**Программа по пропаганде здорового образа жизни**

**«Мы за здоровье!»**

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:**

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. Отработка системы выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Создание условий 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.
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.

**НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ.**

**1.Организация  здоровьесберегающего  образовательного процесса**

— 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.

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

— организация семинаров для педагогов школы;

— организация родительского всеобуча;

— викторины для учащихся;

— проведение инструктажей по технике безопасности, охране труда, противопожарной безопасности и учебных тренировок.

1. **Учебно-воспитательная работа.**

—  использование на уроках и во внеурочной деятельности здоровьесберегающих технологий;

—  разработка валеологической тематики классных часов;

—  организация работы спортивных  кружков и секций школы;

— включение мероприятий валеологической направленности в план работы школы.

1. **Профилактика и коррекция здоровья.**

—  физкультминутки, зарядка для глаз;

— проведение в школе вечеров здоровья и отдыха;

— проведение дней здоровья;

— проведение спортивно-массовых мероприятий.

**МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Для реализации программы используются следующие методы работы:

— групповые развивающие занятия;

— психологические тренинги;

— беседы;

— лекции;

— ролевые игры;

— педагогические совещания;

— родительские собрания;

— тестирование;

— анкетирование;

— уроки профилактической направленности.

**СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

2020-2024 годы.

**КАДРОВОЕ  ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.**

* Администрация школы
* Учащиеся.
* Классные руководители;
* Учителя – предметники;
* Родители;
* Медицинский работник;
* Социальный педагог;
* Учитель-дефектолог;
* Педагог-психолог.

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

**СИСТЕМА ОРГАНИЗАЦИИ И КОНТРОЛЯ ЗА ВЫПОЛНЕНИЕМ**

**МЕРОПРИЯТИЙ ПРОГРАММЫ.**

* Классные руководители представляют отчёты по итогам работы за год зам. директора по ВР.
* Итоговый отчёт и анализ о реализации программы зам директора по ВР предоставляет директору ОУ на итоговом педсовете.

