

Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области

Департамент образования Администрации г. Екатеринбурга
МБОУ гимназия № 161

Утверждаю

Директор МБОУ Гимназии № 161
Ушакова Е. Е.

Приказ № _____ от 01.09.2020 г.



**Программа
воспитания здорового образа жизни
школьников «Здоровое поколение»
на 2020-2025 годы**

Одобрена и принята
решением педсовета №1
«28» августа 2020 года

Екатеринбург, 2020

Современное состояние общества, темпы его развития предъявляют высокие требования к человеку и его здоровью. Исходя из этого, современная школа должна не только давать учащимся определенный объем знаний, умений и навыков, но и формировать человека с высоким уровнем самосознания, мышления, т.е. обеспечить каждому школьнику возможности для выявления и развития способностей, талантов и изобретательности при должной охране и укреплении здоровья.

Сегодня мы в условиях пандемии коронавируса. Уже не будем также жить и работать, как раньше. В связи с создавшейся ситуацией, мы должны продумывать не только организацию здоровьесбережения в учебном процессе. Но и в условиях дистанционного образования.

Опыт некоторых школ показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует укреплению здоровья школьников. Биологическая реакция организма школьника зависит как от его адаптационных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды.

Многие параметры образовательной среды регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья школьников.

Именно поэтому разработанная программа «**Здоровое поколение**» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование учащихся. В реализации программы задействованы все службы школы: администрация, педагоги, педагог-психолог, медицинские работники и технический персонал.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

Целью данной программы является поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как одному из главных путей в достижении успеха.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся. Их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
3. Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
4. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья как в школе, так и на дистанте дома.
5. Пропаганда здорового образа жизни.
6. Внедрение современных методов мониторинга здоровья.
7. Привитие обучающимся знаний, умений и навыков, необходимых для принятия разумных решений по сохранению личного здоровья, а также сохранению и улучшению безопасной и здоровой среды обитания.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ, КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ:

1. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса

- обновление и пополнение нормативно-правовой базы школы;
- обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических норм при организации образовательного процесса, норм по охране труда и технике безопасности;

- обеспечение здоровьесберегающего режима работы школы;
- организация рациональной системы питания учащихся;
- обеспечение оптимального режима двигательной активности учащихся;
- разработка комплекса мероприятий по выявлению уровня физического и психологического здоровья обучающихся.

2. Инструктивно-методическая работа с обучающимися, их родителями и учителями.

- организация семинаров для педагогов школы;
- организация родительского всеобуча;
- конференции, лектории, викторины для учащихся на валеологические темы;
- проведение инструктажей по технике безопасности, охране труда, противопожарной безопасности и учебных тренировок.

3. Учебно-воспитательная работа.

- использование на уроках и во внеурочной деятельности здоровьесберегающих технологий;
- разработка валеологической тематики классных часов;
- организация работы спортивных кружков и секций школы;
- организация работы кружков валеологической направленности.

4. Профилактика и коррекция здоровья.

- физкультминутки, зарядка для глаз;
- проведение в школе вечеров здоровья и отдыха;
- проведение дней здоровья;
- проведение спортивно-массовых мероприятий.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:

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

УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ:

- Учащиеся;
- Классные руководители;
- Учителя – предметники (ОБЖ, биологии, физкультуры);
- Родители;
- Врачи, медицинские работники.
- Педагог-психолог;
- Администрация школы

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА:

- Программа учебных предметов, формирующих основы здорового образа жизни; Дни здоровья.
- Пакет диагностик состояния здоровья учащихся. Анкета склонности к вредным привычкам.

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

2020-2025 годы

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- Повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей;

- Повышение уровня профилактической работы;
- Формирование отношения детей и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- Введение оптимального режима труда и отдыха детей;

№ п/п	Содержание работы	сроки	ответственные	результат работы
1. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса				
1.	Составление социологических карт по классам, составление списков: - учащихся группы риска; - социально-опасных; - многодетных семей; - малообеспеченных семей; - неполных семей; - детей с заболеваниями, детей- инвалидов, Составление подробного социального паспорта класса.	Сентябрь	Зам. по праву, классные руководители	
2.	Профосмотры детей в условиях школы	В течение года	Мед. работник, врач	
3.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	В течение года	Зам. по праву, классные руководители, мед.сестра, завучи	
4.	Контроль состояния здоровья школьников по итогам диспансеризации	Апрель	Мед. сестра	
5.	Анализ случаев травматизма в школе	В течение года	Завучи	
6.	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья школьников; - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил техники безопасности, противопожарной безопасности и охраны труда	Сентябрь	Директор	
7.	Оформление медицинских карт, листков здоровья в классных журналах. Комплектация на их основе физкультурных	Сентябрь	Классные руководители, мед. работник, учителя физкультуры	

