



Департамент образования Мэрии г. Грозного  
**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №7»г.Грозного  
(МБОУ «Гимназия №7»г.Грозного)**

Сольжа-Галин Мэрин дешаран Департамент  
**Сольжа-Галин муниципальни бюджетни йукъарадешаран  
хьукмат«Гимнази №7»  
(Сольжа-Галин МБЙХь «Гимназии №7»)**

**УТВЕРЖДЕНО**  
приказом МБОУ «Гимназия № 7 »  
от 28.08.2023 № 283 /03-04

**ПРОГРАММА  
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ И ПЕДАГОГОВ**

**«ЗДОРОВОЕ БУДУЩЕЕ»**

Наименование комплексно-целевой программы:	Программа по профилактике здорового образа жизни среди обучающихся и педагогов «Здоровое будущее»
Заказчик:	Обучающиеся, педагоги, родители.
Основные разработчики:	Саиева Л.Х., директор МБОУ «Гимназия №7» г. Грозного Дадалова М.С. заместитель директора по воспитательной работе, Эльгакаева М.А., руководитель МО классных руководителей, Исханова Х.Э., медицинский работник Такаева Р.Д., председатель профкома.
Сроки реализации программы:	2023 – 2026 гг.
Финансовое обеспечение	Бюджетное финансирование

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Введение	4
2.	Цели и задачи программы	4
3.	Нормативно-правовое обеспечение программы	5
4.	Ресурсы для эффективного решения поставленных задач	6
5.	Функции различных категорий работников гимназии	6
6.	Участники программы	7
7.	Сроки и этапы реализации программы	7
8.	Режим работы гимназии	7
9.	Модель личности ученика (начального общего образования, основного общего образования, среднего общего образования)	8
10.	Ожидаемые конечные результаты программы	9
11.	Методы контроля над реализацией программы	10
12.	Основные направления деятельности программы	10
13.	Здоровьесберегающие образовательные технологии	12
14.	Реализация основных направлений программы	12
15.	Применение разнообразных форм работы	13
16.	Критерии и показатели реализации программы	14
17.	План деятельности по реализации программы	15
18.	Календарный план реализации программы здоровьесбережения на 2023-2026 учебный год	19
19.	Здоровьесберегающая деятельность педагогического коллектива	22
20.	Примерная тематика мероприятий для участников образовательных отношений	24

## 1. ВВЕДЕНИЕ.

Проблемы сохранения здоровья обучающихся и педагогов в современной Гимназии являются одними из наиболее актуальных и важных проблем на сегодняшний день.

В данной связи, очень важным выступает привитие навыков здорового образа жизни обучающимися, способных обеспечить современному обучающемуся возможность сохранения здоровья за период обучения в гимназии, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Но здоровьесбережение современного ученика невозможно без прямого включения в тот же самый процесс и современного педагога, что, в свою очередь, требует создания условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного и для самого учителя.

Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья обучающегося. Чтобы учить детей видеть жизнь в светлых тонах, чувствовать радость, педагог должен быть здоров и душой и телом. Педагог – это мудрый и опытный капитан в глубинах знаний, проводник в мире мыслей и творческих поисков, от его здоровья зависит, любит или не любит педагог свой предмет и своих учеников.

Именно поэтому в качестве основы настоящей программы выступает забота о сохранении здоровья обучающихся и учителей.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел «Календарный план реализации программы» обновляется каждый учебный год.

## 2. ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ:

**Основной целью** здоровьесберегающего образования является сохранение и укрепление здоровья обучающихся через обучение и воспитание.

**Стратегической целью** можно считать создание педагогических условий для активного участия обучающихся в формировании, сохранении, укреплении и восстановлении резервов своего здоровья с целью наиболее полного овладения знаниями и умениями, для оптимизации социальной и личной жизни.

