

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ СОШ №2

Д.А. Засорин

2022 г.



Программа
«Формирование здорового образа жизни у обучающихся и
персонала МАОУ СОШ №2»
на 2022-2025 г.г.

Сухой Лог

2022

Наименование Программы	«Формирование здорового образа жизни у обучающихся и персонала МАОУ СОШ №2»
Разработчики программы	Учителя физической культуры Заместитель директора по ВР
Цель Программы	Создание благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения здоровья, формирование необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни (ЗОЖ), использование полученных знаний в практике.
Задачи Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1.Осуществление мероприятий по профилактике правонарушений, безнадзорности, формированию здорового образа жизни. 2.Сохранение и укрепление здоровья обучающихся, 3. Формирование потребности вести здоровый образ жизни. 4. Профилактика вредных зависимостей 5. Формирование у учащихся необходимых знаний, умений, навыков и мотивов, связанных с сохранением и укреплением и развитием индивидуального здоровья. 6. Направленное осознание имеющихся личных ресурсов, способствующих формированию здорового образа жизни безопасного и ответственного поведения.
Сроки и этапы реализации	Программа рассчитана на 2022-2025 годы
Ожидаемые конечные результаты Программы	Разработка эффективных механизмов совместной деятельности различных секторов воспитательной системы школы

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

профилактической программы «Формирование здорового образа жизни обучающихся и персонала
МАОУ СОШ №2»

1. Профилактическая работа образовательного учреждения

Проблемы сохранения здоровья обучающихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья - физического, психического и духовного - очень актуальны сегодня. Следует обеспечить обучающемуся возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, экологическую культуру, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

В основу программы **Формирование здорового образа жизни обучающихся и персонала МАОУ СОШ №2»**

положены принципы:

- *актуальности*. Он отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем обучающихся и персонала школы, гигиеническими, культурными, социальными нормами и ценностями; обеспечивает знакомство учащихся с наиболее важной гигиенической информацией;
- *доступности*. В соответствии с этим принципом младшим школьникам предлагается оптимальный для усвоения объем информации, который предполагает сочетание изложения гигиенической информации теоретического характера с примерами и демонстрациями, что улучшает его восприятие. Предусматривает использование ситуационных задач с необходимостью выбора и принятия решения, ролевых игр, информационного поиска, рисования, моделирования драматических сцен.
- *положительного ориентирования*. В соответствии с этим принципом уделяется значительное внимание позитивным, с точки зрения здоровья, стилям жизни, их благотворному влиянию на здоровье. Реализация данного принципа, т.е. показ положительных примеров, более эффективна, чем показ отрицательных последствий негативного в отношении здоровья и поведения;
- *последовательности*. Он предусматривает выделение основных этапов и блоков, а также их логическую преемственность в процессе его осуществления;
- *системности* определяет постоянный, регулярный характер его осуществления, что позволяет усвоить знания, имеющие отношения к здоровью, в виде целостной системы;
- *сознательности и активности* направлен на повышение активности учащихся в вопросах здоровья, что возможно только при осознании ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих. Этот принцип выступает в качестве основополагающего для изучения форм поведения и стилей жизни..

Перед школой стоит множество целей и задач, связанных с организацией и совершенствованием воспитательного процесса. Основные направления, требующие повышенного внимания являются:

1. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса

- обновление и пополнение нормативно-правовой базы школы;
- обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических норм при организации образовательного процесса, норм по охране труда и технике безопасности;
- обеспечение здоровьесберегающего режима работы школы;
- обеспечение оптимального режима двигательной активности учащихся;

2. Инструктивно-методическая работа с обучающимися, родителями(представителями, их заменяющими) и персоналом школы.

- организация семинаров для педагогов школы;
- организация родительского всеобуча;
- викторины для учащихся на темы о здоровом образе жизни и его приоритетах;
- проведение инструктажей по технике безопасности, охране труда, противопожарной безопасности и учебных тренировок.

3. Учебно-воспитательная работа.

