

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ИНДУСТРИАЛЬНАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

РАССМОТРЕНА

педагогическим советом

МБОУ Индустриальной СОШ

Протокол от 30.06. 2021 г. №1 6

УТВЕРЖДЕНА

приказ от 30.06.2021 № 55

Директор МБОУ Индустриальной СОШ

_____ М.В.Скосарева

Программа по формированию
культуры здорового образа жизни
«Ориентир – здоровое поколение».

Возраст обучающихся: 1-11 класс.

Паспорт программы

Название программы	«Ориентир – здоровое поколение».
Срок и этапы реализации программы:	2021-2025 гг. 1 этап – подготовительный январь-май 2021 г. 2 этап – апробационный июнь 2021-май 2025 г. 3 этап - контрольно-обобщающий июнь- декабрь 2025 г
Разработчик программы:	зам.директора по УВР Резникова Нина Владимировна
Руководитель программы:	директор школы Скосарева Марина Владимировна
Ответственные исполнители:	зам.директора по УВР, ст.вожатый, педагог психолог, педагоги школы, классные руководители, органы ученического самоуправления, работники школы
Юридический адрес:	346221 Ростовская область Кашарский район п.Индустриальный ул.Школьная 6
Нормативно-правовая база программы	1. «Конвенция ООН о правах ребенка» 1989г.; 2. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»; 3. «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»; 4. Конституции Российской Федерации от 12.12.1993г.; 5. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (Сан Пин 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993; 6. Сан Пин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»; 7. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; 8. Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников» 9. Единые санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», которые утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28
Цель:	создание педагогических условий для формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, сохранение и укрепление

	здоровья обучающихся и педагогов, формирование у обучающихся навыков организации здорового образа жизни посредством развития здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в школе, создание условий для формирования психологически, физически, духовно и социально здоровой личности подростка, владеющего умениями, навыками сохранения и укрепления собственного здоровья и здоровья окружающих
Задачи:	разработать методическое обеспечение функционирования системы воспитания по формированию основ здорового образа жизни у обучающихся, координировать деятельность гимназии, семьи, общественности в формировании здорового образа жизни; реализовать систему программных мероприятий здоровьесберегающей направленности, оценить степень их эффективности; соблюдать гигиенические нормы организации учебного процесса, нормирование учебной нагрузки в соответствии с требованиями санитарных правил и норм, осуществлять профилактику утомления обучающихся; продолжить внедрение эффективной системы физического воспитания, ориентированной на особенности развития детей и подростков, повысить интерес обучающихся к занятиям физической культурой и спортом; осуществлять систематический врачебно-педагогический контроль за состоянием здоровья и физическим здоровьем обучающихся, использовать комплекс оздоровительных и медицинских мероприятий по формированию нравственных убеждений и понятий здорового образа жизни; формировать доброжелательные и справедливые отношения в коллективе, гуманный подход к каждому ученику, предупреждение влияния негативных явлений на личность и оказывать психологическую помощь; создать благоприятные условия для формирования здорового образа жизни, профилактики преступности, наркомании, алкоголизма и иных антиобщественных проявлений среди молодежи; обобщить педагогический опыт работы по формированию здорового образа жизни у обучающихся
Основные направления деятельности	1. Медицинское направление 2. Просветительское направление 3. Психолого-педагогическое направление 4. Спортивно-оздоровительное направление 5. Диагностическое направление 6. Инклюзивное направление
Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность:	1. Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения 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

	школьника. 2. Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров. 3. Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса. 4. Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения. 5. Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков; 6. Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам; 7. Разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения; 8. Включение в план работы школы регулярное проведение недель здоровья; 9. Создание комнаты психологической разгрузки для обучающихся; 10. Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ. Программа формирования здорового и безопасного образа жизни, жизненного стиля, предполагает что, учащиеся должны научиться: называть и узнавать опасности для здоровья человека; способы их предотвращения; правила здорового и безопасного образа жизни; правила организации учебного труда; как следует заботиться о своём здоровье: правила сохранения зрения, слуха, обоняния; роль здорового питания и двигательной активности для хорошего самочувствия и успешного учебного труда; опасность для здоровья и учебы снижения двигательной активности, курения, алкоголя, наркотиков, инфекционных заболеваний; основам здоровьесберегающей учебной культуре; здоровьесозидающему режиму дня, двигательной активности, здоровому питанию; противостоянию вредным привычкам; высказывать свое отношение к проблемам в области здоровья и безопасности; организовывать здоровьесберегающие условия учебы и общения, выбирать адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей; самостоятельно выполнять домашние задания с использованием индивидуально эффективных, здоровьесберегающих приемов.
Ресурсы, которыми располагает	- кадровые (директор, заместитель директора по учебно-воспитательной работе, педагог-психолог, классные

