

«Утверждаю»
Директор ГБНОУ «Спортивный интернат
«Чертаново» Москомспорта
/Н.Ю.Ларин/
Приказ № 627 от 07.11.2018 г.
Протокол №6 от 25.10.2018 г.



Программа «Здоровьесбережение»
ГБНОУ «Спортивный интернат «Чертаново» Москомспорта

«Утверждаю
Директор ГБНОУ «Спортивный интернат
«Чертаново» Москомспорта
_____/Н.Ю.Ларин/
Приказ № 627 от 07.11.2018 г
Протокол №6 от 25.10.2018 г.

Программа «Здоровьесбережение»

ГБНОУ «Спортивный интернат «Чертаново» Москомспорта

Пояснительная записка

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования и основного общего образования являются:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от - 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» с изменениями от 24.11.2015 №81.
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования (письмо Минобрнауки РФ от 26.06.2003 г. № 23-51-513/16);
- Об увеличении двигательной активности обучающихся ОУ (письмо Минобрнауки РФ от 28.04.2003 № 13-51-86/13);
- О мерах по улучшению охраны здоровья детей в РФ (приказа Минобрнауки, Минздрава РФ от 31.05.2002 № 176/2017);
- Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002);

Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

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

Цель и задачи программы.

Цель: создать условия для формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

Задачи:

- формирование представления об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью;
- формирование установки на использование здорового питания;
- формирование представления о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности;
- формирование знаний негативных факторов риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
- использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- обучение элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- формирование навыков позитивного коммуникативного общения;
- формирование потребности ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Участники программы:

учащиеся;
педагогическое сообщество;
родители;
социальные партнеры:
СДЮШОР
Школьная столовая.
Школьная библиотека.

Сроки и этапы реализации программы:

1 этап – подготовительный (2015 – 2016гг.):

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

2 этап – апробационный (2016 – 2018гг.):

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

3 этап - контрольно-обобщающий (январь 2019 – май 2019гг.):

- сбор и анализ результатов выполнения программы;
- коррекции деятельности.

Основные направления реализации программы

В числе приоритетных направлений выделены:

1. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры.

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. В школе работает столовая, позволяющая организовывать горячие завтраки и обеды в урочное время, имеется спортивный зал, спортивная площадка.

2. Рациональная организация образовательного процесса

Организация образовательного процесса строится с учетом гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (контроль объёма д.з., экспертиза СЭН расписания уроков).

В образовательном процессе применяются здоровьесформирующие 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. При обучении педагогами применяются методы, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся.

В школе соблюдаются все требования к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

Организация физкультурно-оздоровительной работы .

Система физкультурно-оздоровительной работы направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития. Сложившаяся система включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися на уроках физкультуры;
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего и основного общего образования;
- целенаправленная работа по антитеррористической защищенности учащихся (учения по эвакуации при возникновении пожаров, чрезвычайных ситуаций);
- организацию занятий по лечебной физкультуре;
- организацию динамических пауз на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, походов);
- организация летних оздоровительных лагерей при школе.

Организация информационно-просветительской работы

Складывающаяся система работы с родителями (законными представителями) по вопросам охраны и укрепления здоровья детей направлена на повышение их уровня знаний и включает:

- проведение родительских лекториев по проблемам адаптации детей на разных возрастных этапах, родительских собраний по результатам обследований;
- привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;
- оформленные информационные стенды: «Безопасность дорожного движения», «По пожарной безопасности»;
- представление на школьном сайте рекомендаций для родителей по сохранению детского здоровья;
- проведение развивающих занятий психолога школе;

- проведение педагогических семинаров по проблемам здоровья и развития учащихся;
- использование наглядной агитации: выпуск стенгазет, оформление уголков здоровья в классных комнатах и др.

Содержание программы.

Основополагающие приоритеты Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни следующие:

Индивидуально-дифференцированный подход – основное средство оздоровительно-развивающей работы с обучающимися. Опираясь на индивидуальные особенности, педагог всесторонне развивает ребенка, планирует и прогнозирует его развитие.