- использование на уроках и во внеурочной деятельности здоровьесберегающих технологий;
- разработка тематики классных часов по ЗОЖ;
- организация работы спортивных кружков и секций школы;

4. Профилактика и коррекция здоровья.

- физкультминутки, зарядка для глаз;
- проведение дней здоровья;
- проведение и участие в спортивно-массовых мероприятиях;
- внедрение комплекса ГТО

5. Методы реализации

Для реализации программы используются следующие методы работы:

- групповые развивающие занятия;
- беседы;
- лекции;
- ролевые игры;
- педагогические совещания;
- родительские собрания;
- тестирование;
- анкетирование;
- уроки профилактической направленности.
- беседы
- конкурсы

СИСТЕМА ОРГАНИЗАЦИИ И КОНТРОЛЯ ЗА ВЫПОЛНЕНИЕМ МЕРОПРИЯТИЙ ПРОГРАММЫ.

Классные руководители представляют отчёты по итогам работы за год зам. директора по ВР и выделяют в своих отчетах раздел «Формирование ЗОЖ у обучающихся»

Итоговый отчёт и анализ о реализации программы зам директора по ВР предоставляет директору ОУ на итоговом педсовете.

ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ.

Приоритетным направлением деятельности программы является сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Программа включает шесть разделов «Организация здоровьесберегающего образовательного процесса», «Гигиеническое, санитарно – просветительское воспитание учащихся, профилактика вредных зависимостей», «Физкультурно – массовая оздоровительная работа», «Профилактика травматизма», «Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)» Она также предусматривает деятельность по наблюдению, тестированию. На основе полученных данных делаются выводы, планируется дальнейшая деятельность.

В разделе «Организация здоровьесберегающего образовательного процесса» предусматривается деятельность, направленная на обновление и пополнение нормативно-правовой базы школы, 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.

Итогом деятельности по этому разделу является издание локальных актов ОУ, составление списков учащихся.

Раздел «Контроль за соблюдением санитарно- гигиенического режима в школьном учреждении» включает работу по соблюдению санитарно- гигиенического режима в школьном учреждении.

Итогом деятельности по этому разделу является введение оптимального режима труда и отдыха учащихся в соответствии с СанПиНом.

Раздел «Гигиеническое, санитарно – просветительское воспитание учащихся» направлен на организацию санитарно – просветительской деятельности с учащимися и их родителями.

Итогом деятельности по этому разделу является сформированность отношения детей и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.

Раздел «Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)» подразумевает реализацию превентивных программ, анкетирование учащихся по выявлению склонностей к вредным привычкам, проведение родительских собраний, тематических бесед, классных часов, общешкольных мероприятий.

Итогом деятельности по этому разделу является повышение уровня профилактической работы, отсутствие в ОУ учащихся, употребляющих алкоголь, ПАВ, курящих.

Раздел «Физкультурно – массовая оздоровительная работа» предусматривает организацию работы по вовлечению учащихся и педагогов в занятия физкультурой и спортом, пропаганды здорового образа жизни.

Итогом деятельности по этому разделу является 100% вовлечение учащихся в проведение культурно – массовых мероприятий на уровне школы, участие в районных мероприятиях.

Раздел «Профилактика травматизма» включает занятия по изучению ПДД, профилактике травматизма, проведение инструктажей по ТБ.

