

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 с.п. ГВАРДЕЙСКОЕ ИМ. А.
МАЛЬСАГОВА»



Утверждаю:

Директор школы

А.А. Сулейманова

Программа
по оздоровлению
и пропаганде здорового
образа жизни
«Школа – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»

Программа по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни «Школа – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»

1. Обоснование необходимости реализации Программы

Одним из приоритетов современной государственной политики является сохранение и укрепление здоровья населения и усиления пропаганды здорового образа жизни (ЗОЖ). Общеобразовательные школы, являясь интеллектуальными, культурными, образовательными центрами, играют важную роль в формировании здоровья участников образовательного процесса (УОП), 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.

2. Нормативно-правовое обеспечение Программы

1. Федеральный закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон № 3-ФЗ от 08.01.1998 г. « О наркотических и психотропных веществах».
3. Федеральный закон N 120-ФЗ от «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
4. Постановление Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации «О неотложных мерах по предупреждению распространения в России наркомании и токсикомании детей и молодежи»
5. Устав МБОУ «СОШ№2 с.п. Гвардейское им. А. Мальсагова»

3. Стратегическая цель Программы

Создание комплексной системы формирования здоровья, ЗОЖ и обеспечение полноценных условий ее успешного и длительного функционирования.

4. Задачи Программы

1. Обеспечение внутришкольного взаимодействия и социального партнерства по вопросам сохранения и укрепления здоровья обучающихся.
2. Формирование у обучающихся мировоззрения и эмоционально-ценностного отношения к ЗОЖ, содействие развитию приоритетов здоровья.
3. Формирование внутришкольной среды, ориентированной на ценности здоровья и ЗОЖ. Создание условий учебы, работы и отдыха, обеспечивающих физический, психологический комфорт и высокую работоспособность, реализацию принципов ЗОЖ.
4. Повышение уровня информированности обучающихся по вопросам сохранения и укрепления здоровья через создание и поддержание постоянно действующей информационной и образовательной системы, направленной на мотивацию к ЗОЖ, привлечению к активному отдыху, занятиям физической культурой, туризмом и спортом педагогов, обучающихся и их родителей (законных представителей)
5. Формирование и совершенствование системы мониторинга здоровья, факторов риска и уровня информированности по вопросам сохранения и укрепления здоровья.
6. Духовно-нравственное воспитание обучающихся.

5. Принципы реализации Программы

Реализация Программы базируется на следующих принципах:

1. Научность – использование сведений, положений и методов, подтвержденных наукой и практикой.
2. Системность – комплексная взаимосвязь различных методов управления здоровьем и формирования ЗОЖ.
3. Преемственность – вовлечение в процесс формирования навыков ЗОЖ воспитанников дошкольных учреждений и выпускников школы.
4. Региональная специфика – учет территориальных и экологических факторов, влияющих на уровень здоровья и на формирование ЗОЖ.
5. Адресность - учет индивидуальных особенностей УОП.

6. Сроки реализации Программы

Период реализации Программы – 2020-2024 гг.

1 этап – 2020-2021 гг. – обобщение имеющегося опыта, формирование организационно-правовой базы, разработка плана мероприятий по реализации Программы, апробация предполагаемых методов и технологий Программы.

2 этап – 2021-2023 гг. – реализация мероприятий Программы.

3 этап – 2023-2024 гг. – оценка эффективности, корректировка и реализация мероприятий Программы.

7. Ресурсы для решения поставленных задач

- **кадровые**

В школе обучается 602 обучающихся. Педагогический коллектив состоит из 56 преподавателей.

Структурными подразделением МБОУ «СОШ№2 с.п. Гвардейское им. А. Мальсагова», непосредственно занимающимся оздоровлением и пропагандой ЗОЖ, является служба социально-психологической поддержки в лице педагога-психолога и социального педагога.

- **методические**

Педагогическим коллективом школы накоплен богатый опыт по формированию ЗОЖ. В методической копилке разработки уроков и внеклассных мероприятий, мероприятий для родителей обучающихся по пропаганде ЗОЖ, защите окружающей среды, о здоровом питании, активном отдыхе др. Педагоги активно используют в работе с учащимися здоровьесберегающие технологии.