Двигательные способности ребенка, функциональные возможности организма развиваются в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий на основе принципа учета возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.

Общеметодические принципы — это основные положения, определяющие содержание, организационные формы и методы учебного процесса в соответствии с общими целями здоровьесберегающих образовательных технологий.

Принцип сознательности и активности — нацеливает на формирование у школьников устойчивого интереса к познавательной деятельности.

Принцип активности — предполагает у учащихся высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.

Принцип наглядности — обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств человека к процессу познания.

Принцип систематичности и последовательности проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала.

Большое внимание уделяется принципу всестороннего и гармонического развития личности. Он содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое развитие личности ребенка.

Принцип активного обучения, заключающийся в повсеместном использовании активных форм и методов обучения (обучение в парах, групповая работа, игровые технологии и др.).

Принцип связи теории с практикой призывает настойчиво приучать учащихся применять свои знания по формированию, сохранению и укреплению здоровья на практике, используя окружающую действительность не только как источник знаний, но и как место их практического применения.

Гимнастика перед занятиями (утренняя физзарядка), которой начинается образовательный процесс в школе.

Учитель, принимая во внимание климатические условия, проводит физические занятия на открытом воздухе, которые повышают работоспособность, содействуют общему закаливанию организма. Постоянными являются также динамические паузы на уроках, во время которых выполняется несколько упражнений, предупреждающих или уменьшающих переутомление. Смена деятельности помогает поддерживать высокую работоспособность.

Применение в образовательном процессе разнообразных форм (групповых, индивидуальных и массовых). В начальной школе особая роль принадлежит массовым формам. Они дают возможность организовать внеклассное занятие, в подготовке и проведении которого принимает участие весь классный коллектив. Совместная деятельность вовлекает учащихся в социально- ценностные отношения.

Формы организации внеклассной спортивно-массовой работы в школе: спортивные праздники и соревнования; физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме школьного дня: динамические паузы на уроках, игры и физкультурные упражнения на

переменах развивают двигательную активность детей, формируют у обучающихся гигиенические умения, навыки и полезные привычки.

Планируемые результаты:

- Повышение функциональных возможностей организма обучающихся. Развитие физического потенциала школьников;
- Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников;
- Повышение приоритета здорового образа жизни;
- Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- Повышение уровня самостоятельности и активности школьников;
- Сформированность системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- Стабильность показателей физического и психического здоровья детей;
- Сокращение количества уроков, пропущенных по болезни;
- Рост числа учащихся, занимающихся в спортивных секциях, кружках по интересам;
- Высокий уровень сплочения детского коллектива;
- Активное участие родителей в делах класса;
- Способность выпускника школы соблюдать правила ЗОЖ.

Оценка эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: состояния здоровья, динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости обучающихся и т.п.

Развиваемые у учащихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы, в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья; анкеты для родителей «Здоровье ребенка», «Можно ли ваш образ жизни назвать здоровым?»; для учащихся «Значимость здоровья в системе ценностей», «Сформированность навыков личной гигиены»).

Модель личности ученика.

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

Для этого создана прогнозируемая модель личности ученика:

<i>Модель выпускника первой ступени обучения</i>	<i>Модель выпускника второй ступени обучения</i>	<i>Модель выпускника третьей ступени обучения</i>
- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;	- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены;	- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;
- владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.	- владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.	- убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей
	- знание основ строения и функционирования организма человека;	

	<ul style="list-style-type: none"> - знание изменений в организме человека в пубертатный период; - умение оценивать свое физическое и психическое состояние; - знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; - поддержание физической формы; - телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости; - гигиена умственного труда. 	<ul style="list-style-type: none"> жизни вредных привычек; - знание различных оздоровительных систем; - умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; - способность вырабатывать индивидуальный образ жизни; - гигиена умственного труда.
--	---	---

Модель формирования здоровьесберегающей среды в учреждении с учетом индивидуального подхода к обучающимся