**Перспективная цель** - снижение заболеваемости, повышение качества обучения. Исходя из стратегической цели следует обозначить следующие **тактические задачи**:

1. создать пакет нормативных документов, регламентирующих деятельность МБОУ «Гимназия №7» г. Грозного в условиях проведения планируемых преобразований;
2. разработать систему выявления уровня здоровья обучающихся гимназии и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения. Создать условия для организации полноценного сбалансированного питания обучающихся;
3. привлечение системы дополнительного образования, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни обучающихся;
4. создать условия для обеспечения охраны здоровья обучающихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни;
5. организовать систему профилактической работы по предупреждению вредных привычек, детского травматизма на дорогах, предотвращению роста заболеваемости обучающихся гимназии;
6. поиск здоровьесберегающих оптимальных режимов учебно-воспитательной работы, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствование здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания;
7. повысить уровень осведомленности членов педагогического коллектива, родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья обучающихся;
8. сформировать мотивацию, направленную на сохранение и укрепление здоровья субъектов воспитательно - образовательного процесса;

9. развитие психолого-педагогической службы гимназии для своевременной профилактики психологического и физического состояния обучающихся;
10. расширить взаимодействия гимназии, родителей и общества в контексте укрепления здоровья.

### **3. НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ БАЗА:**

1. Конвенция о правах ребенка.
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Санитарно-эпидемиологические требования к образовательным организациям, утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28(СП 2.4.3648-20).
4. Санитарно-эпидемиологические требования к образовательным организациям, утвержденные утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 (СанПиН 1.2.3685-21).

### **РЕСУРСЫ, КОТОРЫМИ РАСПОЛАГАЕТ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОГО РЕШЕНИЯ ПОСТАВЛЕННЫХ ЗАДАЧ.**

**Методические.** Работу по повышению профессионального мастерства педагогов осуществляют заместители директора по воспитательной работе, социальный педагог, педагог-психолог, руководитель методического объединения классных руководителей.

**Материально-технические.** Гимназия имеет лицензионный медицинский кабинет, обеденный зал на 80 человек, спортивный зал (239,1 м) актовый зал (382,7 м<sup>2</sup>), кабинет психолога. Оборудовано 2 компьютерных класса с современным программным оборудованием, осуществляется бесперебойный выход в Интернет, функционирует сайт общеобразовательной организации. Учебные кабинеты оборудованы ростовой мебелью.

**Информационные.** В Гимназии имеется библиотека, читальный зал, оборудованные персональными компьютерами, создана локальная сеть.

### **5. ФУНКЦИИ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ РАБОТНИКОВ ГИМНАЗИИ**

#### **4. 1. Функции медицинской службы гимназии:**

1. проведение диспансеризации обучающихся гимназии;
2. медосмотр обучающихся гимназии, определение уровня физического здоровья;
3. выявление обучающихся специальной медицинской группы.

#### **5. 2. Функции администрации:**

1. общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
2. общее руководство и контроль за организацией горячего питания обучающихся в Гимназии;
3. организация и контроль уроков физкультуры;
4. разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья обучающихся и ее контроль;
5. организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
6. организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
7. организация работы психологической службы в Гимназии.

#### **5. 3. Функции классного руководителя:**

1. санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в Гимназии;
2. организация и проведение в классном коллективе информационных мероприятий по вакцинации обучающихся (родительские собрания, классные часы, беседы);

3. организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний обучающихся;
4. организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
5. организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике ПАВ - зависимости, алкогольной зависимости, табакокурения;
6. организация и проведение профилактических работы с родителями;
7. организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГАИ, ОПДН, медработниками, наркологами;
8. организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
9. организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья обучающихся;
10. организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

## **6. УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ:**

1. обучающиеся
2. педагогические работники
3. родители (законные представители)
4. социальные партнеры

## **7. СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:**

I этап - 2023 – 2024 учебный год.

II этап - 2024 – 2025 учебный год.

III этап - 2025 – 2026 учебный год.

### **1 этап – подготовительный (1 год):**

1. анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
2. изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
3. разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

### **2 этап – апробационный (1 год):**

1. внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
2. систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
3. выполнение оздоровительных мероприятий.

### **3 этап - контрольно-обобщающий (1год):**

1. сбор и анализ результатов выполнения программы;
2. коррекции деятельности.

## **8. РЕЖИМ РАБОТЫ гимназии**

Гимназия работает в режиме «пятидневки» Занятия ведутся в две смены.

Перемены - по 10 - 20 минут.

Смена	Начало/окончание смены	Классы
первая	8:30 – 13:10	1,4,5,8,9,10,11
вторая	13:30 – 18:40	2,3,6,7

## **9. МОДЕЛЬ ЛИЧНОСТИ УЧЕНИКА.**

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам гимназии необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение

здоровьесбережения детей и подростков.