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание работы** | **Сроки** | **Ответственные** | **Система целесообразных форм и мер организации 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 | Сентябрь | Социальный педагог,  классные руководители |  |
| 2. | Профосмотры детей в условиях школы | В течение года | Мед.персонал |  |
| 3. | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни | В течение года | классные руководители, зам.директора по ВР |  |
| 4. | Контроль состояния здоровья школьников по итогам диспансеризации | Апрель | Мед.персонал |  |
| 5. | Издание приказов:  — об охране жизни и здоровья школьников;  — о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил техники безопасности, противопожарной безопасности и охраны труда. | Сентябрь | Директор, зам. по технике безопасности |  |
| 6. | Оформление медицинских карт, листков здоровья в классных журналах. Комплектация на их основе физкультурных групп. | Сентябрь | Классные руководители,  Мед.сестра,  учитель физкультуры |  |
| 7. | Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон); организация дежурства. | В течение года | Техперсонал, мед.сестра, кл.руководители |  |
| 9. | Эстетическое оформление интерьера классов, школы. | В течение года | Кл.руководители, техперсонал |  |
| 10. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок | Ежегодно сентябрь — январь | Зам. директора по УМР |  |
| 11. | Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям | Ежегодно | Директор школы, заведующие кабинетами |  |
| 12. | Организация активного отдыха на переменах (подвижные игры, работа библиотеки) | Постоянно | Зам по ВР, дежурные учителя |  |
| 13. | Проведение «здоровых уроков», разнообразие форм проведения уроков | Постоянно | Администрация школы, учителя — предметники | Педсовет |
| 14. | Введение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни («Окружающий мир» и т.д.) |  | 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 | Мед.сестра, техперсонал |  |
| 2. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок  (соблюдение требований Сан ПиНа) | В течение года | Зам.директора по УМР |  |
| 3. | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:  — проветривание;  — освещение;  — отопление;  — уборка | постоянно | завхоз, завучи, мед.сестра |  |
| 4. | Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности в школе | Постоянно | Директор,з ам.директора по безопасности |  |
| 5. | Содержание в исправности всех средств пожаротушения | Постоянно | Завхоз, зам.директора по безопасности |  |
| 6. | Обеспечение хранения спортивного инвентаря | Постоянно | Учитель физкультуры |  |
| 7. | Организация ремонта учебных кабинетов | Летний период | Директор, заведующие кабинетами |  |
| 8. | Подготовка актов по приемке школы к новому учебному году | Август | Директор, зам.директора по безопасности |  |
| 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 | По отдельному плану | зам по ВР, классные руководители. |  |
| 11. | Проведение учебных пожарных эвакуаций | По графику | Директор, зам.директора по безопасности |  |
| 12. | Приобретение сантехнического оборудования, люминесцентных и электрических ламп | В течение года | Директор, завхоз |  |
| 13. | Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов | В течение года | Директор |  |
| 14. | Приобретение моющих и чистящих средств | Постоянно | завхоз |  |
| 15. | Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов | Август-сентябрь | Директор школы,мед.сестра |  |
| 16. | Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды | октябрь-май | учителя начальных классов |  |
| 17. | Проверка состояния охраны труда в школе и документации по технике безопасности в учебных кабинетах | По отдельному плану | Администрация школы, зам.директора по безопасности |  |
| 18. | Обеспечение требований техники безопасности во время ремонта школы. | В летний период | директор, зам.директора по безопасности |  |
| 19. | Разработка плана мероприятий по охране труда и технике безопасности в школе | Сентябрь | Администрация школы, зам.директора по безопасности |  |
| 20. | Контроль за качеством питания и питьевым режимом | постоянно | Зам. директора по ВР,мед.сестра завхоз. |  |
| 21. | Диагностика загруженности учащихся домашними заданиями | В течение года | Зам. директора по УМР |  |
| 22. | Контроль физического воспитания учеников | По отдельному плану | Администрация школы, учитель физкультуры |  |
| 23. | Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий | Постоянно | Директор, техперсонал |  |
| 24. | Организация дежурства по школе | Постоянно | Классные руководители, завуч по ВР |  |
| **3. Мониторинг уровня 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. |
| 2. | Психологический мониторинг  здоровья учащихся:  — тест на адаптацию в начальной, основной школе;  — тест на тревожность | Сентябрь-январь | Соц.педагог, психолог |  |
| 3. | Организация горячего питания | постоянно | Администрация школы |  |
| 4. | Оздоровительная программа с детьми в летний период | Июнь | Администрация школы | Организация оздоровительного лагеря, турпоходы, экскурсии |
| **4. Гигиеническое, санитарно – просветительское воспитание учащихся** | | | | |
| 1. | Проведение бесед, классных часов | 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 учащихся по выявлению склонностей учащихся к вредным привычкам. Корректировка планов воспитательной работы. | Ежегодно | Зам. директора по ВР, классные руководители, психолог. | Вопросы и анкеты |
| 2. | Участие в проведении Международного дня борьбы со СПИДом,  Международного дня борьбы с курением | 1.12      19.11 | Зам. директора по ВР, классные руководители, мед.сестра | Тест «Что мы знаем о курении»  Беседа со специалистом |
| 3. | Проведение школьной акции «Мы – против наркотиков» | Ежегодно | Зам. Директора по ВР, социальный педагог, психолог | В программе:  Конкурс рисунков и плакатов.  Конкурс сочинений.  Обзорные выставки книг и материалов СМИ. |
| 5. | Тематические классные часы | В течение года | Зам по ВР, классные руководители |  |
| 6. | Тематические родительские собрания | В теч. года | Зам по ВР, классные руководители |  |
| 7. | Проведение бесед о вреде курения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств (5 — 9 классы) | По плану зам.директора по ВР | классные руководители, зам. директора по ВР, мед.сестра |  |
| 8. | Конкурсы, викторины | По плану | Зам. директора по ВР |  |
| **6. Физкультурно – массовая оздоровительная работа** | | | | |
| 1. | Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом |  | Зам. по ВР, учитель физкультуры | Расписание работы секций |
| 2. | Школьные программы спортивно – массовой оздоровительной работы | Учебный год | Зам по ВР, классные руководители, учитель физкультуры | Дни здоровья,  работа школьных спортивных секций,  подвижные игры, конкурсы, походы |
| 3. | Летняя оздоровительная программа |  | Зам.директора по ВР | Оздоровительный лагерь.  Витаминные столы |
| 4. | Озеленение учебных кабинетов и территории школы | Май-сентябрь | Классные руководители, учитель технологии, учитель биологии |  |
| 5. | Проведение месячника по очистке школьной территории | Май | Классные руководители, учитель технологии |  |
| 6. | Проведение дней здоровья | Ежемесячно | Учитель физкультуры, классные руководители,  зам. по ВР |  |
| 8. | Проведение недели пропаганды здорового образа жизни, агитбригада | Постоянно | Зам по ВР, классные руководители, мед.сестра |  |
| 9. | Проведение подвижных школьных перемен | Постоянно | Классные руководители |  |
| 10. | Витаминотерапия в весенний период | Март-апрель | Мед.сестра |  |
| 11. | Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья | Октябрь | Учитель физкультуры |  |
| 12. | Работа спортивных секций | В течение года | Учитель физкультуры, зам по ВР |  |
| 13. | Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива | Постоянно | Директор школы, председатель ПО |  |
| **7. Профилактика травматизма** | | | | |
| 1. | Занятия по правилам дорожного движения (выступления сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, викторины, конкурсы рисунков) | В течение года | Зам. по ВР, классные руководители, зам.по безопасности. |  |
| 2. | Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности | сентябрь | Директор школы, завучи, зам. директора по безопасности. |  |
| 4. | Статистика и анализ случаев травматизма в школе | В течение года | Комиссия по профилактике травматизма |  |