8. Основные направления работы в рамках реализации Программы

8.1. Развитие материально-технической базы Школы

- постоянное пополнение материально-технического оснащения медицинского кабинета

- ежегодный ремонт, озеленение учебных кабинетов школы, оснащение их новой школьной мебелью, осветительными приборами, ТСО с учетом санитарных норм для различных возрастных контингентов обучающихся

- ежегодный ремонт, обновление инвентаря в спортивных залах, спортивной площадке и стадионе школы

- ежегодный ремонт, пополнение и обновление оборудования школьной столовой

8.2. Научно-образовательная и просветительская деятельность по формированию ЗОЖ

Научно-обоснованная система обучения здоровью и ЗОЖ в школе позволяет наиболее полно реализовать задачи Программы. Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Всестороннее информирование обучающихся, их родителей (законных представителей) и преподавателей в вопросах сохранения и укрепления здоровья:

- проведение классных и общешкольных внеклассных мероприятий, обучающих приемам и методам сохранения и укрепления здоровья, правовым вопросам охраны здоровья;

- использование возможностей учебных дисциплин для акцентирования внимания на вопросах ЗОЖ (с учетом специфики учебных предметов, профориентации учащихся).

2. Включение обучающихся в научно-исследовательскую деятельность по проблемам здоровья:

- подготовка обучающимися докладов и рефератов на темы, связанные с разными аспектами здоровья человека и ЗОЖ;

- выпуск буклетов, пособий для сверстников по проблемам здоровья;

3. Привлечение обучающихся и преподавателей к пропаганде ЗОЖ:

- проведение обучающимися и преподавателями акций, направленных на пропаганду ЗОЖ

- проведение обучающимися школы информационно-профилактических и познавательных мероприятий с воспитанниками детских садов, с учащимися общеобразовательных школ, учреждений начального и среднего профессионального образования о преимуществах ЗОЖ;

8.3. Организация досуговой деятельности и активного отдыха

В школе создана система работы по формированию культуры здоровья в процессе досуговой деятельности и активного отдыха обучающихся, что позволяет поддерживать высокий уровень психического и физического здоровья всех субъектов образовательного процесса.

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Развитие ученического самоуправления, работа школы актива, организация учебы ученического актива школы и актива общественного объединения «Юные Кадыровцы».

2. Привлечение обучающихся к участию в творческих конкурсах, фестивалях, конференциях различного уровня (областных, региональных, всероссийских и т.д.); проведение творческих конкурсов, фестивалей внутри школы.

3. Сотрудничество с культурными учреждениями (Дом культуры, районный Дом детского творчества)

4. Поддержка спорта, туризма; привлечение к участию в соревнованиях различного уровня; сотрудничество с ДЮСШ, спортивными клубами и центрами

8.4. Развитие физической культуры и спорта

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Развитие системы физкультурно-спортивного образования и воспитания обучающихся:

– разработка и внедрение рекомендаций по объему двигательной активности в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся;

– проведение мониторинга обучающихся, систематически занимающихся физической культурой и спортом;

– выполнение норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса обучающимися школы

2. Пропаганда физической культуры и спорта среди обучающихся:

– выявление интересов, потребностей и мотивации обучающихся и определение эффективности работы по пропаганде физической культуры и ЗОЖ;

– привлечение к пропаганде спорта специалистов по спортивно-оздоровительной работе, общественных деятелей.

- привлечение к организации и проведению спортивных мероприятий родителей обучающихся

3. Стимулирование двигательной активности преподавателей:

– разработка физкультурно-оздоровительных программ для преподавателей

– содействие преподавателям и сотрудникам в организации занятий физической культурой и спортом.

8.5. Сохранение и укрепление психического здоровья

В свете современной социально-экономической ситуации проблема сохранения психического здоровья становится первоочередной, в том числе для учащихся детей и подростков. Огромные нервно-психические нагрузки, обусловленные целым рядом причин, вызывают различного рода зависимости (в том числе Интернет-зависимость, игромания и т.д.); возрастает количество психосоматических и нервно-психических заболеваний.