Для этого нами создана прогнозируемая модель личности обучающегося:

<b>Модель выпускника начального общего образования</b>	<b>Модель выпускника основного общего образования</b>	<b>Модель выпускника среднего общего образования</b>
1. знание основ личной гигиены, 2. выполнение правил гигиены; 3. владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.	1. знание основ строения и функционирования организма человека; 2. знание изменений в организме человека в пубертатный период; 3. умение оценивать свое физическое и психическое состояние; 4. знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; 5. поддержание физической формы; 6. телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости; 7. гигиена умственного труда.	1. стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье; 2. убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; 3. знание различных оздоровительных систем; 4. умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; 5. способность вырабатывать индивидуальный образ жизни; 6. гигиена умственного труда.

## **10. ОЖИДАЕМЫЕ КОНЕЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ:**

Обучающиеся и выпускники гимназии

### **должны знать:**

1. Главная ценность жизни есть здоровье, за которое отвечает сам человек.
2. О необходимости регулярных профилактических осмотров с целью предупреждения и распознавания заболеваний на ранней стадии.

### **должны уметь:**

1. Противостоять физическим и интеллектуальным перегрузкам.
2. Оказать первую доврачебную помощь пострадавшим.
3. Обеспечить адекватные физиологические потребности и индивидуальные особенности питания.
4. Контролировать собственные поведенческие реакции, а также нести персональную ответственность за собственное поведение и здоровье.
5. Вести себя в эпидемиологически неблагоприятных условиях.
6. Иметь устойчивую мотивацию на достаточный уровень двигательной активности, а также закаливание.
7. Регулярно проходить профилактические осмотры по рекомендации врачей.
8. Использовать минимальный арсенал лекарственных препаратов, которые применяют без назначения врача.

### **должны иметь:**

1. Сформированную точку зрения на вредные привычки (табак, алкоголь, наркотики, психотропные вещества).
2. Потребность соблюдения правил личной гигиены.
3. Устойчивую положительную мотивацию на достаточный уровень двигательной активности и закаливание организма.
4. Навыки позитивного отношения к людям.

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

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

**Базовыми компонентами на всех уровнях образования являются:**

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

**11. МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ НАД РЕАЛИЗАЦИЕЙ ПРОГРАММЫ:**

1. Проведение заседаний Совета старшеклассников, МО классных руководителей;
2. Посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по здоровьесберегающим-технологиям;
3. Создание методической копилки опыта;
4. Мониторинг состояния здоровья обучающихся и морально-психологического климата в Гимназии.
5. Сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.
6. Контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью обучающихся в свете формирования здорового образа жизни.

**12. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРОГРАММЫ:**

**Медицинское направление предполагает:**

1. создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
2. составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
3. проведение физкультурминуток;
4. гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
5. четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния гимназии;
6. планомерная организация питания обучающихся;
7. реабилитационную работу;
8. обязательное медицинское обследование;

**Просветительское направление предполагает:**

1. организацию деятельности с обучающимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;



2. организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
3. пропаганда здорового образа жизни:
  - тематические классные часы, лекции;
  - познавательные игры;
  - конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений;
  - различные акции;
  - совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма;
  - пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры.

#### **Психолого-педагогическое направление предполагает:**

1. использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
2. обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
3. развитие познавательной и учебной мотивации;
4. формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
5. совершенствование деятельности психолога - медико - педагогической службы гимназии для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния обучающихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;
6. организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся.

#### **Спортивно-оздоровительное направление предполагает:**

1. организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
2. привлечение системы дополнительного образования, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни обучающихся;
3. широкое привлечение обучающихся, родителей к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

#### **Диагностическое направление предполагает:**

1. проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются:
  - общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
  - текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
  - режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.

### **13. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ:**

1. здоровьесберегающие медицинские технологии;
2. здоровьесберегающие технологии административной работы в Гимназии;
3. здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
4. здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у обучающихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

### **14. РЕАЛИЗАЦИЯ ОСНОВНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ПРОГРАММЫ:**

1. Убеждение обучающихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
3. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.

4. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
5. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.
6. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
7. Обеспечение каждого учащегося горячим питанием в столовой.
8. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
9. Привлечение обучающихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в Гимназии и вне её.
10. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
11. Создание комфортной атмосферы в Гимназии и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
12. Обучение обучающихся оказанию первой медицинской помощи.

## **15. ПРИМЕНЕНИЕ РАЗНООБРАЗНЫХ ФОРМ РАБОТЫ:**

### **15.1. Учет состояния обучающихся:**

- анализ медицинских карт;
- определение группы здоровья;
- учет посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

### **15.2. Физическая и психологическая разгрузка обучающихся:**

- организация работы спортивных секций, кружков, клубов, проведение дополнительных уроков физической культуры;
- динамические паузы;
- индивидуальные занятия;
- организация спортивных перемен;
- дни здоровья;
- физкультминутка для обучающихся;
- организация летних оздоровительных лагерей при Гимназии с дневным пребыванием.

### **15.3. Урочная и внеурочная работа:**

- открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ;
- открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
- спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол футбол легкая атлетика, шашки и шахматы, настольный теннис.

## 16. КРИТЕРИИ И ПОКАЗАТЕЛИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Критерии	2023 - 2024	2024 - 2025	2025 – 2026
Удовлетворенность обучающихся и их родителей (законных представителей) сохранением здоровья детей	80%	85%	90%
Количество обучающихся в ОО, охваченных горячим питанием	100%	100%	100%
Количество обучающихся - участников программы «Разговор о правильном питании»	Положительная динамика	Положительная динамика	Положительная динамика
Количество обучающихся в ОО, охваченных дополнительным образованием по физкультурно-оздоровительному направлению	Положительная динамика	Положительная динамика	Положительная динамика
Количество обучающихся в ОО, охваченных летней оздоровительной кампанией (активными формами отдыха)	Положительная динамика	Положительная динамика	Положительная динамика
Количество обучающихся, принимавших участие в общешкольных (классных) мероприятиях по ЗОЖ.	100%	100%	100%
Количество обучающихся принимающих участие в профилактических конкурсах и проектах в рамках фестиваля «Екатеринбург – территория здоровья»	Положительная динамика	Положительная динамика	Положительная динамика
Заболеваемость в днях на одного обучающегося	Положительная динамика	Положительная динамика	Положительная динамика
Отсутствие подростков, имеющие вредные привычки (акты)	Положительная динамика	Положительная динамика	Положительная динамика
Количество подростков, состоящих на учете в ТКДН и ЗП, ОПДН, на внутришкольном контроле.	Положительная динамика	Положительная динамика	Положительная динамика
Показатели санитарно-гигиенических условий образовательной среды	Отсутствие предписаний со стороны надзорных органов	Отсутствие предписаний со стороны надзорных органов	Отсутствие предписаний со стороны надзорных органов
Удовлетворенность педагогических работников ОО условиями труда	85%	90%	95%
Снижение заболеваемости среди педагогических работников ОО	Положительная динамика	Положительная динамика	Положительная динамика
Участие педагогических работников в мероприятиях, иницируемых Профсоюзом работников народного образования Орджоникидзевского района	Положительная динамика	Положительная динамика	Положительная динамика

## 17. План деятельности по реализации программы

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
<b>1. Медицинское направление.</b>				
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: 1. анализ основных характеристик состояния здоровья детей в Гимназии; 2. выявление обучающихся специальной медицинской группы; 3. ведение строгого учета детей по группам здоровья. 4. формирование групп здоровья по показателям.	Медицинский работник	ежегодно	Медицинские карты, медицинское заключение о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе для занятий физической культурой
1.2.	Проведение медицинского осмотра обучающихся	Медицинский работник	ежегодно	План медосмотров
1.3.	Медосмотр обучающихся гимназии, определение уровня физического здоровья.	Медицинский работник	ежегодно	План медосмотров
1.4.	Обеспечение и организация профилактических прививок обучающихся.	Медицинский работник	ежегодно	План прививок
1.5.	Оформление медицинских карт и медицинского заключения о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе для занятий физической культурой	Медицинский работник	ежегодно	Классные журналы
1.6.	Анализ случаев травматизма в Гимназии.	Ответственный по ОТ	ежегодно	Материалы отчетов
1.7.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Медицинский работник	ежегодно	Материалы отчетов
1.8.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Куратор программы «Здоровье-жизнь» Диспетчер по питанию	ежедневно в течение года	Акты проверок