СУБЪЕКТЫ			
Обучающийся	Члены семьи обучающегося	Педагоги	Привлеченные специалисты и организации
ЦЕННОСТИ			
Осознание причин своих личностных, и других переживаний, особенностей формирования межличностных отношений	Осмысление мотивов, потребностей, устремлений, установок, отношений, особенностей поведения и эмоционального реагирования ребенка	Открытие системы ценностей подростка внутреннего происхождения	Достижение соответствия между декларируемыми и реально-действующими ценностями
ЦЕЛЬ			
Сохранение и укрепление здоровья обучающихся			
ЗАДАЧИ			
Осознание ценности здоровья и активно-познавательное стремление к его совершенствованию, индивидуальная информированность и способность принимать ответственные решения, определяющие структуру и качество	Удовлетворение потребностей обучающегося в здоровом образе жизни, формирование потребности в соблюдении элементарных гигиенических норм и правил, выведение подростка в режим саморазвития,	Сохранение и развитие здоровья обучающегося при его оптимальной трудоспособности и социальной активности, формирование системы умений и здоровьесформирующих технологий и стратегий	Формирование доминантной установки на восприятие позитивных сторон реальности и защиту от негативных влияний среды.

жизни	самовоспитания		
ФУНКЦИИ			
Самореализации	Психофизиологическая	Эстетически-познавательная	Психотерапевтическая
АСПЕКТЫ			
Личностный	Командный	Образовательный	Деятельностный
ФОРМЫ			
Консультации, беседы, инструктажи, тренинги, семинары-практикумы, дни открытых дверей, конференции			
РЕЗУЛЬТАТЫ (с позиций трех уровней отношения обучающегося к своему здоровью)			
Когнитивный	Эмоциональный	Поведенческий	
Позитивное отношение обучающегося к себе, самоуважение	Формирование дифференцированных обобщенных знаний о себе в процессе деятельности и общения с окружающими	Включенность в культурно-оздоровительную деятельность	

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

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

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

Основные направления деятельности программы:

1. Медицинское направление предполагает:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- реабилитационную работу;
- обязательное медицинское обследование;

2. Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;

- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганду здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, конкурсы рисунков, плакатов, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма).

3. Психолого-педагогическое направление предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля.

4. Диагностическое направление предполагает:

- 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, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
- режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.

Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесберегающие экологические технологии, направленные на создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой (зеленые растения в классах, рекреациях);
- 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.

Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Методического совета школы;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

Реализация основных направлений программы:

1. Убеждение учащихся, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.

3. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.
4. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах.
5. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.
6. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.
7. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
8. Создание комфортной атмосферы в школе и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.

Применение разнообразных форм работы:

1. Учет состояния детей:

- учет посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

- индивидуальные занятия;
- дни здоровья.

План деятельности по реализации программы

№	мероприятия	Ответственные исполнители	сроки	Планируемый результат и выполнение
1.	Просветительское направление			
1.1.	Организация просветительской работы с родителями по ЗОЖ (лекторий).	Учителя, классные руководители, учитель ОБЖ	ежегодно	график проведения и тематика лектория
1.2.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
1.3.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
1.4.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»	заместитель директора	ежегодно	протокол педсовета
1.5.	Организация	учителя,	ежегодно	план работы

	просветительской работы с учащимися	классные руководители, учитель ОБЖ		
1.6.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	Администрация школы	ежегодно	план работы
2.	Психолого-педагогическое направление.			
2.1.	Организация психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.2.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе.	классные руководители	ежегодно	диагностические исследования
2.3.	Конференция по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения»	заместитель директора	ежегодно	материалы конференции
2.4.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	преподаватели	ежегодно	планы уроков
2.5.	Выявление группы риска по социальной дезадаптации, устранения негативного влияния.	Классный руководитель	ежегодно	план работы

**Здоровьесберегающая деятельность педагогического коллектива
ГБНОУ Спортивный интернат «Чертаново» Москомспорта**

органы управления	мероприятия программы	Сроки выполнения		
		2016–2017гг.	2017 – 2018гг.	2018 – 2019гг.
Административный Совет	1. Создание временной творческой группы по разработке Программы здоровьесбережения	Май		
	2. Анализ результатов	После		

