР
3. Организация питания школьников.			
1.	Организация горячего питания для учащихся и сотрудников школы (для детей из малообеспеченных и многодетных семей – бесплатное).	В течение года ежедневно	Директор школы, захоз
2.	Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания, включая соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, раздаче блюд.	В течение года ежедневно	Директор школы, завхоз
3.	Контроль за качеством питания.	ежедневно	Члены бракераж ной комиссии школы, директор школы
4.	Проведение плановых ремонтов помещений столовой, технического оборудования.	Июль-август По необходимости	Завхоз, директор школы
4. Организация спортивно-оздоровительных мероприятий.			
1.	Организация и проведение подвижных перемен.	В течение года	Кл.рук-ли, дежурный учитель.
2.	Организация школьных соревнований и участие школьников в спартакиаде.	В течение года	классные руководители, учителя ФК
3.	Организация дней здоровья, прогулок, экскурсий.	По плану учебно-воспитательной работы	Зам.дир.по ВР, кл. рук., учителя ФК
4.	Организация тематических вечеров, конкурсов КВН и т.д. о ЗОЖ.	По плану учебно-воспитательной работы	Зам.директора по ВР, кл. рук.
5.	Работа спортивных секций для учащихся и родителей.	По расписанию	Учителя ФК
6.	Организация отдыха детей в летний период	июнь, июль, август	Зам. дир.по ВР, члены администрации школы
7.	Проведение Декады «Мы за здоровый образ жизни»	По плану уч.-восп. Работы	Зам. дир. по ВР, учителя ФК, пр.-орг. ОБЖ, кл. рук-ли
5. Пропаганда ЗОЖ в урочной и внеурочной деятельности.			
1.	Пропаганда ЗОЖ среди учащихся и родителей путём проведения родительских собраний, бесед, индивидуальных встреч и	В течение года по плану уч.-восп. работы	Зам. дир. по УВР и ВР, кл. рук-ли

	т.д.		
2.	Организация книжных выставок на тему сохранения и укрепления здоровья;	По плану работы библиотеки	Библиотекарь школы
3.	Использование наглядной агитации: выпуск стенгазет, оформление уголков здоровья в классных комнатах.	В течение года	Кл. рук-ли
4.	Тематические классные часы, беседы, круглые столы, встречи Пропаганды и обучения навыкам здорового образа жизни, профилактики и запрещения курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ, предупреждение заболеваний, вызываемых ВИЧ	В течение года по плану	Кл. рук-ли, пр.-орг. ОБЖ, социальный педагог, зам дир.по ВР, фельдшер сумона.
6. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.			
1.	Оснащение помещений необходимым оборудованием.		Завхоз, директор школы
2.	Обеспечение кабинетов школьной мебелью в соответствии с ростом учащихся.	В течение года по необходимости	Завхоз, директор школы
3.	Проведение необходимых мероприятий по обеспечению теплового режима в школе.	Сентябрь-май	Завхоз, директор школы
4.	Обеспечение медицинскими аптечками кабинетов физики, химии, биологии, труда, спортзала.	В течение года по необходимости	Директор школы
5.	Приобретение спортивного инвентаря.	В течение года	Директор школы, учителя ФК
6.	Приобретение методической литературы по теме ЗОЖ.	По необходимости	Администрация

ОРГАНИЗАЦИЯ ОБУЧЕНИЯ НАВЫКАМ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Тематический план 1 класс (9 часов)

№ п \ п	Тема беседы	Всего академических часов
1	Скуку, простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье	1
2	Мы пришли во владения природы	1
3	Движение – это жизнь	1
4	Компьютер и Я	1
5	Витамины и мы	1

6	Режим дня – основа жизни человека	1
7	Личная гигиена	1
8	Не пей сырую воду из под крана, а то превратишься в...	1
9	Если хочешь быть здоров	1

**Тематический план
2 класс (9 часов)**

№ п \ п	Тема беседы	Всего академических часов
1	Режим дня – основа жизни человека	1
2	Я и мой организм	1
3	Движение – это жизнь	1
4	Компьютер и Я	1
5	Мы пришли во владения природы	1
6	Правила гигиены	1
7	О привычках полезных и вредных	1
8	Витамины группы А – наши лучшие друзья	1
9	В чём сила живой воды	1