Психологическая поддержка ведется в следующих направлениях:

- разработка и внедрение комплекса профилактических мероприятий по сохранению и укреплению психического здоровья обучающихся;

- оказание адресной психологической помощи обучающимся в решении проблем личностной сферы и межличностного взаимодействия;

- повышение психоадаптивных способностей и стрессоустойчивости обучающихся.

8.6. Организация сбалансированного рационального питания

Рациональное сбалансированное питание, соответствующее возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, является

одним из основных факторов, определяющих гармоничное развитие организма школьников.

8.7. Профилактика табакокурения, наркомании, алкоголизма и других форм зависимости

Употребление психоактивных средств стало глобальной проблемой, особенно актуальной для подростков и молодежи, которые склонны игнорировать и недооценивать долговременные последствия своего поведения. В связи с этим в МБОУ «СОШ с.п. Мекен-Юрт» активно ведется профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании и других форм зависимости.

1. Побуждение школьников к осознанному принятию решения не курить, не употреблять алкоголь и наркотики

2. Предоставление обучающимся альтернативных способов удовлетворения их потребностей в самовыражении и социальном развитии – физическая культура и спорт, культурные мероприятия и различные формы активного отдыха.

3. Создание обстановки в школе, защищающей обучающихся от влияния различных форм психофизической зависимости.

8.8. Мониторинг здоровья

Комплексный, динамический мониторинг здоровья УОП является основой системы оздоровительных и профилактических мероприятий.

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Динамический мониторинг здоровья УОП с использованием физиологических, психологических показателей здоровья.

2. Составление и коррекция оздоровительных и профилактических мероприятий для УОП на основе мониторинга.

3. Мониторинг соблюдения санитарно-гигиенических и эргономических норм организации учебной и трудовой деятельности.

8.9. Деятельность по совершенствованию медицинского обслуживания (совместно с ЦРБ)

Медицинская служба Школы осуществляет комплекс мероприятий, направленных на формирование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, профилактику заболеваний, снижение заболеваемости, обеспечивает своевременность и доступность медицинской помощи.

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

- ежегодный профилактический осмотр обучающихся и преподавателей
- индивидуальная оценка состояния здоровья с учетом факторов риска;
- разработка, проведение, контроль эффективности и коррекция комплекса лечебно-профилактических, оздоровительных мероприятий и диспансерного динамического наблюдения за обучающимися с выявленными заболеваниями.

8.10. Информационное обеспечение Программы

Информационное обеспечение играет важную роль в популяризации ЗОЖ.

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Формирование информационного пространства на основе сочетания различных форм учебной и внеучебной деятельности, в том числе пропагандистской, медико-профилактической, досуговой, физкультурно-оздоровительной, спортивной и др.

2. Разработка и проведение информационных кампаний, популяризирующих ценности ЗОЖ на основе систематичности, регулярности, непрерывности, преемственности информационного воздействия.

3. Организация обучения обучающихся методам и формам пропаганды ЗОЖ среди различных категорий и групп населения.

4. Анализ эффективности и корректировка пропагандистского воздействия на формирование целевых установок ЗОЖ у обучающихся.

9. Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;

- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

10. Ожидаемые конечные результаты реализации Программы:

- Совершенствование пропаганды здорового образа жизни и занятий физической культурой и спортом;
- Повышение уровня всестороннего гармоничного развития обучающихся и преподавателей, направленное на формирование и развитие культуры личности;
- Максимальное вовлечение обучающихся и преподавателей в спортивно-массовую и физкультурно-оздоровительную деятельность;
- Сокращение количества болеющих обучающихся и преподавателей;
- Сокращение зависимости от вредных привычек у преподавателей и обучающихся;
- Расширение спортивно-оздоровительной материально-технической базы Школы.

