

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «УЧЕБНО – ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС
«ГАРМОНИЯ» ГОРОДА ДОНЕЦКА»

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
МБОУ "УВК "Гармония"
г. Донецка"
Протокол №11
от "28" августа 2023

РАССМОТРЕНО
Родительским советом
МБОУ "УВК "Гармония"
г. Донецка"
Протокол №1
от "28" августа 2023

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ "УВК
"Гармония" г. Донецка"



И.Е. Клещукова
И.Е. Клещукова

Протокол №
от "28" августа 2023

**Программа здоровьесбережения
«Школа – территория здоровья»
2023-2028 год**

Программа «Школа – территория здоровья»

Пояснительная записка

Проблемы здоровья населения России, и в частности, здоровья подрастающего поколения, являются причиной для беспокойства как государственных организаций, так и общества, самих граждан. Состояние здоровья подрастающего поколения - важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее.

Предметом острой общественной тревоги стало отмечающееся в последнее время резкое ухудшение физического здоровья детей.

Программа здоровьесбережения обучающихся в соответствии с определением Стандарта — это комплексная программа формирования их знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального и среднего общего образования.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- СанПиН, 2010 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса»;
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования;

- Конвенцию ООН о Правах ребёнка.

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни сформирована с учётом:

1. Факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагоприятных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков и всего населения страны в целом;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста и 5-6 классов к своему здоровью, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.

Школа является особым образовательным пространством, в рамках которого происходит не только формирование социально адаптированной личности, ее профессиональное и гражданское самоопределение, но и формируется самая важная, базовая характеристика, обеспечивающая реализацию всех остальных - ЗДОРОВЬЕ.

Сохранение здоровья учащихся является на сегодняшний день целью деятельности образовательного учреждения, условием и средством повышения качества образовательных результатов, а также - показателем

качества образовательного процесса.

Достижение школой результата, каковым является, прежде всего, выполнение стандарта образования, а также реализация основных стратегических направлений развития образования не могут быть обеспечены без качественного физиолого- психолого-гигиенического сопровождения образовательного процесса, направленного на охрану здоровья и безопасность всех его субъектов.

2.Ресурсы, необходимые для осуществления программы:

Кадровое обеспечение.

Образовательный процесс осуществляют 30 педагогов.

Соответствие занимаемой должности	Первая квалификационная категория	Высшая квалификационная категория
20 %	30%	50 %

В школе создана психолого - педагогическая служба, которая поддерживает эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры, в состав которой входят:

- 1.классные руководители;
- 2.учитель - логопед, Зуева Е.Б, Чалова А.К.
- 3.учителя физической культуры: Малич Ю.В., Мамонов Д.С.
- 4.медсестра школы, Гиль С.Г., Скрибунова С.А.

Основные направления работы психологической службы:

- диагностика психологической комфортности учащихся в школе, рекомендации по улучшению микроклимата в классном коллективе;
- индивидуальные консультации учащихся по личным вопросам;
- психологические тренинги в классах с повышенной мотивацией к учению;
- индивидуальные консультации родителей по проблемам ребенка к

семье и школе;

- консультации учителей по вопросам психологических особенностей детей разного возраста;

- обучение педагогов: применение психолого-педагогических приёмов для снятия эмоционального напряжения на уроке, профилактика профессионального выгорания;

- диагностика и психокоррекция состояния учащихся в адаптационный период (1-е, 5-е, 10-е классы).

Материально - технические ресурсы:

В школьном здании МБОУ «УВК «Гармония» г.Донецка» созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

В школе работает **столовая**, позволяющая организовывать горячие завтраки и обеды для ГПЛ в урочное время.

1, 2 и 3 классы завтракают в 9:15 утра, после первого урока, что позволяет в спокойной тихой обстановке принять пищу.

4, 5-11 классы завтракают после второго урока, в 10.20.

Таким образом, все желающие получают горячее питание. После окончания пятого урока, учащиеся начальных классов приходят в столовую на обед. Ежедневно на обед дети получают фруктовые, овощные или фруктово-овощные соки.

В школьной столовой работает буфет, в котором дети могут приобрести свежую выпечку, соки, фрукты.

В школе функционирует 1 спортивный зал, оборудованный необходимым игровым и спортивным инвентарем, возле школы находится спортивная площадка, теннисный корт.

Уроки физической культуры в холодное время года проводятся в спортивном зале, а в теплое время - на улице, на спортивной площадке, прилегающем к школе.