	медицинского осмотра участников образовательного процесса.	прохождение осмотра		
	3. Анализ влияния состояния здоровья учащихся на уровень обученности.	Май	Май	май
	4. Анализ дозировки учебной нагрузки: учебные планы; график контрольных работ.	Сентябрь	сентябрь	сентябрь
	5. Итоговый анализ состояния здоровья учащихся.	май	май	май
Педагогический Совет	1. Обсуждение и принятие Программы здоровьесбережения	август		
	2. Использование здоровьесберегающих технологий.		январь	апрель
Методический Совет	1. Обсуждение Программы здоровьесбережения	сентябрь		
	2. Составление плана работы с учетом внедрения здоровьесберегающих технологий.	август	август	август
	3. Разработка критериев уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования.	октябрь		
	4. Мониторинг влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний по предметам.	апрель	апрель	апрель

Рекомендованные мероприятия программы «Здоровьесбережение» на 2016-2019 гг.

2 класс.
«Здоровый второклассник»

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
Классные часы по программе здоровьесбережения				

1.	Осенний калейдоскоп (беседа о здоровой и полезной пище)	Пробудить заботу о здоровье, осознать важность правильного питания	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Как сохранить зрение (беседа)	Познакомить с причинами глазных болезней и их профилактикой, разучить упражнения для профилактики глазных заболеваний	Октябрь	Классный руководитель
3.	Детские забавы (спортивно – развлекательный час)	Развивать спортивные способности у детей	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Семь С (спортивные состязания)	Развивать силу, скорость, сообразительность, сноровку, смекалку, сплоченность и т.д.	Декабрь	Классный руководитель
5.	Растения и человек (интегрированный классный час)	Познакомить с понятием «кожа» и ее функциями, с правилами ухода за кожей с помощью лечебных растений	Январь	Классный руководитель
6.	Кулинарное путешествие по Простоквашино (инсценировка сказки)	Рассказать о пользе каши для здоровья, познакомить с традициями блюд русской кухни	Февраль	Классный руководитель
7.	Поешь рыбки – будут ноги прытки (игра-конкурс)	Формировать представления о полезных свойствах рыбных блюд	Март	Классный руководитель
8.	Кулинарные традиции моей семьи (разработка проектов)	Формировать навыки сбора данных и оформления проектов	Апрель-май	Классный руководитель

3 класс.

«Здоровая пища третьеклассника»

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
Классные часы по программе здоровьесбережения				
1.	Цена ломтика (беседа)	Расширить знания о пользе, ценности хлеба, воспитывать чувство бережного отношения к хлебу	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Правила поведения в столовой (занятие – практикум)	Добиться уяснения учащимися правил поведения в столовой,	Октябрь	Классный руководитель

		проработать правила хорошего тона за столом		
3.	Это удивительное молоко (занятие-исследование)	Расширить знания о пользе молока, молочных продуктов	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков (игра)	Расширить знания о вреде данных продуктов	Декабрь	Классный руководитель
5.	Самые полезные продукты (театрализованный классный час)	Учить выбирать самые полезные продукты	Январь	Классный руководитель
6.	Что надо есть, если хочешь стать сильнее (беседа)	Формировать представление о связи рациона питания и здорового образа жизни	Февраль	Классный руководитель,
7.	Где найти витамины весной (игра-путешествие по станциям)	Познакомить со значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека	Март	Классный руководитель
8.	День рождения Зелибобы (герой улицы Сезам)	Закрепить полученные знания о правильном питании	Апрель	Классный руководитель
9.	Секреты поваренка (круглый стол)	Формировать представление о последствиях неправильного питания для организма	Май	Классный руководитель

4 класс.
«В четвертый класс со здоровьем»

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
Классные часы				
1.	Учись быть здоровым (игра)	Способствовать осознанию необходимости бережного отношения к своему организму	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Здоровяк предупреждает (игра – КВН)	Формировать у учащихся представления о том,	Октябрь	Классный руководитель