1.9.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: 1. проветривание; 2. освещение; 3. отопление 4. вентиляция 5. уборка	Администрация	ежедневно в течение года	Акты проверок
1.10.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	Заместитель директора по УВР	ежегодно	справка по оценке расписания
1.11.	Постоянный контроль за школьной столовой.	Куратор программы «Здоровье-жизнь» Диспетчер по питанию	ежедневно в течение года	Акты проверок
<b>2. Просветительское направление</b>				
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	Куратор программы «Здоровье - жизнь»	ежегодно	График проведения лектория
2.2.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	Куратор программы «Здоровье - жизнь»	ежегодно	План работы
2.3.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	Куратор программы «Здоровье - жизнь» Классные руководители	ежегодно	План работы
2.4.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и другие виды работ).	Куратор программы «Здоровье - жизнь»	ежегодно	План работы

		Классные руководители		
2.5.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	Куратор программы «Здоровье - жизнь»	ежегодно	План работы
2.6.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры.	Куратор программы «Здоровье - жизнь» Зам. директора по УВР, ВВР	в течение года	Планы уроков
<b>3.</b>	<b>Психолого-педагогическое направление.</b>			
3.1.	Организация работы кабинета психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса.	Психолог	ежегодно	План работы
3.2.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей обучающихся по экспериментальным программам: 1. определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; 2. изучение умственного развития обучающихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах; 3. изучение психологических возможностей и готовности обучающихся к Гимназии; 4. выявление профессиональных интересов обучающихся и способностей с целью профессионального самоопределения; 5. разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией обучающихся к различным формам обучения.	Психолог	ежегодно	Диагностические исследования
3.3.	Организация психолого-педагогической и коррекционной помощи обучающимися.	психолог гимназии	ежегодно	План работы психолога
3.4.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	учителя-предметники	ежегодно	Планы уроков
3.5.	Организация психологической и коррекционной помощи педагогическим работником	психолог гимназии	ежегодно	План работы психолога

<b>4. Спортивно-оздоровительное направление.</b>				
4.1.	Организацию спортивных мероприятий.	учителя физической культуры	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы дополнительного образования, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни обучающихся.	Заместитель директора по ВВР	ежегодно	план работы дополнительного образования и секций
4.3.	Привлечение обучающихся, родителей, социальных партнёров гимназии к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	Заместитель директора по ВВР	ежегодно	план работы
4.4.	Участие педагогических работников в мероприятиях, инициируемых Профсоюзом работников народного образования Орджоникидзевского района	Председатель ПК	В течение года	График мероприятий
<b>5. Диагностическое направление</b>				
5.1.	Мониторинг состояния здоровья обучающихся.	Медицинский работник, Классные руководители	ежегодно	результаты мониторинга
5.2.	Ежегодное прохождение медицинского осмотра сотрудниками ОО	Сотрудники ОО	ежегодно	Результаты медицинского осмотра
5.3.	Анализ состояния педагогических работников за год	Руководитель ОО, отв. за ведение б/л	ежегодно	результаты мониторинга

## 18. Календарный план реализации программы здоровьесбережения на 2023-2024 учебный год

### СЕНТЯБРЬ



1. Организация дежурства по Гимназии и по классам в соответствии с Положением об обязанностях дежурных по Гимназии. **Ответственные** - Администрация.
2. Организация работы кружков и секций, организация клубной деятельности. **Ответственный** – зам. директора по ВР.
3. Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей. **Ответственный** - Администрация
4. Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы гимназии по

здоровье сбережению. **Ответственный** - Администрация

1. Организация питания обучающихся. **Ответственный** - зам. директора по ВР.
2. Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах. **Ответственные** - Классные руководители
3. **«Уроки чистоты»** **Ответственный** – зам. директора по ВР.  
Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях и спартакиаде. **Ответственные** - Учителя физической культуры.
4. Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни. **Ответственный** - зам. директора по ВР
5. Старты здоровья. **Ответственные** - Учителя физической культуры
6. Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически). **Ответственный** - зам. директора по ВР
7. Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей. **Ответственный** - зам. директора по ВР
8. Организации занятий на спортивной площадке. **Ответственные** - Учителя физической культуры
9. Организация и проведение Единых дней профилактики. **Ответственный** – зам директора по ПР