**Тематический план
3 класс (9 часов)**

№ п \ п	Тема беседы	Всего академических часов
1	Режим дня – основа жизни человека	1
2	Мы пришли во владения природы	1
3	Движение – это жизнь	1
4	Компьютер и Я	1
5	О привычках полезных и вредных	1
6	Мы то, что мы едим	1
7	Здоровый позвоночник	1
8	Как содержать в чистоте своё тело	1
9	«В каждом маленьком ребёнке и мальчишке, и девочке есть...	1

**Тематический план
4 класс (9 часов)**

№ п \ п	Тема беседы	Всего академических часов
1	Режим дня – основа жизни человека	1
2	Посеешь привычку – пожнёшь характер	1
3	Движение – это жизнь	1
4	Компьютер и Я	1
5	Мы пришли во владения природы	1
6	Правила езды на велосипеде	1
7	От чего зависит настроение?	1
8	Здоровый позвоночник	1
9	Правильное питание	1

**Тематический план
5 класс (9 часов)**

№ п \ п	Тема беседы	Всего академических часов
1	Режим дня – основа жизни человека	1
2	Мой организм – моё богатство	1
3	Движение – это жизнь	1
4	Компьютер и Я	1
5	Мы пришли во владения природы	1
6	Здоровое питание	1
7	О привычках полезных и вредных	1
8	Вредные привычки. Как противостоять им?	1
9	«В каждом маленьком ребёнке и мальчишке, и девочке есть...	1

**Тематический план
6 класс (9 часов)**

№ п \ п	Тема беседы	Всего академических часов
1	Режим дня – основа жизни человека	1
2	Движение – это жизнь	1
3	Из чего сделаны мальчишки?	1
4	Из чего сделаны девчонки?	1
5	Путешествия во времени	1
6	Здоровое питание	1
7	Сотвори себя сам	1
8	Компьютер и Я	1
9	Меры предупреждения заболеваний, передающихся от домашних животных	1

**Тематический план
7 класс (9 часов)**

№ п \ п	Тема беседы	Всего академических часов
1	Режим дня – основа жизни человека	1
2	Движение – это жизнь	1
3	Распущенность – дорога в никуда	1
4	Здоровье – это модно	1
5	Путешествия во времени	1
6	О здоровом питании	1
7	Нет жизни без воды	1
8	Компьютер и Я	1
9	Предупреждение травматизма при спортивных занятиях	1

**Тематический план
8 класс (9 часов)**

№	Тема беседы	Всего часов
1	Режим дня – основа жизни человека	1
2	Движение – это жизнь	1
3	«Спасибо, нет!»	1
4	Распущенность – дорога в никуда	1
5	Путешествия во времени	1
6	Об истории табака	1
7	Ответственность за будущее	1
8	Компьютер и Я	1
9	Мы едим для того, чтобы жить, а не живём для того, чтобы есть	1

**Тематический план
9 класс (9 часов)**

№	Тема беседы	Всего часов
1	Тіменеджмент (организация личного времени)	1
2	Движение – это жизнь	1
3	«Спасибо, нет!»	1
4	От культуры тела – к культуре духа	1
5	«Я – будущая мама, я – будущий папа»	1
6	Здоровье – это модно!	1
7	Никотин и мы – кто сильнее?	1
8	ОГЭ без стрессов	1
9	Зависимость здоровья человека от окружающей среды	1

**Тематический план
10 класс (9 часов)**

№	Тема беседы	Всего часов
1	Тіменеджмент (организация личного времени)	1
2	Движение – это жизнь	1
3	«Спасибо, нет!»	1
4	От культуры тела – к культуре духа	1
5	«Я – будущая мама, я – будущий папа»	1
6	Здоровье – это модно!	1
7	Никотин и мы – кто сильнее?	1
8	Краткие сведения о болезнях, передающихся по наследству	1
9	Ответственность за будущее	1

**Тематический план
11 класс (9 часов)**

№	Тема беседы	Всего часов
1	Тимеменеджмент (организация личного времени)	1
2	Движение – это жизнь	1
3	«Спасибо, нет!»	1
4	От культуры тела – к культуре духа	1
5	«Я – будущая мама, я – будущий папа»	1
6	Здоровье – это модно!	1
7	О привычках полезных и вредных	1
8	ЕГЭ без стрессов	1
9	Твоё здоровье в твоих руках	1

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Данная программа «Здоровье» рассчитана на 3 года 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.