Итогом деятельности по этому разделу является отсутствие случаев травматизма, ДТП с участием учащихся.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса			
1.1	Составление паспортов классов: - учащихся группы риска; - социально-опасных; - многодетных семей; - малообеспеченных семей; - неполных семей; - детей с заболеваниями	Начало учебного года сентябрь	Зам. по ВР, классные руководители
1.2.	Анализ посещаемости и пропусков занятий	В течение года	классные руководители, Зам. Директора по УВР
1.3	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья обучающихся; - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил техники безопасности, противопожарной безопасности и охраны труда	В течение года	Директор
1.4	Оформление листков здоровья в классных журналах. Комплектация на их основе физкультурных групп.	Сентябрь	Классные руководители, учителя физической культуры
1.5	Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон); организация дежурства.	В течение года	зав. кабинетами, заведующий хозяйством
1.6	Эстетическое оформление классов, школы	Постоянно	заведующие кабинетами,
1.7	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Ежегодно сентябрь - январь	Диспетчер по расписанию
1.8	Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям законодательства	Ежегодно	Директор, заведующие кабинетами
1.9.	Применение разнообразных форм проведения уроков	Постоянно	учителя - предметники
1.10.	Ведение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни (ОБЖ, физическая культура, КБЖ, биология)	В течение учебного года	учителя - предметники
1.11	Проведение мероприятий по охране зрения учащихся	Ежедневно	Учителя - предметники
2. Контроль соблюдения санитарно - гигиенического режима в школьном учреждении			
2.1	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Постоянно	Директор, техперсонал
2.2.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований Сан ПиНа)	В течение года	Диспетчер по расписанию
2.3	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: - проветривание; - освещение; - отопление; - уборка	ежедневно	Заведующий хозяйством
2.4	Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности в школе	Постоянно	Директор
2.5	Содержание в исправности всех средств	Постоянно	заведующий хозяйством

	пожаротушения		
2.6	Организация ремонта учебных кабинетов	Май-июнь	заведующий хозяйством
2.7.	Подготовка актов по приемке школы к новому учебному году	Июль-август	заведующий хозяйством
2.8.	Приемка школы к новому учебному году	Июль-август	Директор
2.9.	Проведение учебных пожарных эвакуаций	По графику	Директор, Ответственный за безопасность
2.10	Приобретение сантехнического оборудования, люминесцентных и электрических ламп	В течение года	заведующий хозяйством
2.11	Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов	В течение года	Зав. кабинетом
2.12	Приобретение моющих и чистящих средств	постоянно	заведующий хозяйством
2.13	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов	Август-сентябрь	Директор школы, заведующий хозяйством
2.14	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по технике безопасности в учебных кабинетах	по плану школы	Администрация школы
2.15.	Разработка плана мероприятий по охране труда и технике безопасности в школе	Июнь	Ответственный за охрану труда в школе
2.16.	Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий	Постоянно	Директор, техперсонал
2.17.	Организация дежурств педагогов по школе	Постоянно	Классные руководители, зам. Директора по ВР
2.18.	Оборудование и обновление уголков здоровья	1 раз в квартал	Медицинские работники
2.19	Разработка и размещение стенда о здоровом питании	В течение года	Медицинские работники
3. Гигиеническое, санитарно – просветительское воспитание учащихся, профилактика вредных зависимостей			
3.1.	Проведение бесед, классных часов по ЗОЖ	В течение года	Классные руководители
3.2.	Пропаганда литературы по здоровому образу жизни	В течение года	Библиотекарь, классные руководители
3.4	Результаты анкетирования учащихся по выявлению склонностей учащихся к вредным привычкам. Корректировка планов воспитательной работы.	Ежегодно	Зам. директора по ВР, педагог-психолог
3.5.	Участие в проведении Международного дня борьбы со СПИДом, Международного дня борьбы с курением, в Областного Дня трезвости	Согласно плану воспитательной работы	Зам. директора по ВР, классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог
3.6	Проведение акций, направленных на пропаганду ЗОЖ	Ежегодно	Зам. директора по ВР, вожатский отряд
3.7	Тематические классные часы	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители, медицинские работники
3.8	Тематические родительские собрания по ЗОЖ	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители, медицинские работники
3.9	Проведение профилактических бесед о вреде курения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств	В течение учебного года	классные руководители, зам. директора по ВР, социальный педагог, медицинские работники
3.10	Конкурсы, викторины по ЗОЖ	Согласно плану воспитательной работы	Зам. директора по ВР, классные руководители