### ОКТАБРЬ

1. Организация работы обучающихся по созданию и поддержанию уюта в классах, Гимназии, по сохранению школьного имущества. **Ответственные** – Классные руководители
2. Планирование занятости обучающихся в каникулярный период. **Ответственный** - зам. директора по ВР
3. Подготовка классов к зиме. **Ответственные** – Классные руководители
4. Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в районной спартакиаде. **Ответственные** - Учителя физической культуры
5. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни. **Ответственные** – Классные руководители





6. Физкультминутки (ежедневно). **Ответственные** – учителя предметники
7. Организация подвижных игр на переменах в рамках осуществления шефской помощи обучающимся начальных классов (ежедневно). **Ответственный** - Совет старшеклассников
8. Организация и проведение Единого дня профилактики «**Подросток и закон**». **Ответственный** – социальный педагог

## НОЯБРЬ

1. Проведение мероприятий, приуроченных к праздникам «День матери» и «День ребёнка». **Ответственный** - зам. директора по ВР
2. Проведение классных часов и мероприятий по теме «Курение - вред». Итог: выпуск коллажей, посвященных борьбе с курением и наркотиками. **Ответственные** – Классные руководители
3. Экскурсии. **Ответственные** – Классные руководители
4. Физкультминутки и динамические паузы (систематически). **Ответственные** – учителя предметники
5. Проведение ДНЯ СЕМЬИ **Ответственные** - зам. директора по ВР, классные руководители
6. Организация активного отдыха обучающихся в дни каникул. **Ответственные** – Классные руководители
7. Отчёты о проделанной работе по здоровью сбережению. **Ответственные** – Классные руководители
8. Организация и проведение Единого дня профилактики «**Единство разных**». **Ответственный** – социальный педагог



## ДЕКАБРЬ

1. Проведение мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом. **Ответственный** – социальный педагог
2. Организация и проведение Единого дня профилактики «**За жизнь в ответе**». **Ответственный** – социальный педагог
3. Проведение открытых классных часов по программе «Все цвета, кроме чёрного». **Ответственные** – Классные руководители
4. Первенство гимназии по баскетболу. **Ответственные** - Учителя физической культуры
5. Проведение СТАРТИНА **Ответственные** - зам. директора по ВР, классные руководители
6. Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно). **Ответственные** – учителя предметники
7. Участие в конкурсе творческих работ «**Здоровым – быть здорово!**». **Ответственный** – социальный педагог



## ЯНВАРЬ

1. Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни». **Ответственные** – Классные руководители
2. Организация и проведение «Весёлых стартов». **Ответственные** - Учителя физической культуры
3. Физкультминутки и динамические паузы. **Ответственные** – учителя предметники
4. Аукцион педагогических идей (по здоровьесберегающим технологиям). **Ответственные** – куратор программы «Здоровье - жизнь», зам. директора по ВР, НМР



## ФЕВРАЛЬ

1. Месячник оборонно-массовой и патриотической работы. **Ответственный** - зам. директора по ВР
2. Организация и проведение праздника «День защитника Отечества». **Ответственный** - зам. директора по ВР
3. Проведение спортивного праздника «Мама, папа, я – спортивная семья». **Ответственный** - зам. директора по ВР
4. Организация и проведение военно-спортивной игры «Зарница» **Ответственный** - зам. директора по ВР
5. Физкультминутки и динамические паузы. **Ответственные** – учителя предметники
6. Участие в конкурсе семейных видео – слайд фильмов «Моя семья...». **Ответственный** – социальный педагог



## МАРТ

1. Планирование занятости обучающихся в каникулярный период. **Ответственный** - зам. директора по ВР
2. Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей. **Ответственный** - зам. директора по ВР
3. Подготовка ко Дню здоровья. **Ответственный** - зам. директора по ВР, учителя физической культуры
4. Физкультминутки и динамические паузы. **Ответственные** – учителя предметники
5. Участие в Олимпиаде научно-практических работ в области профилактики наркомании. **Ответственный** – социальный педагог