Во внеурочное время для учащихся 1-4, 5-11 классов организована работа школьного спортивного клуба «Лидер», где в интересной и занимательной форме проводятся игровые занятия.

В течение каникулярного времени также организуется работа спортивных секций и дополнительные занятия по физической культуре.

В школе работает медицинский кабинет. Школьный медицинский кабинет работает с 8:00 до 16:00 ежедневно.

В медицинском кабинете школьным фельдшером проводится медицинский осмотр учащихся школы, в случае необходимости оказывается первая медицинская помощь.

Стратегические цели по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни:

- 1.Создание условий для формирования личности, обладающей следующими компонентами культуры - здоровой физически, психически, духовно и социально, испытывающей потребность в здоровом образе жизни, ответственно относящейся не только к собственному здоровью, но и здоровью окружающих, а также к сохранению среды обитания.
- 2.Создание в школе здоровьесберегающего пространства.
- 3.Содействие здоровьесбережению каждого учащегося.
- 4.Расширение взаимодействия школы, родителей и общества в контексте укрепления здоровья.

Основными задачами на пути достижения указанной выше цели являются:

- организация здоровьесформирующей образовательной среды,
- повышение уровня знаний учащихся и их родителей в вопросах охраны и

укрепления здоровья,

- реализация системы профилактических мероприятий, организация физкультурно-массовых мероприятий,
- оптимизация системы психологической помощи учащимся;
- повышение уровня знаний педагогов в вопросах охраны здоровья, оптимизации учебного процесса, проблем диагностики и преодоления школьных трудностей.
- создание благоприятных условий для разностороннего развития личности, в том числе удовлетворения потребности обучающихся в самообразовании, получении дополнительного образования.

Основные этапы и сроки реализации программы.

Программа реализуется в период 2023 - 2028 г.г. по следующим этапам:

1 этап (2023 – 2024 г.г.) - информационно-мотивационный.

Повышение квалификации педагогического коллектива в условиях внедрения образовательных стандартов второго поколения, направленных на укрепление здоровья. Овладение здоровьесозидающими технологиями, введение их в учебно - воспитательный процесс. Повышение эффективности работы по здоровьесбережению в дополнительном образовании и во внеурочной деятельности. Работа с родительской общественностью.

2 этап (2024 - 2025 г.г.) - преобразующий.

Привлечение необходимых ресурсов для основного этапа реализации программы.

Реализация плана мероприятий здоровьесозидающей направленности.

Организация деятельности творческих групп по реализации отдельных проектов программы. Осуществление промежуточного мониторинга состояния здоровья.

Развитие внешнего взаимодействия школы с социальными партнерами города и района, органами государственного и муниципального управления с

целью повышения эффективности работы, направленной на укрепление и развитие здоровья. Осуществление промежуточного контроля реализации программы.

3 этап (2025 - 2028 г.г.) - заключительно - прогностический.

Подведение итогов и научное системное осмысление результатов реализации программы, направленной на здоровьесбережение и здоровьесозидание на семинарах и конференциях, тиражирование накопленного опыта.

Обновление материальной базы школы. Постановка новых стратегических задач, связанных с развитием и укреплением здоровья участников образовательного процесса.

План мероприятий по реализации программы «Школа – территория здоровья»

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
Санитарно-гигиеническое			
1.	Смотр – конкурс школьных кабинетов: соблюдение норм СанПин, требований гигиены и здоровьесбережения	Август	Администрация
2.	Составление расписание уроков с учётом требований	Август	Завуч школы
3.	Организация в школе питания обучающихся в соответствии с требованиями санитарных правил	В течение года	Администрация
4.	Витаминные перемены	В течение года	администрация
5.	Месячник безопасности «Внимание, дети на дороге!»» (классные часы)	сентябрь	Кл. рук.

6.	Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом: занятость в спортивных секциях	сентябрь	Классные рук.
7.	Проведение медицинского осмотра учащихся	Сентябрь	медсестра
8.	Обновление банка данных о заболеваемости учеников. Анализ заболеваний, динамика.	Сентябрь	медсестра, уч. физ-ры
9.	Влажная уборка классов, спортивного зала	Ежедневно	
10.	Составление социальных паспортов классов	Сентябрь	Классные рук.
11.	Спортивное соревнование «Здоровье – это жизнь!»	Сентябрь	Учитель физ-ры, кл. рук
12.	Классный час «ПДД» (1-3кл.) Акция «Пешеход, будь внимательным»	Сентябрь	Кл. рук. Педагог-организатор
13.	Беседа – инструктаж о безопасности на каникулах	Октябрь	Кл. рук. 1-11 классов
14.	Составление маршрутных листов «Мой безопасный путь домой»	Сентябрь	Классные рук.
15.	Классный час «Молодежь выбирает жизнь» (5-9 кл.)	Ноябрь	Кл. рук
16.	Экологический десанты, операция «Уют» (утепление кабинетов)	Сентябрь	Кл. рук.
Физкультурно-оздоровительное			
1.	Проведение физкультминуток и динамических пауз	На каждом уроке, занятии	Учителя предметники