4. Физкультурно – массовая оздоровительная работа			
4.1	Проведение субботников	Сентябрь, апрель	Классные руководители
4.2	Проведение Дней здоровья	1 раз в четверть	Учителя физической культуры, классные руководители, зам. директора по ВР
4.3	Проведение Веселых стартов	Согласно плану воспитательной работы	Учителя физической культуры, классные руководители, зам. директора по ВР
4.4	Внедрение физкультурно –оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне»	В течение года	Учителя физкультуры
4.5	Проведение Дня защиты детей	апрель	Учителя физической культуры, классные руководители, ответственный за безопасность зам. директора по ВР
4.6	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива	Постоянно	Директор школы, медицинские работники
4.7	Организация физкультурно-оздоровительной группы из числа педагогов школы	В течение года	Учителя физкультуры, зам. директора по ВР
4.8	Разработка комплекса упражнений для занятий утренней гимнастикой педагогов и обучающихся школы	В течение учебного года	Учитель физической культуры
4.9	Участие обучающихся и педагогов школы в «Кроссе наций»	сентябрь	Учителя физической культуры
4.10	Участие педагогов школы в туристическом слете «Школа безопасности»		
4.11	Участие обучающихся и педагогов школы в соревновании «Лыжня России»	февраль	Учителя физической культуры
5. Профилактика травматизма			
5.1	Проведение вводного, первичного на рабочем месте, повторного целевого инструктажей с персоналом школы	В течение года	Ответственный за профилактику травматизма
5.2	Подготовка учебных кабинетов к началу учебного года, выполнение санитарно-гигиенических требований к учебным занятиям	Август	Заведующий хозяйством, зав. кабинетами
5.3	Целевые инструктажи с педагогами школы перед проведением массовых мероприятий	В течение года	Ответственный за профилактику травматизма
5.4	Беседы с учащимися по предупреждению дорожного травматизма перед школьными каникулами	В течение года	классные руководители
5.5	Оформление в классах уголков по профилактике травматизма, создание папки методической литературы по обучению дорожной безопасности	В течение года	классные руководители
5.6	Рассмотрение вопроса о профилактике дорожного травматизма на родительском собрании	в течение учебного года	Зам. директора по ВР, классные руководители

5.7	Реализация программы ДО «Юный инспектор дорожного движения»	1 раз в четверть	преподаватель-организатор ОБЖ, классные руководители
5.8	Занятия по профилактике дорожного травматизма на уроках ОБЖ и КБЖ	в течение учебного года	учитель ОБЖ
5.9	Проведение бесед сотрудниками ГИБДД	По плану ГИБДД	Зам. директора по ВР
5.10	Открытые уроки «Профилактика травматизма на железнодорожном транспорте» для учащихся 5- 11 классов	1 раз в полугодие	учитель ОБЖ
5.11	Участие в профилактических акциях «Внимание - дети!»	В течение учебного года	Руководитель ЮИД
5.12	Участие в профилактической акции «Горка»	Декабрь, январь, февраль,	Руководитель ЮИД, классные руководители
5.13	Родительские собрания с включением вопросов по профилактике травматизма	декабрь	Зам. директора по ВР, классные руководители
5.14	Проведение встреч с сотрудниками МЧС	в течение учебного года	Зам. директора по ВР, учитель ОБЖ
5.15	Проведение Месячника защиты от ЧС (по отдельному плану)	Сентябрь-октябрь	Ответственный за безопасность
5.16	Инструктажи по соблюдению правил пожарной безопасности с обучающимися	в течение учебного года , 1 раз в четверть	Зам. директора по ВР, учитель ОБЖ, классные руководители
5.17	Учебные эвакуации учащихся и сотрудников школы для отработки навыков при возникновении ЧС	1 раз в квартал	Ответственный за безопасность
5.18	Беседа «Правила поведения на улице во время зимних каникул»	Декабрь	учитель ОБЖ, классные руководители, ответственный за безопасность
5.19	Беседы с обучающимися «Профилактика ожогов, переломов, повреждения связочного аппарата локтевого сустава, ушибов, падений, повреждения острыми предметами, термического воздействия, укусы животных»	В течение учебного года	учитель ОБЖ, классные руководители