## АПРЕЛЬ

1. Проведение Всемирного дня здоровья. **Ответственный** - зам. директора по ВР
2. Проведение Всемирного дня Земли. **Ответственный** - зам. директора по ВР
3. Круглый стол «Здоровье наших детей». **Ответственные** – ОРК, куратор программы «Здоровье - жизнь»



## МАЙ

1. Подготовительная работа к организации занятости обучающихся в летний период. **Ответственный** - зам. директора по ВР
2. Профилактические беседы о безопасности. **Ответственные** – классные руководители
3. Благоустройство школьной территории. **Ответственный** - зам. директора по ВР



### 19. Здоровьесберегающая деятельность педагогического коллектива

Органы управления.	Мероприятия программы «Здоровье»	Сроки выполнения		
		2023-2024гг.	2024-2025 гг.	2025-2026гг.
Педагогический Совет	1. Разработка Программы здоровьесбережения.	сентябрь 2023 г.	-	-
	2. Обсуждение и принятие Программы здоровьесбережения.	сентябрь 2023	-	-
	3. Анализ результатов медицинского осмотра участников образовательного процесса.	после прохождения медосмотра		
	4. Анализ влияния состояния здоровья обучающихся на качество знаний и уровень обученности.	-	январь 2024г.	январь 2026г.
	5. Анализ дозировки учебной нагрузки: - учебные планы; - график контрольных работ.	Сентябрь 2023	Сентябрь 2024	Сентябрь 2025
	6. Анализ эффективности уроков физкультуры.	Май 2024	Май 2025	Май 2026
	7. Итоговый анализ состояния здоровья обучающихся.	-	-	Май 2026
	8. Использование здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий.	В течение освоения программы	В течение освоения программы	В течение освоения программы
	9. «Аукцион» педагогических идей (здоровьесберегающие технологии).	-	Январь 2025	-
	10. Здоровьесбережение при применении ИКТ.	В течение освоения программы	В течение освоения программы	В течение освоения программы
Рабочая группа учителей (кураторство программы здоровье: зам. директора по ВР, социальный педагог, учитель ОБЖ, учитель	1. Обсуждение Программы здоровьесбережения.	Январь 2024	-	-
	2. Составление плана работы с учетом внедрения здоровьесберегающих технологий.	Январь 2024	Внесение корректировок в план – январь 2025	-
	3. Разработка критериев и индикаторов уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования.	-	Январь – май 2025	-

<b>физкультуры) Мониторинг реализации программы</b>	4.Методическая панорама «Здоровьесберегающие технологии».	В течение освоения программы	В течение освоения программы	В течение освоения программы
	5.Организация методической недели «Обучение и воспитание с успехом».	-	-	Апрель 2026
	6.Мониторинг влияния состояния здоровья обучающихся на качество знаний по предметам.	Май 2024	Май 2025	Май 2026
	7.Кураторство над лекторскими группами старшеклассников по проведению информационных пятиминуток по профилактике ЗОЖ.	В течение освоения программы		
	1.Разработка анкет и проведение анкетирования по определению самочувствия обучающихся в Гимназии.	Октябрь 2024	Октябрь 2024	Октябрь 2026
	2.Комплектование полного пакета документов по реализации Программы здоровьесбережения.	Январь 2024		
	3.Подготовка памяток для обучающихся по формированию здорового образа жизни.	В течение освоения программы	В течение освоения программы	В течение освоения программы
	4.Составление рационального режима дня для обучающихся.	В течение освоения программы	В течение освоения программы	В течение освоения программы
<b>Общешкольный родительский комитет</b>	1.Ознакомление родителей с деятельностью гимназии по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни.	Сентябрь 2024	Сентябрь 2024	Сентябрь 2026
	2.Круглый стол «Здоровье наших детей».	-	Февраль 2025	-
	3.День семьи «Папа, мама и я – спортивная семья».	Февраль 2024	Февраль 2025	Февраль 2026
	4.Ознакомление родителей с различными оздоровительными системами.	Сентябрь 2024	Сентябрь 2024	Сентябрь 2026
	5.Анализ результатов работы гимназии по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни.	Май 2024	Май 2025	Май 2026
	6.Зарница	Февраль 2024	Февраль 2025	Февраль 2026

