

Муниципальное  
общеобразовательное  
учреждение

«МБОУ Федоровская СОШ №2 с  
углубленным изучением отдельных  
предметов»

Тел. (3462-732-176)

Email: [fedorovka2@mail.ru](mailto:fedorovka2@mail.ru)

URL: <http://fedschool2.ucoz.ru/>

**Комплексно целевая подпрограмма**  
**«ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ»**

**2014-2019 г.г.**

Нужно, чтобы к физическим упражнениям приобщился каждый человек. Без этого немыслимы никакие разговоры о здоровом образе жизни.

Николай Амосов

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В последние годы отмечается значительное ухудшение всех показателей состояния здоровья детей и молодежи. Стрессы, плохое питание, несбалансированность учебных программ и техногенных нагрузок, снижение возможности участвовать в оздоровительных мероприятиях, неполноценный отдых — эти и другие причины приводят к росту числа заболеваний неокрепшего и развивающегося организма.

В школьном возрасте наиболее распространенными заболеваниями являются болезни органов зрения, слуха, опорно-двигательной системы, дыхания, нервной системы, органов пищеварения, что соответствует особенностям экологической и социально-экономической обстановки в регионе и стране.

Детский организм, наиболее чувствительный в этот период к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды, приобретает целый ряд нарушений состояния здоровья, который получил название "школьные болезни".

При этом в процессе обучения в школе у детей отмечается рост хронических заболеваний, нарушений физического развития и, как следствие этого, снижение функциональных возможностей детского организма.

Для укрепления связи между учебной деятельностью школьников и их психофизическим здоровьем, для профилактики снижения исходного потенциала здоровья учеников в нашей школе разработана и внедряется в жизнь программа «Здоровое поколение», разработанная на основании программы В.Н. Касаткина "Здоровье" для 1-11 классов, утвержденной министерствами образования и здравоохранения Российской Федерации. Прямым показателем необходимости осуществления такой работы служит анализ динамики состояния здоровья учащихся за последние три года.

### Результаты профилактического осмотра детей и подростков – школьников за три года.

контингент	осмотрено			выявлено при осмотрах															подлежало осмотру		
	2011	2012	2013	с понижением остроты			с дефектом речи			со сколиозом			с нарушением осанки			2011	2012	2013			
				слуха	зрения																
Всего детей в возрасте до 17 лет	1090	1032	999	4/0,4%	3/0,3%	6/0,6%	198/18%	205/20%	227/23%	29/3%	18/2%	23/2%	54/5%	76/7%	34/3%	248/23%	104/10%	215/22%	1090	1032	999
из них дети до 14 лет	819	801	777	2/0,2%	2/0,2%	2/0,25%	125/11%	107/13%	182/23%	26/3%	17/2%	23/3%	18/2%	30/4%	18/2%	188/23%	81/10%	177/23%	188	801	777
2 класс	97	116	97	0	1/0,9%	1/1%	16/16%	15/13%	28/29%	2/2%	8/7%	2/2%	0	2/2%	0	32/33%	13/11%	22/23%	32	116	97
5 класс	220	182	89	0	1/0,5%	1/1%	25/11%	26/14%	20/22%	0	2/1%	0	4/2%	5/3%	2/2%	40/18%	18/10%	27/30%	40	182	89

в возрасте 15 лет(98 г.)	перед окончания ем школы (16.17 г.)	1 группа здоровья	II группа здоровья	III группа здоровья	IV группа здоровья	V группа здоровья
107	164	82/ 7,5%	725/ 66,5%	277/ 25,4%	4/ 0,4%	2/ 0,2%
92	139	68/ 6,5%	687/ 67%	272/ 26%	2/ 0,2%	3/ 0,3%
93	129	862/ 8,7%	652/ 65%	258/ 26%	0	3/ 0,3%
1/ 1%	1/ 1%					
0	0					
0	3/ 2%					
19/ 18%	54/ 33%					
34/ 37%	64/ 46%					
25/ 27%	28/ 22%					
1/ 1%	2/ 1,2%					
1/ 1%	0					
0	0					
12/ 11%	24/ 15%					
17/ 18%	29/ 21%					
6/ 6%	14/ 11%					
18/ 17%	42/ 26%					
12/ 13%	11/ 8%					
26/ 28%	16/ 12%					
18	42					
92	139					
93	129					

Среди школьников выражены различные нарушения здоровья. По данным медицинских осмотров число учащихся I группы здоровья (практически здоровых учащихся) выросло на 2 % - с 6,5% в 2012 г. до 8,7% в 2013 г., стабильным остается число учащихся II и III групп здоровья – 65% и 26 %, огорчает наличие детей с V группой здоровья. За 2011-2013 гг. выросло количество учащихся на 5 % с патологией органов зрения, на 4 % с нарушением осанки.

Наряду с социальными и экологическими факторами до 40% влияний, ухудшающих здоровье детей, связано со школой:

- перегрузка во время учебных занятий, отсутствие лично-ориентированного подхода в обучении,
- не всегда соблюдение и выполнение санитарно-гигиенических требований,
- отсутствие полноценного питания,
- отсутствие надлежащих условий для занятий физической культурой и спортом, малая активность приводят к перегрузкам и стрессам,
- сложившаяся на данный момент система медицинского обслуживания детей в школе не в полной мере обеспечивает эффективное решение задач сохранения и укрепления здоровья обучающихся на уровне современных требований.