	групп.			
8.	Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон) в условиях пандемии коронавируса, организация дежурства. Строгий прием обучающихся в гимназию каждое утро с соблюдением норм санэпидрежима.	В течение года	Директор школы, администрация, дежурные учителя	
9.	Эстетическое оформление интерьера класса, школы (разведение цветов)	Постоянно	Директор школы, заведующие кабинетами	
10.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Ежегодно сентябрь - январь	Зам. директора по УВР, диспетчер по расписанию	
11.	Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям санэпидрежима в условиях пандемии коронавируса и ОРВИ.	Ежегодно	Директор школы, заведующие кабинетами	
12.	Организация активного отдыха на переменах (подвижные игры, работа библиотеки) строго по графику, соблюдение режима сквозного проветривания и влажной уборки кабинетов.	Постоянно	Заместители директора школы, дежурные учителя, кл.руководители	
13.	Проведение «здоровых уроков» разнообразие форм проведения уроков	Постоянно	Администрация школы, учителя - предметники	Педсовет
14.	Введение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни (ОБЖ, «Окружающий мир», «Экология»)		Администрация школы	Педсовет
15.	Проведение мероприятий по охране зрения учащихся	Повседневно	Учителя - предметники	Мероприятия по охране зрения учащихся
2. Контроль за соблюдением санитарно- гигиенического режима в школьном учреждении				

1.	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Постоянно	Директор	
2.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований Сан ПиНа)	В течение года	Завуч	
3.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: - проветривание; - освещение; - отопление; - влажная уборка	постоянно	Зам. директора по АХЧ, завучи, мед. работник	
4.	Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности в школе	Постоянно	Директор	
5.	Содержание в исправности всех средств пожаротушения	Постоянно	Зам. директора по АХЧ	
6.	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Учителя физкультуры	
7.	Организация ремонта учебных кабинетов	Летний период	Директор, заведующие кабинетами	
8.	Подготовка актов по приемке школы к новому учебному году	Июль-август	Директор	
9.	Приемка школы к новому учебному году	Август	Директор школы	
10.	Рейды: - по проверке внешнего вида обучающихся; - по сохранности библиотечных учебников; - по выполнению школьниками режима дня, режима соблюдения санитарных норм и правил в условиях пандемии; - наличие дезинфицирующих средств в каждом кабинете.	По отдельному плану	библиотекарь, совет старшекласников, завуч по ВР.	
11.	Регулярно проведение учебных пожарных тревог	По графику	Директор, учитель ОБЖ, зам.директора по праву	
12.	Приобретение сантехнического	В течение года	Директор	

	оборудования, люминесцентных и электрических ламп, ионизаторов воздуха.			
13.	Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов	В течение года	Директор	
14.	Приобретение моющих и чистящих средств	Постоянно	Зам.директора по АХЧ	
15.	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов	Август-сентябрь	Директор школы	
16.	Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды	октябрь-май	Завуч по начальной школе, учителя начальных классов	
17.	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по технике безопасности в учебных кабинетах	По отдельному плану	Администрация школы, профком	
18.	Обеспечение требований техники безопасности во время ремонта школы и трудовой практики учащихся	В летний период	директор	
19.	Разработка плана мероприятий по охране труда и технике безопасности в школе	Сентябрь	Администрация	
20.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом	постоянно	Зам. директора по праву	
21.	Диагностика загруженности учащихся домашними заданиями	В течение года	Завучи	
22.	Контроль физического воспитания учеников	По отдельному плану	Администрация школы, учителя физкультуры	
23.	Контроль преподавания ОБЖ	По отдельному плану	Администрация школы	
24.	Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий	Постоянно	Директор	
25.	Организация дежурства по школе	Постоянно	Классные руководители, завуч по ВР	

