

Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Вечерняя средняя школа г. Котельнича»

РАССМОТРЕНА  
на заседании педагогического совета  
КОГОбУ ВСШ г. Котельнича

*протокол № 1 от 31.08.2022 г.*

УТВЕРЖДЕНА

приказом и. о. директора  
КОГОбУ ВСШ г. Котельнича  
№ 81 от 31.08.2022 г.



## **ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ**

**КИРОВСКОГО ОБЛАСТНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
«ВЕЧЕРНЯЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА Г. КОТЕЛЬНИЧА»**

г. Котельнич  
2022 г.

## Содержание

Паспорт программы .....	3
Нормативно-правовая база программы .....	5
Пояснительная записка.....	6
Материально-техническое обеспечение .....	7
Функции различных категорий работников школы .....	8
Сроки и этапы реализации программы .....	8
Общее представление о здоровьесберегающей среде в школе .....	9
Основные блоки здоровьесберегающей деятельности.....	10
Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности.....	11
Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения .....	13
Модель личности ученика.....	14
Методы контроля над реализацией программы.....	16
План деятельности по реализации программы .....	16
Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ.....	18
Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы .....	19

## Паспорт программы

<i>Цель программы</i>	Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья участников образовательного процесса, формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни.
<i>Задачи программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;</li> <li>- формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;</li> <li>- пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;</li> <li>- изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение;</li> <li>- обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения;</li> <li>- организация санитарно-гигиенического состояния школы в соответствии с установленными нормами и требованиями;</li> <li>- развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды;</li> <li>- развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов;</li> <li>- воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.</li> </ul>
<i>Срок реализации программы</i>	2022 – 2027 гг.
<i>Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников исправительных учреждений и педагогов по сохранению и коррекции здоровья обучающихся для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности.</li> <li>2. Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и педагогов, в том числе на основе организации профилактических осмотров.</li> <li>3. Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса.</li> </ol>

	<p>4. Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.</p> <p>5. Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус участников образовательного процесса.</p> <p>6. Апробация элементов методик по диагностике и коррекции трудностей социальной адаптации, приверженности к вредным привычкам.</p> <p>7. Разработка рекомендаций для служб исправительных учреждений, администрации школы, учителей-предметников, позволяющих систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения.</p> <p>8. Включение в план работы школы регулярного проведения недель здоровья.</p> <p>9. Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.</p>
<i>Участники реализации программы</i>	Учащиеся школы, педагоги, классные руководители, администрация школы, сотрудники и администрации исправительных учреждений.
<i>Финансово-экономическое обеспечение программы</i>	Не требуется.
<i>Формы и методы реализации программы</i>	Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, внеклассная работа, внеурочная деятельность.
<i>Условия реализации программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечение приоритета сохранения здоровья участников образовательного процесса в образовательной организации;</li> <li>- учет при принятии всех решений в образовательном учреждении аспектов, связанных с влиянием данного решения на здоровье всех участников;</li> <li>- учёт индивидуальных особенностей здоровья при выборе форм, средств и методов обучения;</li> <li>- мониторинг применения здоровьесберегающих технологий в школе;</li> <li>- учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития школы.</li> </ul>
<i>Управление, контроль</i>	Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация школы.

## Нормативно-правовая база программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. Конституции Российской Федерации.
2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждённый приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утверждённый приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413.
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
8. Закон РФ от 21.07.1993 № 5473-1 «Об учреждениях и органах, исполняющих уголовные наказания в виде лишения свободы».
9. Приказ Министерства юстиции РФ и Министерства образования и науки РФ от 6 декабря 2016 г. № 274/1525 «Об утверждении Порядка организации получения начального общего, основного общего и среднего общего образования лицами, отбывающими наказание в виде лишения свободы».

## Пояснительная записка

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Забота о сохранении здоровья учащихся важнейшая обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива и самого обучающегося.