		что здоровье – главная ценность в жизни		
3.	Кулинарные обычаи (игра – путешествие)	Закрепить знания о законах здорового питания	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Питание и красота (кулинарный практикум)	Воспитывать культуру питания	Декабрь	Классный руководитель
5.	Спортивно – массовое мероприятие «Зимние забавы»	Формировать стремление к здоровому образу жизни	Январь	Классный руководитель, родители
6.	Удивительные превращения колоска (занятие – беседа)	Закрепить знания учащихся о значимости хлеба в рационе питания, прививать бережное отношение к хлебу	Февраль	Классный руководитель
7.	Волк и семеро козлят на валеологический лад (музыкально-спортивный праздник)	Развивать ловкость, быстроту, скорость и других двигательных качеств	Март	Классный руководитель
8.	Кафе «Здоровейка» (разработка проектов)	Формировать у детей привычку правильно питаться	Апрель	Классный руководитель
9.	Кафе «Здоровейка» (защита проектов)		Май	Классный руководитель

5 класс
«Здоровье – это здорово!»

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Сочинение-рассуждение «Что такое здоровье?»	Кл. час «Как живешь, пятиклассник?» Поход в бассейн Конкурс рисунков о здоровье	Диаграмма «Мои жизненные ценности» (1 этап)	ПДД. Дорожные «ловушки» Поход в бассейн
2	Классный руководитель, по возможности психолог	Сопровождение адаптационного процесса		Психологический тренинг «Ребята, давайте жить дружно!»	Психологическое занятие «Дружеский десерт»
		Проведение дней психологической адаптации	Адаптационная игра «Правила трех С –		

		Игра «Наши учителя»	сотрудничество, сочувствие, самоконтроль»		
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Природоведение. «Закаливание организма» «Питание и здоровье человека». «Роль режима труда и отдыха в сохранении здоровья человека» 5 класс. Литература. Урок «Устное народное творчество. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающие употребление спиртного), 5 класс.			
4	Классный руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Мониторинг санитарно-гигиенических условий Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Составление кроссвордов о здоровье «Веселая минутка», 5 – 6 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11 кл.
5	Классный руководитель и родители	Психологическая беседа «Особенности адаптационного периода»	Психологическая беседа «Трудности приспособления к темпу школьной жизни и их причины»	Собрание «Как сохранить здоровье ребенка?»	Родительское собрание «Семейное воспитание и здоровье наших детей»
6	Классный руководитель (педагоги дополнительного образования)	Конкурсная программа «Посвящение в пятиклассники»	Беседа «Остановись у преступной черты»	Беседа «Чума XX века – СПИД»	Сказка «Репка» о вредных привычках
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

6 класс

«Здоровье – это спорт!»

№	Сотрудничество	Учебные четверти
---	----------------	------------------

п/п		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Кл. час. «Здоровое питание»	Кл. час «Хорошие и плохие привычки» Поход в бассейн	Беседа «Чистота – залог здоровья»	Викторина «Я выбираю жизнь»
2	Классный руководитель, по возможности психолог	Анкетирование «Это сладкое слово «успех»	Анкетирование «Хорошие и плохие привычки»	Тренинг «Привычки и воля»	Игра по развитию толерантности «Волшебный кристалл»
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Биология. Урок «Особенности высшей нервной деятельности» (физиология труда, нагрузки, профилактика переутомления), 6 класс. Литература. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающие употребление спиртного) Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1- 11кл.			
4	Классный руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Составление кроссвордов здоровье «Веселая минутка», 5 – 6 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.
5	Классный руководитель и родители	Круглый стол «Первые проблемы подросткового возраста» (психолог)	Собрание «Компьютер в жизни школьника»	Родительское собрание «Физическое развитие школьников»	Лекторий «Здоровая семья – здоровый образ жизни»
6	Классный руководитель и педагоги дополнительного образования	Беседа инспектора КДН «Разрешение конфликтов без насилия»	И снова о вреде курения	Беседа инспектора КДН «Уголовная ответственность несовершеннолетних»	Дискуссия «Согласны ли вы с тем, что в жизни надо пробовать все?»
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

7 класс

«Здоровье – это победа над собой!»