## 20. Примерная тематика мероприятий для участников образовательных отношений

1 класс		
Классные часы	“Культура питания” “Уход за телом и одеждой” “Режим дня” “Роль зарядки в жизни человека” “Культура чтения” “Что необходимо помнить, оставаясь дома один”	Классные руководители Медицинский работник
Праздники	“Мой друг – Мойдодыр”	Учитель
Конкурсы	Знатоки “Все без исключения должны знать правила дорожного движения” Рисунки “Осторожно дети!”	Отряд ЮИД
Родительские собрания, лекции, встречи	“Адаптация в Гимназии” “Режим дня первоклассника” “Рабочее место первоклассника”	Психолог Медицинский работник Заместитель директора
2 класс		
Классные часы	“Режим дня “Каждому делу – свое время” “Роль прогулки, ее сущность” “Закаливание” “Роль физических занятий в	Классные руководители Медицинский работник

	жизни ребенка”	
<b>Праздники</b>	“Сильнее, выше и быстрее” Знатоки ПДД	Отряд ЮИД
<b>Конкурсы</b>	Конкурс рисунков “Я за здоровый образ жизни” “Меню второклассника, здоровое и любимое”	Медицинский работник Совет старшеклассников
<b>Родительские собрания, лекции, встречи</b>	Встреча с инспектором ГАИ	Отряд ЮИД
<b>3-4 классы</b>		
<b>Классные часы</b>	“Утренняя гимнастика” “Режим работы” “Красиво одеваться значит опрятно” “Рабочий стол” “Лекарственные растения” “Профилактика простудных заболеваний”	Медицинский работник Классные руководители Классные руководители Классные руководители
<b>Праздники</b>	“Дорога к победе над собой”	Совет старшеклассников
<b>Конкурсы</b>	Рисунки “Зеленая аптека” Знатоки ПДД “Осторожно движение!”	Отряд ЮИД
<b>Родительские собрания, лекции, встречи</b>	“Режим питания ребенка. Школьные завтраки” “Возрастные особенности” “Организация досуга детей” Встреча родителей с	Медицинский работник Психолог Врач-психоневролог

	психоневрологом “Как избежать стрессов и психических расстройств младшего школьника”	
<b>5-6 классы</b>		
<b>Классные часы</b>	“Режим дня. Режим работы и отдых” “Гигиена мальчиков и девочек” “Спорт в жизни человека” “О полезных и вредных привычках”	Классные руководители Медицинский работник Учителя физической культуры Соц. педагог
<b>КТД</b>	День здоровья в Гимназии “Зарница” (осень, зима, лето)	Учителя физической культуры
<b>Конкурсы, викторины</b>	Конкурс плакатов “Я за здоровый образ жизни” Фотоконкурс “Выхожу я на дорогу” Конкурс газет “По страницам Красной книги”	Отряд ЮИД
<b>Родительские собрания, лектории, встречи</b>	Адаптация пятиклассников Режим дня подростка	Зам. директора по ВВР Куратор программы «Здоровье - жизнь»
<b>7-8 классы</b>		
<b>Классные часы</b>	“Я и мое здоровье” “Эмоции и стресс”	Классные руководители Медицинский работник

	“Рациональное питание” “Гигиена тела и одежды”	Учителя физической культуры Социальный педагог
<b>КТД</b>	День здоровья в Гимназии “Зарница” (осень, зима, лето)	Учителя физической культуры
<b>Праздники</b>	“День семь»	Педагог-организатор, заместитель директора по ВВР, классные руководители
<b>Родительские собрания</b>	“Особенности физического развития подростков” Снижение учебной мотивации	Медицинский работник Психолог
<b>9-11 классы</b>		
<b>Классные часы</b>	“Режим труда и отдыха” “Профилактика переутомления” “Семья в современном обществе” “Дружба и любовь” “Профилактика зависимостей”	Классные руководители Медсестра Учителя физической культуры Социальный педагог
<b>КТД</b>	День здоровья в Гимназии	Учителя физической культуры
<b>Праздники</b>	“День семь»	Педагог-организатор, заместитель директора по ВВР, классные руководители



<b>Конкурсы, викторины</b>	Конкурс плакатов “Я за здоровый образ жизни” Фотоконкурс “Выхожу я на дорогу” Конкурс газет “По страницам Красной книги”	Отряд ЮИД
<b>Родительские собрания</b>	“Особенности физиологии ранней юности” «как противостоять стрессу во время экзамена»	Медицинский работник Психолог