

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Самарской области  
Центральное управление министерства образования и науки Самарской области  
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная школа с. Пискалы  
муниципального района Ставропольский Самарской области  
(ГБОУ СОШ с. Пискалы)

**РАССМОТРЕНА**

на заседании методического  
объединения учителей  
гуманитарного и естественно -  
математического циклов

Руководитель МО

\_\_\_\_\_ Основа Е.А.

протокол № 1

от «28» августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНА**

Заместитель директора по  
учебно - воспитательной работе  
\_\_\_\_\_ Говоренко Г.В.  
«29» августа 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом  
ГБОУ СОШ с. Пискалы  
от «30» августа 2024г. № 98-од  
Директор

\_\_\_\_\_ Гаврилова О.В.

**ОБЩЕШКОЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
«ЗДОРОВЬЕ»**

с. Пискалы, 2024 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Развитие полноценной личности немислимо без сохранения и поддержания здоровья. Отсутствие здоровья часто лежит в основе отчуждения, ограниченной коммуникации, недостаточного самоуважения. Сохранение здоровья каждого – залог здоровья нации.

Статистические данные за последние годы показывают высокую заболеваемость детского населения. Анализ показывает, что это обусловлено ухудшением социально-экономической обстановки, обострением проблем рационального питания, снижением уровня здоровья родителей (законных представителей) и детей, наследственностью.

У обучающихся и их родителей (законных представителей) не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни. Это сделало необходимым введение в воспитательную программу школы блока «Здоровье», призванного обеспечить сохранение и улучшение физического, психического и социального здоровья.

Для успешной реализации одной из задач школы «Сформировать потребность в здоровом образе жизни» была разработана программа "Здоровье". Это позволяет систематически вести просветительскую работу, целенаправленно воспитывать установку на здоровый образ жизни, формировать понятие о здоровье, как о жизненной ценности, вести профилактику девиантного поведения, формировать социальную активность, воздействовать на сохранение и укрепление здоровья ребенка.

Данная программа призвана показать достижения физического и духовного совершенства, сделать так, чтобы спорт, здоровье, гармония и красота стала несовместимой с хамством, сквернословием, вымогательством.

*Ступени общешкольной программы «Здоровья» ГБОУ СОШ с. Пискалы:*

- ✓ «Азбука здоровья» (1 – 4 классы)
- ✓ «Здорово быть здоровым» (5 – 8 классы)
- ✓ «Быть здоровым и красивым» (9 класс)

### **Цель программы:**

- ✓ Сохранение здоровья детей.
- ✓ Привлечение внимание общественности к проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.
- ✓ Создание системы взаимосвязи и сотрудничества со всеми заинтересованными службами.
- ✓ Создание и апробация здоровье сберегающих технологий в образовательном процессе.

### **Задачи:**

- ✓ сформировать правильное отношение к своему здоровью, восприятие здоровья как жизненной ценности;
- ✓ сформировать способность к самодиагностике состояния здоровья и устойчивую мотивацию на здоровый образ жизни;
- ✓ обучить обучающихся самостоятельно снимать с себя психическое напряжение, подготовить к встрече со стрессами, опасностями трудностями;
- ✓ формирование у педагогов, родителей (законных представителей) и обучающихся здорового образа жизни.

### **Ожидаемые результаты:**

1. Снижение уровня заболеваемости детей школьного возраста.
2. Формирование здорового образа жизни в семье.
3. Улучшение организации питания учащихся.

### **Направления работы**

- ✓ Материально-техническое обеспечение образовательного учреждения;
- ✓ Мониторинг и коррекция развития обучающихся;
- ✓ Организация рационального питания;
- ✓ Формирование валеологических знаний у учителей, обучающихся и их родителей (законных представителей) (беседы врачей - специалистов);
- ✓ Профилактика заболеваний детей и подростков;
- ✓ Предупреждение зависимого поведения (курения, алкоголизации, употребления психоактивных веществ);
- ✓ Воспитание культуры потребления медицинских услуг;
- ✓ Профилактика травматизма и основы личной безопасности;
- ✓ Совершенствование системы спортивно - оздоровительной работы;
- ✓ Мониторинг и совершенствование гигиены помещения, школьного двора, спортивных сооружений;
- ✓ Контроль над выполнением мероприятий по укреплению и сохранению здоровья обучающихся.



## СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

<i>1 – 4 классы</i> <i>«Азбука здоровья»</i>	<i>5 – 8 классы</i> <i>«Здорово быть здоровым»</i>	<i>9 класс</i> <i>«Быть здоровым и красивым»</i>
<b>ПЕРВАЯ ЧЕТВЕРТЬ</b>		
<b>1. Диагностика</b>		
Состояние зрительного утомления (мониторинг позы)	Состояние здоровья на начало учебного года (5, 6 кл.)	Мониторинг соматического здоровья
Мониторинг соматического здоровья		
<b>2. Режим учебного процесса</b>		
Составление расписания занятий с учетом санитарных норм		
Формирование банка данных на учащихся группы риска и больных детей		
Мониторинг на классных часах с целью выявления психологического климата в классе, детей, нуждающихся в индивидуальном подходе		
Страхование обучающихся		
<b>3. Уроки и здоровье</b>		
Уроки Мойдодыра (1кл.) Уроки Айболита (2кл.) Уроки Знайки (3-4 кл.)	Классный час с приглашением психолога: «Твое психическое здоровье»	Классный час с приглашением психолога: «Умей контролировать эмоции»
Проведение специальной гимнастики на осанку	Проведение бесед о здоровом образе жизни	Проведение бесед о здоровом образе жизни
Организация физкультурной группы для школьников, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе		
<b>4. Методическая работа с педагогическим коллективом</b>		
Выступление на педагогических советах с анализом результатов проведенных диагностик		
Проведение обучающих семинаров «Охрана зрения ребенка»		
<b>5. Работа с родителями (законными представителями)</b>		
Выступление на родительском собрании с результатами диагностик		
<b>Проведение родительского лектория</b>		
Причины быстрой утомляемости младших школьников при интенсивной умственной работе	Организация учебного труда и режима дня	Сфера интересов старших школьников
Индивидуальные консультации		
<b>6. Оздоровительная работа</b>		

День здоровья		
Соревнования по мини-футболу 5 – 9 классы		
Месячник гражданской защиты		
Профилактика ДДТТ	Викторина АВС	Помощь в организации соревнований по мини-футболу (судейство)
Веселые старты	Самооценка физического и познавательного потенциала	
<b>ВТОРАЯ ЧЕТВЕРТЬ</b>		
<b>1. Диагностика</b>		
Диагностика общей утомляемости	Состояние зрительного утомления (мониторинг позы) Уровень мотивации к учению Соответствие объема домашних заданий нормам санПиН	Диагностика функционального состояния Уровень мотивации к учению Соответствие объема домашних заданий нормам санПиН
<b>2. Режим учебного процесса</b>		
Проверка режима проветривания школьных помещений		
Отслеживание чистоты и безопасности пешеходных дорожек в зимний период		
Смотр экологичности школьных помещений		
<b>3. Уроки и здоровье</b>		
Уроки Мойдодыра (1кл): ✓ Уход за руками и ногами	Как не заболеть (профилактика инфекционных заболеваний)	
Уроки Айболита (2кл.): ✓ прививки от болезней; ✓ безопасность при любой погоде	Профилактические беседы медицинскими работниками	Всемирный день борьбы со СПИДом
Уроки Знайки (3-4 кл): ✓ надо уметь сдерживать себя	Интегрированные уроки по истории, биологии, математике и ОБЖ по материалам книги «Будьте здоровы!» (как не болеть и как не ходить в больницу), под ред. Гусаровой Г.И., Котельникова Г.П.- Самара: ГУСО, «Перспектива». 2007.	
<b>4. Методическая работа с педагогическим коллективом</b>		
Проведение обучающих семинаров ✓ Утомление и переутомление школьника		
МО кл. руководителей: ✓ Формы работы с классом для преодоления вредных привычек учащихся		
Встреча со специалистами центров профилактики здоровья («Центр «Семья»)		