Проблемы сохранения здоровья участников образовательного процесса, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, будут актуальны всегда. Следует обеспечить возможность сохранения здоровья обучающегося в период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Согласно закону «Об образовании в Российской Федерации» образовательная организация обязана создавать безопасные условия обучения, а также безопасные условия воспитания обучающихся в соответствии с установленными нормами, обеспечивающими жизнь и здоровье обучающихся, работников образовательной организации. Она несет ответственность за жизнь и здоровье обучающихся при освоении образовательной программы, а также за жизнь и здоровье работников образовательной организации при реализации образовательной программы.

Педагогический коллектив КОГОБУ ВСШ г. Котельнича, уделяя большое внимание в своей образовательной деятельности здоровью обучающихся, пришел к необходимости применения здоровьесберегающих технологий в организации образовательного процесса, и разработки программы, способствующей созданию оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

В качестве основы нашей программы здоровьесбережения была определена забота о сохранении здоровья учащихся и педагогов. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель, ведущий здоровый образ жизни, своим ответственным отношением к своему здоровью служит примером для ученика.

Особенностями применения здоровьесберегающих технологий в школе являются:

- ограниченные возможности для занятий физической культурой и спортом в исправительных учреждениях;
- отсутствие в школе штатного медицинского работника;
- медицинская диагностика обучающихся проводится соответствующими медицинскими службами исправительных учреждений.

Предметом исследования, а также целью данной программы является поиск и реализация наиболее оптимальных средств и методов для формирования здоровьесберегающей среды в школе.

## Материально-техническое обеспечение

Помещения для образовательной деятельности предоставляются школе и её структурным подразделениям учреждениями ФСИИ, на базе которых школа функционирует. Ежегодно соответствующими комиссиями проверяется готовность школы и её филиалов к началу учебного года, в том числе соответствие санитарно-гигиеническим нормативным требованиям и нормам.

В школе созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, требованиям пожарной безопасности, охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Здания подключены к инженерным сетям – холодному и горячему водоснабжению, отоплению и электроэнергии, канализации.

Материально-техническая база – необходимое условие функционирования и развития образовательного учреждения. Совершенствование материально-технического обеспечения современным учебным оборудованием, информационно-техническими средствами являются обязательными требованиями к образовательному учреждению. В школе созданы достаточные материально-технические условия для осуществления учебно-воспитательного процесса. Имеется необходимый набор помещений для изучения обязательных учебных дисциплин.

Размер и оборудование кабинетов соответствует санитарным нормам с учётом наполняемости классов. Кабинеты обеспечены учебной мебелью. Имеются компьютерное и демонстрационное оборудование, интерактивные доски, отвечающие гигиеническим требованиям.

Информационно-коммуникативные технологии широко используются в образовательной деятельности школы. Организован доступ педагогов к средствам ИКТ и Интернет-ресурсам для поиска информации, оформление работ, создания фильмов и презентаций с разнообразной тематикой для проведения классных часов, общешкольных научно-практических конференций, праздничных и торжественных мероприятий и т.п.

В условиях исправительных учреждений ограничены возможности для занятия спортом: отсутствует материально-техническая база, спортивный инвентарь, ограничен режим передвижения по территории.

Школа не имеет столовой, питание обучающихся не относится к её компетенции. Оно осуществляется по учреждениями ФСИИ. Режим обучения, расписание занятий, сменность согласованы с внутренним распорядком исправительных учреждений.

## **Функции различных категорий работников школы**

### **1. Функции администрации:**

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- организация взаимодействия школы и исправительных учреждений, в том числе согласование режима работы, составление расписания с учётом времени для приёма пищи и «банных» дней;
- организация преподавания вопросов валеологии на уроках биологии и ОБЖ;
- организация и контроль уроков физкультуры с учётом возможностей образовательного учреждения в системе ФСИН;
- включение в план внеурочной деятельности курсов, направленных на укрепление здоровья, формирование ЗОЖ;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль.

### **2. Функции классного руководителя:**

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности обучающихся в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактической работы с администрацией исправительных учреждений;
- 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 учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

## **Сроки и этапы реализации программы**

I этап – 2022– 2023 гг.

II этап – 2023 – 2024 гг.

III этап – 2024 – 2025 гг.

IV этап – 2025 – 2026 гг.

V этап – 2026 – 2027 гг.