Критерии оценки достижения результатов по каждому направлению:

Направление деятельности	Критерии оценки (количественные или качественные)
<i>Развитие материально-технической базы Школы</i>	Материально-техническая база школы соответствует санитарно-гигиеническим требованиям для успешной учебы, работы и отдыха, обеспечивает физический, психологический комфорт и высокую

	<p>работоспособность всех УОП, реализацию принципов ЗОЖ .</p> <p>Сформирована внутришкольная среда, ориентированная на ценности здоровья и ЗОЖ.</p>
<p><i>Научно-образовательная и просветительская деятельность по формированию ЗОЖ</i></p>	<p>Уровень информированности обучающихся по вопросам сохранения и укрепления здоровья высокий. Создана и постоянно действует информационная система, направленная на мотивацию к ЗОЖ, привлечению к активному отдыху, занятиям физической культурой, туризмом и спортом педагогов, обучающихся и их родителей (законных представителей)</p>
<p><i>Организация досуговой деятельности и активного отдыха</i></p>	<p>Высокий уровень мотивации учащихся к участию в творческих мероприятиях, занятиям в ОДО различной направленности, в т.ч. спортивно-оздоровительной. Увеличение численности обучающихся и преподавателей, занимающихся спортом, правильно организующими свой досуг.</p>
<p><i>Развитие физической культуры и спорта</i></p>	<p>Уровень физической подготовки обучающихся значительно повысился</p>
<p><i>Мониторинг здоровья</i></p>	<p>Ежедневный мониторинг</p>

	<p>посещаемости обучающихся, предупреждение эпидемий, снижение количества простудных и вирусных заболеваний</p>
<p><i>Деятельность по совершенствованию медицинского обслуживания (совместно с ЦРБ)</i></p>	<p>Проводится ежегодный профилактический осмотр всех УОП, своевременная необходимая вакцинация, своевременная диагностика хронических. Снижение роста заболеваемости среди УОП</p>
<p><i>Создание условий для УОП с ограниченными физическими возможностями</i></p>	<p>Создана и внедрена программа психолого-педагогического сопровождения обучающихся инвалидов, обеспечивающая их успешное обучение и социализацию</p>
<p><i>Духовно-нравственное воспитание обучающихся</i></p>	<p>Разработана и внедрена программа духовно-нравственного воспитания школы.</p>

**План
мероприятий по реализации программы «Школа- территория здоровья»
на 2021-2024 учебный год**

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1. Организационная работа			
1	Обновление банка данных о заболеваемости учеников. Анализ заболеваемости и их динамика	Постоянно	Мед. работник
2	Знакомство с медицинскими карточками учащихся 1 класса и прибывших в школу	Сентябрь, в течение года	Мед. работник
3	Распределение учащихся по группам здоровья	Сентябрь	Мед. работник
4	Диспансеризация учащихся школы	В течение года	Мед. работник Фельдшер ФАП, врачи поликлин.
5	Осуществление мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди учащихся	В течение года	Фельдшер ФАП, классные руковод.
6	Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий согласно Сан Пин	Постоянно	зам. директора по АХЧ
7	Составление социального паспорта школы	Сентябрь	Социальный педагог, классные руководители
8	Организация дежурства по школе	Сентябрь	Зам. директора по ВР
9	Учет посещаемости школы учащимися	Постоянно	Зам. директора по УР и ВР, классные руководители
10	Оформление листков здоровья в классных журналах	Сентябрь	Мед. работник
11	Организация спортивных секций и кружков	Сентябрь	Зам. директора по ВР, классные руководители, учителя физич. культуры
12	Контроль соблюдения режима дня учащимися	Постоянно	Классные руководители
13	Оформление уголка «Наркопост»	Сентябрь	Зам. директора по ВР
14	Проведение физкультминуток во время уроков, проведение подвижных игр на переменах	В течение года	Классные руководители
15	Совместная работа с учреждениями здравоохранения по профилактике употребления ПАВ, психологом	В течение года	Администрация школы
16	Организация оздоровительных мероприятий в летнем лагере при школе с дневным пребыванием детей	Май	Зам. директора по ВР
17	Конкурс плакатов, рисунков «Выбор за вами»	В течение года	Зам. директора по