2.	Проведение подвижных игр на перемене	В течение года	
3	Осенний кросс	Сентябрь	Учитель физической культуры
4.	Классный час «Я иду по улице» (1-3кл.) Акция «Пешеход, будь внимательным»	Сентябрь	Кл. рук. Ст. вожатая
5.	Классный час «Молодежь выбирает жизнь» (5-9 кл.)	Ноябрь	Кл. рук
6.	День здоровья «Мы выбираем быть здоровыми»	Октябрь	Уч. физ-ры
7.	Флэш-моб ««Жизнь стоит того, чтобы жить»	Ноябрь	Уч. физ-ры
8.	Спортивный праздник «Веселые старты»	Ноябрь	Уч. физ-ры
9.	Круглый стол: «Что я знаю о СПИДе? (5-9кл.)	Декабрь	Кл. рук. . Уч. физ-ры
10.	Классные часы «У ПДД каникул не бывает»	Декабрь	Кл. рук. Ст. вожатая
11.	День Здоровья «Папа, мама, я – спортивная семья»	Январь	Учитель физической культуры
12.	Конкурс газет и плакатов «Спорт – это жизнь» (5-9кл.) Конкурс рисунков «Мы любим спорт» (1-3 кл.)	Январь	Учитель физической культуры, учитель ИЗО, кл. рук.

13.	Уголок безопасности в классах	Январь	Уч. физ-ры
14.	Игра по станциям «Тише едешь дальше будешь»	Январь	Уч. физ-ры
15.	«День защитника Отечества» - конкурсная программа (1-9 классы)	Февраль	Кл. рук.
16.	День здоровья «Выходной вместе с мамой»	Март	Кл. рук. Уч. физ-ры
17.	Туристические походы	май	Уч. физ-ры
18.	Спортивный праздник «Форд-Боярд»	апрель	Кл. рук. Уч. физ-ры
19.	Формирование школьного лагеря	май	Начальник лагеря
20.	Организация отдыха и оздоровления детей в летний период	Июнь	Заместитель директора
21.	Организация занятий для будущих первоклассников с целью их адаптации к условиям школьной образовательной среды	Сентябрь	Заместитель директора
Физкультурно-спортивное			
1.	Контроль преподавания физической культуры	По отдельному плану	Администрация
2	Контроль преподавания ОБЖ	По отдельному плану	Администрация
3.	Спортивная секция «Волейбол»	В течение года	Рук. кружка

4.	Участие в районных соревнованиях	В течение года	Уч. физ-ры
5.	Сдача норм ГТО	Сентябрь-май	Уч. физ-ры
6.	Президентские соревнования	Сентябрь-май	Уч. физ-ры
7.	Мониторинг по физической культуре	Сентябрь	Уч. физ-ры
8.	Первенство школы по мини- футболу.	Сентябрь	Уч. физ-ры
9.	Кубок школы по теннису	Октябрь	Уч. физ-ры
10.	Олимпиада по физической культуре	Октябрь-декабрь	Уч. физ-ры
11.	Первенство школы по Волейболу	Декабрь	Уч. физ-ры
12.	Первенство школы по баскетболу	Февраль	Уч. физ-ры
13.	Легкоатлетическая эстафета, посвященная Дню Победы		
14	Работа спортивного зала во внеурочное время и во время каникул	В течение года	Уч. физ-ры
15	Сдача норм ГТО		Уч. физ-ры
Психологическое			
1.	Диагностика адаптации к школе учащихся 1-х классов	Согласно по плану	Классные рук.
2.	Диагностика адаптации к средней школе учащихся 5-х классов	Согласно по плану	Классные рук.
3.	Тестирование, анкетирование. Выявление подростков, склонных к употреблению ПАВ, вовлечённых в употребление, выявление отношения к ПАВ.	октябрь	Кл. рук.