*I этап - определение концептуальной линии развития образовательного учреждения (1 год):*

- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

*II этап – формирование научно-методической базы образовательного учреждения здоровьесберегающего типа (1 год):*

- совершенствование материально-технической базы школы;
- разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования;
- подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;
- программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся.

*III этап – разработка программ деятельности здоровьесберегающего образовательного учреждения (1 год):*

- внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в школе;
- разработка программы обучения педагогов технологиям здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на уроках.

*IV этап – разработка моделей индивидуализации обучения (1 год):*

- работа инновационной группы учителей по разработке и внедрению технологий здоровьесбережения на основе индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных технологий индивидуализации обучения с последующим внедрением их на уроках.

*V этап – практическая реализация программы развития здоровьесберегающего типа (1 год):*

- работа всех педагогов школы по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- проверка результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения;
- разработка программ самоаудита здоровьесберегающей деятельности школы.

### **Общее представление о здоровьесберегающей среде в школе**

Приоритетной задачей школы, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концентрация усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни школьников. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения:

- соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм;
- учет индивидуальных особенностей обучающихся, в том числе возрастных;
- режим учебно-познавательной деятельности;
- социально-педагогические условия обучения.

*Слагаемые здоровьесберегающей среды:*

- школьная среда;
- организация и содержание внеучебного времени;
- педагогическая среда (конкретный процесс на уроках);
- психологическая среда (общение с учителями и учащимися);
- санитарно-гигиеническая среда (состояние здания и оборудования школы).

### **Основные блоки здоровьесберегающей деятельности**

*Блок профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья обучающихся предполагает:*

- регулярный анализ результатов наблюдений за состоянием здоровья обучающихся;
- использование в школе рекомендованных методов профилактики заболеваний;
- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения школьников;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки с учетом школьного расписания, режима исправительного учреждения;
- четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы.

*Блок просветительско-воспитательной работы предполагает:*

- организацию «Дней здоровья», внеучебной деятельности и воспитательной работы здоровьесберегающей направленности;
- включение в план воспитательной работы образовательного учреждения мероприятий, направленных на формирование мотивации здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения, службами исправительных учреждений по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через урочную и внеурочную деятельность).

*Блок рациональной организации учебного процесса предполагает:*

- соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;
- использование приемов индивидуализации обучения;
- строгое соблюдение гигиенических требований к использованию технических средств в учебном процессе;
- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование деятельности психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физиологического

состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;

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

*Блок организации физкультурно-оздоровительной работы* предполагает:

- привлечение системы кружковой, внеклассной и внеучебной деятельности к формированию здорового образа жизни обучающихся;
- подготовка рекомендаций, памяток, проведение консультаций по вопросам индивидуальных или групповых занятий физкультурой в отрядах;
- организация динамических перемен, физкультурных пауз на уроках.

*Блок здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения* предполагает:

- соответствие помещения школы гигиеническим нормативам;
- соответствие оборудования школы гигиеническим нормативам;
- обеспечение взаимодействия с медицинскими службами исправительных учреждений.

*Блок организации системы просветительской и методической работы с педагогами и администрациями исправительных учреждений* предполагает:

- проведение в школе постоянно действующих лекториев по различным вопросам здоровья обучающихся и его сохранения;
- повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения;
- обеспечение для учащихся доступа к ресурсам, посвящённым вопросам гигиены, здоровьесбережения и спорта.

## **Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности**

*Раздел 1. Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся (организация здоровьесберегающей деятельности и готовность педагогов к реализации здоровьесберегающей деятельности):*

- позиционирование школы в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения;
- готовность учителей к участию в здоровьесберегающей работе;
- организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования;
- организация самоаудита школы – внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы.

*Раздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения:*

- выполнение здоровьесберегающих требований к оснащению и зданию школы;
- выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму образовательного учреждения;
- выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению;
- выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

*Раздел 3. Рациональная организация образовательного процесса и использование здоровьесберегающих технологий при реализации образовательного процесса в школе:*

- соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса;
- применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
- психологические основы здоровьесберегающей организации учебного процесса.