			ВР, учитель ИЗО
18	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки	В течение года	Учителя-предметники
Воспитательная работа с учащимися.			
1	Акция «Мы выбираем жизнь!»	январь	Организатор команда ЕДЮО
2	Акция «Нет табачному дыму!»	ноябрь	Организатор команда ЕДЮО
3	Акция «Если ты против наркотиков - повяжи ленточку», посвящённая Дню борьбы со СПИДом	декабрь	Психолог, команда ЕДЮО
2. Спортивно-массовые мероприятия			
1	Общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности: праздники, Дни здоровья, состязания, игры, конкурсы, спартакиады, легкоатлетический кросс	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители, учителя физич. культуры
2	Первенство школы по различным видам спорта	По отдельному плану	Учителя физич. культуры
3	Участие в районных, областных, всероссийских и международных соревнованиях	В течение года	Учителя физич. культуры
4	Праздники здоровья на природе	Май	Зам. директора по ВР, учителя физич. культуры, преподаватель-организатор ОБЖ
5	Организация и проведение походов и экскурсий	В течение года	Преподаватель-организатор ОБЖ, учителя физич. культуры
3. Методическая работа			
1	Лекции по вопросам здоровья школьников, особенностей психофизического развития детей, профилактика вредных привычек и пропаганда здорового образа жизни	По плану педагог-психолога	педагог-психолог, мед. работник
2	Обзор учебной, научной и популярной литературы по здоровому образу жизни	В течение года	Библиотекарь
3	Взаимопосещение уроков с целью изучения приемов и методов сбережения здоровья учащихся, используемых учителями различных предметов	В течение года	Учителя-предметники
4. Психологическая поддержка			
1	Диагностика уровня развития психических функций учащихся	В течение года	Педагог-психолог
2	Организация индивидуальных психологических консультаций для школьников и их родителей	В течение года	Педагог-психолог
3	Разработка рекомендаций для учителей по вопросам педагогического общения	В течение года	Педагог-психолог
5. Работа с родителями			
1	Индивидуальное консультирование родителей по вопросам охраны здоровья	Постоянно	Педагог-психолог, Классные

	детей		руководители, учителя физич. культуры
2	Просвещение родителей по вопросам здоровья школьников и пропаганды здорового образа жизни	В течение года	Зам. директора по ВР, фельдшер ФАП, психолог
3	Круглые столы с участием родителей		Зам. директора по ВР
4	Проведение классных родительских собраний по актуализации ценности здоровья	По отдельному плану	Классные руководители

**План- график
проведения тематических бесед**

1-4 класс		
№ п/п	Тема	Период
1	Мой режим дня - мое здоровье	сентябрь
2	Конкурс рисунков «Правила здорового образа жизни».	октябрь
3	Вредные привычки и их профилактика	ноябрь
4	Невидимые враги человека, которые ему мешают жить (нецензурные слова, курение, алкоголь...)	декабрь
5	Правильное питание – залог здоровья	январь
6	Умей сказать «Нет!»	февраль
7	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!	март
8	Как провести свободное время с пользой?	апрель
9	Моё здоровье в моих руках	май
5-8 класс		
1	Влияние алкоголя на развитие подростка	сентябрь
2	Умение отвечать за себя	октябрь
3	Спорту - да! Спиртному - нет!	ноябрь
4	Осторожно, опасность!	декабрь
5	Умей сказать «Нет!»	январь
6	Береги здоровье смолоду	февраль
7	Как провести свободное время с пользой?	март
8	Учись на чужих ошибках!	апрель
9	Строим дом своего здоровья	май
9-11 класс		
1	Чтобы тело и душа были молоды	сентябрь
2	Научись решать свои проблемы или правила бесконфликтного существования.	октябрь
3	Употребление, злоупотребление, болезнь	ноябрь
4	Чужой беды не бывает. Наркотики уничтожают человеческое достоинство	декабрь
5	Особенности поведения и черты личности тех,	январь