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный	Диаграмма	Поход в бассейн	Практикум «Как	Поход в бассейн

	руководитель	«Мои жизненные ценности» (2 этап)	Кл. час «Если хочешь быть здоров	бороться с конфликтами»	Беседа «Что для меня ценно?»
2	Классный руководитель и педагог-психолог	Беседа с элементами анкетирования «Как я отношусь к себе, и как ко мне относятся другие»	Психологическая игра «на пути к образованному человеку»	Классный час «Конфликты и пути их разрешения»	Тренинг «Как подготовиться к экзаменам и сохранить здоровье?»
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Физика. Урок. Трение в природе и технике (поведение в гололедицу) Физика. Урок. Способы увеличения и уменьшения давления (правила поведения на болотистой местности, льду, рыхлом снегу; правила обращения с колюще-режущими предметами). Физика. Урок. Атмосферное давление. Барометр – aneroid (влияние атмосферного давления на жизнедеятельность человека) Физика. Урок. Плавание тел (правила поведения на воде) Биология. Урок «Профилактика нервных и психических заболеваний. Наркотики. Алкоголизм»			
4	Классный руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11 кл.
5	Классный руководитель и родители	Дискуссия «Пока не поздно! Права и обязанности родителей, права и обязанности ребенка»	Собрание «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»	Лекторий «Подготовка к взрослости» Беседа «Навыки сохранения зрения»	Собрание «Положительные эмоции в жизни человека» (психолог)
6	Классный руководитель и педагог-организатор, ПДО	Беседа «Алкоголь и его влияние на организм подростка»	Беседа инспектора КДН «Шалость. Злонамеренный проступок. Вандализм»	Беседа «Токсикомания».	История о вредных привычках
7	Классный руководитель и учитель физической	День здоровья	День здоровья	День здоровья «Ледовые забавы»	День здоровья

	культуры				
--	----------	--	--	--	--

8 класс
«Здоровье – это умение общаться!»

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Театрализованная игра «Суд над сигаретой»	Беседа «Мои проблемы»	Кл. час «Я хочу пожелать вам: «Здравствуйте!»	Вопросы для викторины по СПИДу
2	Классный руководитель, по возможности психолог	Урок толерантности «Толерантность к проявлению чувств к другим людям»	Тренинг «В гармонии с собой и окружающими»	Классный час «Эмоции и чувства. Их влияние на здоровье человека»	Анкета «Насколько ты эмоционален»
3	Классный руководитель и учителя-предметники	<p>Физика. Урок. КПД теплового двигателя (экологические проблемы, возникающие при использовании тепловых двигателей)</p> <p>Физика. Уроки. Сила тока. Единицы силы тока. Напряжение. Единицы напряжения. (опасные для жизни человека значения силы тока и напряжения).</p> <p>Физика Урок. Электрические нагревательные приборы. Короткое замыкание предохранители. (правила обращения с электрическими приборами, опасности короткого замыкания, перегрузки электрических сетей).</p> <p>Биология. Урок «Факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье», 8 класс.</p> <p>Литература. Урок. Н.В.Гоголь «Ревизор» (опьянение Хлестакова), 8 класс.</p>			

		Проведение профилактических прививок.			
4	Классный руководитель и медицинские работники	Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся Беседа мед. работника «Последствия ранних половых связей и беспорядочной половой жизни для здоровья женщины»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ».	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья».	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11 кл.
5	Классный руководитель и родители	Собрание «Не дай нам Бог судьбу ребенка увидеть на конце иглы»	Беседа «В здоровом теле – здоровый дух!»	Психологическая беседа с результатами исследования «Агрессия: ее причины и последствия»	Родительское собрание «Ребенок становится трудным» (социальный педагог)
6	Классный руководитель и педагоги дополнительного образования	Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!»	Беседа инспектора КДН «Юридическая ответственность за злоупотребление ПАВ»	«Наркотики – мой яд!»	Анкета: употребление алкоголя, сигарет, наркотиков.
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

9 класс

«Здоровье – это жизнь!»