*Раздел 4. Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесберегающей деятельности школы:*

- организация уроков физвоспитания в образовательном учреждении;
- содействие проведению индивидуальных и групповых занятий физкультурой в отрядах;
- внеклассная физкультурно-оздоровительная работа.

*Раздел 5. Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов здорового образа жизни обучающихся:*

- организация образовательной работы в рамках учебных дисциплин здоровьесберегающего блока;
- организация воспитательной работы в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся;
- участие обучающихся в здоровьесберегающей работе школы.

*Раздел 6. Организация работы по отказу от вредных привычек и употребления психоактивных веществ, профилактики их распространения в среде обучающихся:*

- программа работы по отказу от вредных привычек и употребления психоактивных веществ, профилактики их распространения в среде обучающихся;
- выявление факторов риска распространения склонности к употреблению ПАВ в среде обучающихся;
- организация безопасной поддерживающей образовательной среды.

*Раздел 7. Организация системы мониторинга сформированности культуры здорового образа жизни обучающихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов):*

- программа диагностики психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья;
- программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся;
- оценка сформированности у обучающихся и учителей школы мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации.

### **Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения**

**1. Гигиенические средства (санитарно-гигиенические средства здоровьесберегающие технологии):**

- требования к материально-техническому состоянию здания школы;
- организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов;
- обеспечение рационального уровня учебной нагрузки;
- формирование приверженности здоровому образу жизни;
- привитие обучающимся навыков личной и общественной гигиены, требование её соблюдения;
- просвещение по вопросам проведения прививок с целью предупреждения инфекций.

-

**2. Средства двигательной направленности (здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта):**

- уроки физкультуры с комплексами физических упражнений, которые можно выполнять самостоятельно без специального оборудования;
- физкультминутки на уроках и подвижные перемены;
- различные виды оздоровительной гимнастики (пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.);
- эмоциональные разрядки и «минутки покоя», психогимнастика, тренинги и др.

**3. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды (психологические здоровьесберегающие технологии):**

- обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик;
- всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер обучающихся в процессе их обучения;
- функционирование курсов внеурочной деятельности («Арттерапия»).

**4. Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровьесберегающие образовательные технологии):**

- интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс;
- системный подход к организации образовательной деятельности;

- модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровьесберегающей направленности для всех ступеней обучения.

**5. Профилактические и закалывающие средства (воспитательная работа по формированию ЗОЖ):**

- организация просветительского лектория;
- культурно-массовые мероприятия;
- пропаганда здорового образа жизни через систему урочных и внеурочных занятий;
- массовые мероприятия пропаганды ЗОЖ (праздники, тематические мероприятия, онлайн-экскурсии, просмотр трансляций спортивных соревнований и т.п.).

### **Модель личности ученика**

Подготовка к здоровому образу жизни на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности данной программы. В качестве основополагающей линии развития школы в этом направлении выбрана концепция здоровьесберегающего образования. Школа должна стать «антропоцентричной», т.е. центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик. Модель технологий обучения в здоровьесберегающей школе предоставляет ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках не ученик подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя, а учитель, обладая разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательными особенностями ученика. Это требует разработки новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации обучения и здоровьесбережения. Учет индивидуальных особенностей учащихся в педагогической деятельности – это комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими путями:

- вариативностью образовательной среды;
- дифференциацией обучения;
- индивидуализацией учебного процесса с учетом личностных особенностей учащихся;
- разработкой индивидуальных образовательных программ для лиц с особенностями здоровья и особенностями личности;
- индивидуальными портфолио в системе дистанционного образования.

Работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения учащихся.

Модель выпускника начальной школы	Модель выпускника основной школы	Модель выпускника средней школы
<p>-знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;</p> <p>-владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.</p>	<p>- знание основ строения и функционирования организма человека;</p> <p>- умение оценивать свое физическое и психическое состояние;</p> <p>- знание влияния вредных привычек и употребления ПАВ на здоровье человека;</p> <p>-поддержание физической формы;</p> <p>- телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;</p> <p>- знание гигиены умственного труда.</p>	<p>- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;</p> <p>- убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек;</p> <p>- знание различных оздоровительных систем;</p> <p>- умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;</p> <p>-способность вырабатывать индивидуальный образ жизни;</p> <p>- навыки гигиены умственного труда.</p>

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

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);
- культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их).