3. Уровень здоровья учащихся, мероприятия по сохранности и укреплению здоровья детей				
1.	Состояние здоровья учащихся (анализ на основе углубленного осмотра)	В течение года	Администрация школы	Педсоветы, родительские собрания. Выступление врачей с рекомендациями по его восстановлению
2.	Психологический мониторинг здоровья учащихся: - тест на адаптацию в начальной, средней школе; - тест на тревожность	Сентябрь-январь	Педагог-психолог	
3.	Улучшение качества медицинского обслуживания: Программа деятельности медицинского работника с больными детьми, профилактическая работа через беседы, «уголки здоровья»	Постоянно Не реже 1 раза в месяц	Школьный врач, медсестра	
4.	Организация горячего питания с соблюдением норм Роспотребнадзора и САН иПИНов.	постоянно	Администрация школы	
5.	Оздоровительная программа с детьми в летний период	Июнь	Администрация школы	Организация и работа школьного оздоровительного лагеря, турпоходы, экскурсии
4. Гигиеническое, санитарно – просветительное воспитание учащихся				
1.	Проведение бесед, классных часов, круглых столов, диспутов	В течение года	Классные руководители	Индивидуальные консультации специалистов для родителей и учащихся
2	Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни		Библиотекарь, классные руководители	
5. Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)				
1.	Результаты тестирования	Ежегодно	Зам. директора по	Вопросы и

	учащихся по выявлению склонностей учащихся к вредным привычкам. Определение дальнейшей деятельности школы		праву, классные руководители	анкеты
2.	Участие в проведении Международного дня борьбы со СПИДом, Международного дня борьбы с курением	1.12 19.11	Зам. директора по праву, классные руководители, учитель ОБЖ	Конкурсное сочинение «СПИД – чума века» Тест «Что мы знаем о курении» Беседа со специалистом
3.	Родительский лекторий: «Легко ли быть молодым в наше время»	1 полугодие	Зам. директора по праву	
4.	Проведение школьной акции «Мы – против наркотиков»	Ежегодно	Зам. директора по праву, учитель ОБЖ, педагог-психолог, учитель ИЗО	В программе: Конкурс рисунков и плакатов. Конкурс сочинений. Обзорные книжные выставки и материалы СМИ.
5.	Тематические классные часы, согласно ЕДП	В течение года	Классные руководители	
6.	Тематические родительские собрания	В теч. года	Классные руководители	
7.	Встречи с сотрудниками наркологического диспансера	По плану	Зам. дир. по праву	
8.	Проведение бесед о вреде курения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств(5-11-е классы)	По плану зам.директора по ВР	классные руководители, зам. директора по праву	
9.	Конкурсы, викторины	По плану	Зам. директора по праву	
6. Физкультурно – массовая оздоровительная работа				
1.	Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом		Зам. директора по ВР, учителя физкультуры	Расписание работы секций
2.	Школьные программы спортивно – массовой оздоровительной работы	Учебный год	Директор школы	Дни здоровья, работа школьных спортивных секций, подвижные игры.

				конкурсы, турслеты, походы
3.	Организация летней оздоровительной площадки при школе	Июнь	Завуч, директор лагеря	
4.	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	Май-сентябрь	Классные руководители, директор	
5.	Проведение месячника по очистке школьной территории	Май	Зам. директора по АХЧ	
6.	Проведение дней здоровья	Ежемесячно	Учителя физкультуры, классные руководители, зам. директора по ВР	
7.	Участие классов в городском проекте «Мы-за здоровый город!» и «Екатеринбург – территория здоровья!»	Постоянно	Завуч по праву классные руководители, учитель ОБЖ	
8.	Проведение недели пропаганды здорового образа жизни, агитбригада	Постоянно	Завуч по праву классные руководители, учитель ОБЖ	
9.	Проведение подвижных школьных перемен	Постоянно	Классные руководители	
10.	Витаминотерапия в весенний период	Март-апрель	КШП, медсестра	
11.	Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья	Октябрь	Учителя физкультуры	
12.	Работа спортивных секций	В течение года	Учителя физкультуры	
13.	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива	Постоянно	Директор школы,	
7.Профилактика травматизма				
1.	Занятия по правилам дорожного движения (выступления сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, викторины, конкурсы рисунков)	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители	
2.	Тематические уроки по профилактике	По программе	Преподаватель ОБЖ	

	травматизма в рамках урока ОБЖ			
3.	Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности	сентябрь	Директор школы, завучи	
4.	Статистика и анализ случаев травматизма в школы	В течение года	Мед. сестра, завучи	