Информационно-обучающее			
1.	Оформление действующих стендов «Уголок здоровья»	В течение года	Медсестра, ученическое самоуправление
2.	Составляем листовку «Мы – за ЗОЖ»	октябрь	Кл. рук. ученическое самоуправление
3.	Конкурс газет и плакатов «Спорт – это жизнь» (5-9кл.) Конкурс рисунков «Мы любим спорт» (1-3 кл.)	январь	Учитель физической культуры, учитель ИЗО, кл. рук.
4.	Родительские собрания «Здоровая семья»	1 раз в четверть	Кл. рук.
5.	Вовлечение родителей в совместную деятельность по проведению каникул, традиционных школьных праздников и мероприятий, направленных на укрепление здоровья школьников	Постоянно	Классные рук.
6.	Система работы классных руководителей по использованию здоровьесберегающих технологий в воспитательной работе	Январь	Рук. МО

Ожидаемые результаты реализации программы:

1. Сформировано ценностное отношение к здоровью всех участников образовательного процесса;
2. Позитивная динамика результатов обученности за счёт сокращения количества уроков, пропущенных по болезни;
3. Улучшение взаимодействия семьи и школы, повышение

ответственности родителей за здоровье ребёнка.

4. Наличие банка ресурсов школы и методических разработок в области здоровьесозидающей деятельности.

5. Наличие определенного места школы в сети ОУ района, решающих проблем здоровья обучающихся.

6. Оптимизация здоровьесберегающей деятельности школы.

7. Повышение удовлетворенности качеством образования всех участников образовательного процесса.

8. Снижение социальной напряженности в микрорайоне, числа правонарушений и преступлений среди несовершеннолетних.

9. Повышение готовности педагогов к здоровьесберегающей деятельности.

10. Улучшение взаимодействия семьи и школы, повышение ответственности родителей за здоровье ребёнка.

1. Улучшение состояния физического и психического здоровья обучающихся; его коррекция, уменьшение заболеваемости.

Система организации контроля за исполнением программы.

Критерии оценки эффективности работы школы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся (качественные):

1. Наличие целостной системы формирования культуры здоровья обучающихся:

- последовательная и непрерывная система обучения здоровью на различных этапах обучения, реализация оздоровительных программ обучения;

- практическое воплощение потребности вести здоровый образ жизни, заботиться о собственном здоровье (массовые мероприятия, организация досуга, деятельность общественных организаций и т.д.).

2. Наличие здоровьесберегающего образовательного пространства:

- отсутствие перегрузок;

- выполнение санитарно-гигиенических нормативов;

- использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;

3. Организация рационального питания:

- адекватная энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам и возрасту детей;
- сбалансированность рациона по всем заменяемым и незаменимым пищевым ингредиентам;
- обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания, включая соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, продуктам питания, их хранению, приготовлению, раздаче блюд.

4. Медицинское обслуживание в школе:

- система профилактических мероприятий;
- мониторинг здоровья обучающихся;
- пропаганда здорового образа жизни.

5. Сформированность культуры здоровья у педагогического состава:

- профессиональная подготовленность педагогов по вопросам здоровьесберегающих образовательных технологий;
- состояние здоровья учителей, их отношение к своему здоровью.

6. Психолого-педагогические факторы:

- психологический климат в классах, на уроке, наличие эмоциональных разрядок;
- психолого-педагогическое сопровождение обучающихся ;
- степень реализации учителями индивидуального подхода к обучающимся (особенно к детям «группы риска»).

7. Физическое воспитание и двигательная активность:

- реализация двигательного режима;
- уровень мотивации к урокам физической культуры;

- эффективность уроков физической культуры, спортивных мероприятий.

8. Совместная работа школы и родителей:

- привлечение родителей к проблемам сохранения здоровья учащихся школы (тематические лекции, стенды, брошюры, тренинги, мероприятия и т.д.).

9. Организационно-методическое и педагогическое сопровождение оздоровительной работы:

- наличие программ, рекомендаций по оздоровлению и пропаганде ЗОЖ;

- наличие методического инструментария (анкеты, опросники, методики) для реализации мониторинга здоровья;

- наличие видеоматериалов и методической литературы по проблемам сохранения здоровья.

Способы оценки

1. Анкетирование обучающихся, их родителей для выяснения комфортности обучающихся в стенах школы.

2. Мониторинг психолого-педагогического состояния здоровья обучающихся.

3. Отслеживание учебных умений и навыков школьников в процессе обучения через проведение тестов, проверочных и контрольных работ.

4. Качественный и количественный анализ просветительской работы.