общеобразовательное учреждение для эффективного решения поставленных задач:	руководители.); - методические (программы дополнительного образования, программы спортивных секций, методическая картотека по вопросам здорового образа жизни, включающая в себя разработки открытых классных часов по данной теме), всеобуч для классных руководителей, учащихся и родителей, анкеты, диагностические материалы, планы спортивно-массовых мероприятий, программы летнего оздоровительного сезона и др.) - материально-технические (мультимедийное оборудование кабинета, спортивный зал, спортивная площадка, тренажёрный зал, аппаратно-программный комплекс «АРМИС») - информационные (информационные тематические стенды) - Библиотека: обеспечивает информационно-методическую базу профилактической работы.
Система организации контроля за исполнением Программы	Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация школы. Контроль осуществляется посредством составления аналитических справок внутришкольного контроля 1 раз в четверть и итогового анализа программы в конце учебного года, мониторинга результатов реализации программных мероприятий представления родителям результатов обследований, полученных с помощью аппарата АРМИС анализа результатов социально-психологического тестирования.
Формы мероприятий реализации программы	с учащимися Классные часы, конкурсы, викторины, Утренняя гимнастика (перед уроками), выполнение динамических, релаксационных пауз, профилактических упражнений на уроках, проведение уроков «Здоровья», классные семейные праздники здоровья, экскурсии, медицинский осмотр, профилактика гриппа и других вирусных инфекций, День здоровья, Анкетирование: с персоналом контроль за тепловым, санитарным режимом и освещенностью, охват горячим питанием, с родителями Консультации специалистов школьного психолого-медико-педагогического консилиума для родителей, Практикум для родителей, Родительское собрание, Анкетирование

Содержание программы.

Раздел 1. Здоровьесберегающая инфраструктура включает:

- соответствие состояния и содержания здания и помещений школы санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся и работников образования;
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи (обеденный зал, кухня);
- организацию качественного горячего питания обучающихся, в том числе горячих завтраков;
 - оснащенность кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем;
- наличие необходимого (в расчете на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих работу с обучающимися (логопеды, учителя физической культуры, психологи, медицинские работники);
- наличие пришкольной площадки, кабинета или лаборатории для экологического образования. Ответственность за реализацию этого блока и контроль возлагаются на администрацию школы.

Раздел 2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся включает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обучения;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);
- обучение обучающихся вариантам рациональных способов и приемов работы с учебной информацией и организации учебного труда;
- введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;
- индивидуализацию обучения (учет индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работу по индивидуальным программам основного общего образования;
- рациональную и соответствующую требованиям организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера в основной школе. Эффективность реализации этого блока зависит от администрации школы и деятельности каждого педагога

Раздел 3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы обучающихся включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами, а также с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- рациональную и соответствующую возрастным и индивидуальным особенностям развития обучающихся организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера;
- организацию занятий по лечебной физкультуре;

- организацию часа активных движений (динамической паузы) между 3 и 4 уроками в основной школе;
- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций, туристических, экологических кружков, слетов, лагерей и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных, туристических мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.). Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителей физической культуры, а также всех педагогов.

Раздел 4. Реализация дополнительных образовательных программ включает:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование экологической грамотности, экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включенных в учебный процесс;
- проведение дней экологической культуры и здоровья, конкурсов, праздников и т. п.;
- создание общественного совета по экологической культуре и здоровью, включающего представителей администрации, обучающихся старших классов, родителей (законных представителей), разрабатывающих и реализующих школьную программу «Формирование экологической грамотности, экологической культуры, здорового образа жизни обучающихся». Программа предусматривают разные формы организации занятий:
 - интеграцию в базовые образовательные дисциплины;
 - проведение часов здоровья и экологической безопасности;
 - факультативные занятия; — проведение классных часов; — занятия в кружках;
 - проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п.;
 - организацию дней экологической культуры и здоровья.

Раздел 5. Просветительская работа с родителями (законными представителями) включает:

- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье детей, и т. п., экологическое просвещение родителей;
- содействие в приобретении для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней экологической культуры и здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.

Раздел 6. Здоровьесберегающая поддержка социума

- сотрудничество с ФАПом п. Индустриальный
- ежегодное прохождение медицинских осмотров обучающимися и учителями

Раздел 7. Организация инклюзивного образования

- создание условий получения образования для обучающихся с ОВЗ
- взаимодействие с ПМПК Кашарского района
- внедрение в систему работы образовательного учреждения адаптированных образовательных программ для обучающихся с ОВЗ