<b>5. Работа с родителями (законными представителями)</b>		
Проведение родительского собрания		
Формирование учебной мотивации обучающихся младшей школы	Влияние конфликтных ситуаций в семье на учебную деятельность подростков	Мотивация учения и пути ее формирования в семье
Индивидуальные консультации		
Встречи родителей (законных представителей) со специалистами Центра «Семья» (по запросу)		
<b>6. Оздоровительная работа</b>		
Общешкольная классный час «Курение: дань моде, привычка, болезнь»		
Занятие «Ребенок в мире вредных привычек»	Конкурс плакатов «Молодежь за здоровый образ жизни»	
Конкурс рисунков «Будь осторожен с огнем»	Школьные соревнования по баскетболу и волейболу	
	Просмотр документального фильма о вреде алкоголизма и курения	
<b>ТРЕТЬЯ ЧЕТВЕРТЬ</b>		
<b>1. Диагностика</b>		
Диагностика школьных трудностей	Склонности к девиантному поведению (курение, алкоголь) Уровень тревожности учащихся	Склонности к девиантному поведению (наркотики и психотропные вещества) Уровень тревожности учащихся
<b>2. Режим учебного процесса</b>		
Контроль освещенности в классах и коридорах		
<b>3. Уроки и здоровье</b>		
Уроки Мойдодыра	Беседы «О вреде курения, алкоголя, наркотиков»	Деловая игра «Умей сказать НЕТ!»
Уроки Айболита	Занятие на тему «Моя уверенность в себе или как сказать «нет»	Лекция «Болен-лечись, а здоров - берегись»
		Мини-сочинение по профилактике зависимого поведения
Интегрированные уроки по истории, биологии, математике и ОБЖ по материалам книги «Будьте здоровы!» (как не болеть и как не ходить в больницу), под ред. Гусаровой Г.И., Котельникова Г.П.- Самара: ГУСО, «Перспектива». 2007.		
<b>4. Методическая работа с педагогическим коллективом</b>		
Проведение обучающих семинаров ✓ профилактика сезонного обострения заболеваемости		

Итоги диагностики склонности к девиантному поведению		
МО класс. руководителей: ✓ Деловые игры по профилактике девиантного поведения и ЗОЖ		
<b>5. Работа с родителями (законными представителями)</b>		
Проведение родительского собрания		
Забота родителей о физическом и гигиеническом воспитании младших школьников	Факторы, влияющие на формирование вредных привычек в подростковом возрасте	Роль семьи в формировании основ здорового образа жизни
Индивидуальные консультации		
<b>6. Оздоровительная работа</b>		
Спортивный праздник, посвященный Масленице		
Ледовая эстафета		
	Соревнования по н/теннису	
<b>ЧЕТВЕРТАЯ ЧЕТВЕРТЬ</b>		
<b>1. Диагностика</b>		
Уровень удовлетворенностью школьной жизнью		
Состояние здоровья на конец учебного года		
<b>2. Режим учебного процесса</b>		
Организация динамических пауз на свежем воздухе		
Экологический субботник		
<b>3. Уроки и здоровье</b>		
Уроки Мойдодыра: ✓ как правильно вести себя на воде	Интегрированные уроки по истории, биологии, математике и ОБЖ по материалам книги «Будьте здоровы!» (как не болеть и как не ходить в больницу), под ред. Гусаровой Г.И., Котельникова Г.П.- Самара: ГУСО, «Перспектива». 2007.	
Уроки Айболита: ✓ первая помощь при травмах	Мозговой штурм «Зачем люди пробуют курить»	Как готовиться к экзаменам
Уроки Знайки: ✓ нехорошие слова, недобрые шутки		
<i>День защиты детей</i>		
<b>4. Методическая работа с педагогическим коллективом</b>		
Проведение обучающих семинаров: ✓ методы релаксации для взрослых и детей		



<b>5. работа с родителями (законными представителями)</b>		
Проведение родительского собрания		
Поощрение и наказание в семье. Словесные воздействия	Роль психологической поддержки семьи в критических жизненных ситуациях	
Информация о работе школьной оздоровительной площадки		
<b>6. оздоровительная работа</b>		
День здоровья		
Спортивная игра «Зарница»		
Игры на свежем воздухе	Турслет	

**Систематически в течение года осуществляется:**

- ✓ работа спортивных секций;
- ✓ контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм;
- ✓ динамические паузы во время занятий;
- ✓ физминутки во время уроков;
- ✓ игры на свежем воздухе и динамические паузы;
- ✓ цикл тематических классных часов;
- ✓ профилактические мероприятия в начальной школе;
- ✓ мониторинг заболеваемости;
- ✓ отслеживание качества и организации горячего питания;
- ✓ инструктирование по ТБ учителей и обучающихся;
- ✓ регулярная дезинфекция помещений

**Взаимодействие:**

В ходе реализации программы складывается сотрудничество со специалистами Центра психолого-медико-социального сопровождения, ГУЗ СО «Ставропольская ЦРБ» амбулатория с. Пискалы, СП «Спектр», СП ДЮСШ, отделом «Материнства и детства» м.р. «Ставропольский, центром «Семья», КЦСОН, ОМВД ПДН Ставропольского района.