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

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

## Методы контроля над реализацией программы

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

## План деятельности по реализации программы

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
<b>1.</b>	<b>Медицинское направление.</b>			
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья обучающихся; - выявление учащихся нуждающихся в особых условиях обучения; - ведение учета обучающихся с особенностями здоровья для учёта при организации образовательного процесса.	классные руководители (во взаимодействии с медицинской частью исправительного учреждения)	постоянно	информация о состоянии здоровья, выбор формы и методов обучения
1.2.	Анализ случаев травматизма в школе.	заместитель директора по УВР	постоянно	исключение случаев травматизма
1.3.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	классные руководители, заместитель директора по УВР	постоянно	отсутствие пропусков без уважительной причины, выявление обучающихся, нуждающихся в восстановлении пропущенного материала
1.4.	Обеспечение соответствия кабинетов гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> <li>• проветривание;</li> <li>• освещение;</li> <li>• отопление</li> <li>• вентиляция</li> <li>• уборка</li> </ul>	заведующие кабинетами, заместитель директора по УВР	ежедневно в течение года	в кабинетах обеспечено соблюдение гигиенических требований

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
1.5.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	заместитель директора по УВР	ежегодно	расписание соответствует СанПиН
<b>2.</b>	<b>Просветительское направление</b>			
2.1.	Организация просветительской работы с обучающимися (лекторий, тематические классные часы и др.)	классные руководители, заместитель директора по УВР	ежегодно	график проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение лектория по здоровому образу жизни.	классные руководители, заместитель директора по УВР	ежегодно	тематика лектория
2.3.	Разработка системы обучения учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья обучающихся	администрация школы	ежегодно	план работы
2.4.	Вовлечение учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья обучающихся	администрация школы	ежегодно	план работы
2.5.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»	заместитель директора по УВР	ежегодно	протокол педсовета
2.6.	Работа по отказу от вредных привычек и профилактике употребления ПАВ	классные руководители, заместитель директора по УВР	ежегодно	план работы
2.7.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры	учителя-предметники	в течение года	планы уроков
<b>3.</b>	<b>Психолого-педагогическое направление.</b>			
3.1.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье; - выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения; - разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения	классные руководители	ежегодно	диагностические исследования
3.2.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности	учителя-предметники	ежегодно	планы уроков

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
<b>4.</b>	<b>Спортивно-оздоровительное направление.</b>			
4.1.	Организацию спортивных мероприятий	учитель физической культуры	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни	заместитель директора по УВР	ежегодно	план внеурочной деятельности
4.3.	Привлечение учащихся, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы	заместитель директора по УВР	ежегодно	план работы

### Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ

Ступень	Уровень	Задачи педагогов	Прогнозируемые результаты
Начальное звено: 1-2-е классы	Примитивно-поведенческий	Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры	Отсутствие вредных привычек
3-и классы		Приобщение к гигиенической культуре	
4-е классы		Организация здорового образа жизни	
Среднее и старшее звено: 5-6-е классы	Эмоциональный	Приобщение к здоровому образу жизни	Стремление к ведению здорового образа жизни
7-е классы		Формирование здорового образа жизни	
8-11е классы		Воспитание грамотного отношения к медико-профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека	

## **Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы**

Осуществление запланированных действий по реализации данной программы позволит получить следующие результаты:

1. Будет сформирована система физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских служб исправительных учреждений и педагогов по предупреждению заболеваний участников педагогического процесса, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого.
2. Будет осуществляться систематический контроль за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики.
3. Снизится заболеваемость всех участников образовательного процесса.
4. Будет создан компьютерный банк данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех ступенях образования, который будет использоваться для совершенствования модели медико-психолого-педагогического сопровождения учащихся.
5. Повысится уровень знаний по вопросам здоровья и его сохранения, будут сформированы навыки ЗОЖ.