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Беседа «Законы жизни».	Анкета информированности по вопросам ВИЧ – СПИДа	Беседа для девочек «Влияние стиля жизни на репродуктивное здоровье женщины»	Игра «Степень риска»

2	Классный руководитель, по возможности психолог	Классный час с элементами тестирования «Лидер на все времена»	Классный час с элементами тестирования «Стрессоустойчивость»	Тренинг «Уверенность» (подготовка к экзаменам, повышение самооценки)	
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	<p>Физика. Урок. Перемещение при прямолинейном равноускоренном движении (опасности на проезжей части, тормозной путь автомобиля).</p> <p>Физика Урок. Электромагнитное поле. Электромагнитные волны (защита от электромагнитного излучения).</p> <p>Физика. Уроки. Преобразование внутренней энергии ядер в электрическую энергию. Атомная энергетика. Биологическое действие радиации (радиационная опасность и способы защиты от радиации).</p> <p>ОБЖ. «Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей. Основы здорового образа жизни. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Понятие о привычках здорового образа жизни», 9 класс.</p> <p>Обществознание. Урок «Семья и наркотики», 9 класс.</p> <p>Химия. Урок «Оксид углерода (II) и оксид углерода (IV)» (образование угарного газа при курении и действии его на организм), 9 класс</p>			
4	Классный руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Беседа врача-гинеколога «Заболевания, передающиеся половым путем»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ».	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Беседа «История контрацепции, виды контрацепции». Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья», 7 - 11 классы.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11 кл.
5	Классный руководитель и родители	Вечер «Твое свободное время и твое здоровье»	Конференция «Роль и ответственность семьи в профилактике табакокурения и	Собрание «Жизненные ценности подростков» (психолог)	Беседа «Как подготовить себя и ребенка

			алкоголизма»		к будущим экзаменам?»
6	Классный руководитель и педагог-организатор, ПДО	Ток – шоу «Большая перемена» (о проблеме табакокурения)	Беседа «Причины пристрастий»	Беседа инспектора ОДН «Как не стать жертвой преступления»	Беседа «Свобода выбора – это уход от зависимости»
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

10 класс

№ п/п	Тема мероприятия	Форма	Сроки	Ответственные
1.	«Красота и здоровье»	Беседа	сентябрь	Классный руководитель
2.	«В гостях у богини Имидж»	Встречи с людьми, чьи профессии формируют образ красивого человека	октябрь	Классный руководитель. Учителя физкультуры.
3.	«Красота внешняя»	Беседа о ЗОЖ	ноябрь	Классный руководитель. Медработник
4.	«Я и косметика»	Конкурс красоты	декабрь	Классный руководитель
5.	«Мой стиль»	Беседа, диспут	январь	Классный руководитель.
6.	«Быть здоровым и красивым»	Беседа. Спортивный праздник	февраль	Классный руководитель. Учителя физкультуры
7.	«Привычка свыше нам дана»	Беседа	март	Классный руководитель
8.	«Мой образ жизни»	Дебаты	апрель	Классные руководители
9.	«Здоровье и выбор образа жизни»	Информ-дайджест Конкурс плакатов	май	

11 класс

№ п/п	Тема мероприятия	Форма	Сроки	Ответственные
1.	«Что значит быть красивым»	Беседа	сентябрь	Классный руководитель

2.	«В гостях у богини Красоты»	Встречи с людьми, чьи профессии формируют образ красивого человека	октябрь	Классный руководитель.
3.	«Красота внешняя и внутренняя»	Беседа о ЗОЖ	ноябрь	Классный руководитель. Медработник
4.	«Косметика в нашей жизни»	Конкурс красоты	декабрь	Классный руководитель
5.	«Мой стиль, или встречаются по одежке...»	Беседа, диспут	январь	Классный руководитель.
6.	«Если хочешь быть здоров – закаляйся!»	Спортивный праздник	февраль	Классный руководитель. Учителя физкультуры
7.	«Привычка свыше нам дана», или от чего зависит здоровье человека»	Беседа	март	Классный руководитель
8.	«Факты в защиту жизни»	Дебаты	апрель	Классные руководители
9.	«Похититель рассудка»	Информ-дайджест Конкурс плакатов	май	Классный руководитель
10.	«Я выбираю жизнь без вредных привычек»	Подготовка и защита проекта	май	Классный руководитель, участники проекта