Программа «Здоровое поколение» предусматривает:

- мониторинг физического здоровья и психологического состояния учащихся в разные периоды их обучения в школе;
- профилактические мероприятия для разных возрастных групп;
- пропаганду здорового образа жизни;
- использование здоровьесберегающей технологии в образовательном процессе;
- формирование способности к самодиагностике состояния здоровья и устойчивой мотивации на здоровый образ жизни;

- обучение учащихся самостоятельно снимать с себя психическое напряжение;
- формирование у педагогов, родителей и учащихся навыков здорового образа жизни.

Эта программа представляет собой комплексную систему профилактических и оздоровительных технологий, реализация которых проводится в отношении всех возрастных групп обучающихся школы. Все профилактические и оздоровительные технологии осуществляются под контролем администрации школы педагогами и родителями по результатам ежегодных профилактических медицинских осмотров и мониторинга физического и психологического состояния всех учащихся.

## **ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ**

Целью данной программы является поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья обучающихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Создание условий для повышения качества общего образования, которые предполагают проведение оптимизации учебной психологической и физической нагрузки и для сохранения укрепления, здоровья обучающихся, воспитание личной ответственности за собственное здоровье и благополучие, приобретение навыков здорового образа жизни, профилактика вредных привычек, обретение способности к здоровому творчеству, формирование полноценной, всесторонне-развитой личности.

## **ЗАДАЧИ**

1. Продолжить работу по отслеживанию уровня здоровья учащихся школы в течение всего времени обучения.
2. Поддерживать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
3. Продолжить работу по популяризации преимущества здорового образа жизни и расширению кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
4. Продолжить профилактическую работу по предупреждению детского травматизма на дорогах, предотвращению роста заболеваемости учащихся школы.
5. Способствовать повышению грамотности родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

Программа «Здоровое поколение» включает в себя целый ряд взаимодействующих между собой направлений, способствующих адаптации детей и подростков к окружающей среде:

- самопознание;
- я и другие;
- гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний;
- питание и здоровье;
- основы личной безопасности и профилактика травматизма;
- культура потребления медицинских услуг;
- предупреждение употребления психоактивных веществ.

Программа «Здоровое поколение» интегрируется с образовательным и воспитательным процессами школы. Таким образом, не требуется выделение дополнительного времени на реализацию программы. Это происходит на уроках и внеклассных мероприятиях.

Реализация программы началась с анализа и диагностики состояния здоровья учащихся с 2011-2013 годов.

По масштабу внедрения здоровьесберегающей технологии в работу школы можно выделить 3 степени приверженности школы идеям здоровьесбережения:

1. *Использование отдельных методов*, направленных на «точечную» нейтрализацию патогенных факторов (недостаточной освещенности, не подходящей школьникам мебели по росту, необеспеченности двухразовым горячим питанием и т.п.) или активизацию отдельных здоровьесберегающих воздействий (проведение физкультурминуток, введение дополнительных уроков физкультуры и т.п.). Они оказывают определенный эффект.

2. *Внедрение отдельных технологий*, нацеленных на решение конкретных задач здоровьесбережения: предупреждение переутомления, нарушений зрения, оптимизацию физической нагрузки, образовательное самоопределение, обучение учащихся здоровью и др. Это приводит к регистрируемым результатам и оказывает модифицирующее воздействие на все другие технологии, используемые в нашем образовательном учреждении.

3. *Комплексное использование технологий* в содержательной связи друг с другом и на единой методологической основе.

Главная отличительная особенность программы — приоритет здоровья, т.е. грамотная забота о здоровье, как обязательном условии образовательного процесса, определяющем последовательное формирование в школе здоровьесберегающего образовательного пространства, в котором все педагоги, специалисты, учащиеся и их родители согласованно решают общие задачи, связанные с заботой о здоровье, и принимают на себя солидарную ответственность за достигнутые результаты.

### ***Первоочередными проблемами в образовательном учреждении являются:***

1. стрессовые ситуации (учебная перегрузка, межличностные конфликты)
2. организация здорового питания
3. перегрузка спортивных площадок для занятий физкультурой и спортом

Для их решения в нашей школе используются следующие методы здоровьесберегающей технологии.

#### **1) Медико-гигиенические методы (МГМ)**

Это контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиНов.

Фельдшер школы организует проведение прививок учащимся, оказание консультативной и неотложной помощи обратившимся в медицинский кабинет, проводит мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению учащихся и педагогического коллектива, следит за динамикой здоровья учащихся, организует профилактические мероприятия (в преддверии, например, эпидемии гриппа) и решает ряд других задач, относящихся к компетенции медицинской службы.

Специалистами службы ППМС – сопровождения проводится работа по организации рационального питания в школе, формированию у учащихся культуры поведения за столом, закреплению на внешкольном уровне тех знаний и привычек правильного питания.

#### **2) Методы правильной организации образовательного процесса (МПООП)**

Расписание, составленное с учетом интересов здоровья учащихся, гигиенически оптимальная организация труда и отдыха, чередующая уроки и перемены, недели учебы и каникул, проведение динамических пауз на параллели первых классов.

### **3) Физкультурно-оздоровительные методы (ФОМ)**

Направлены на физическое развитие занимающихся: закаливание, тренировку сил, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека от физически немогущего. Реализуются на уроках физкультуры, ритмики, специальной медицинской группы и в работе спортивных секций и занятий внеурочной деятельностью.

### **4) Экологические здоровьесберегающие методы (ЭЗМ)**

Направленность этих технологий - создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой. В школе это и обустройство пришкольной территории, и зеленые растения в классах, в рекреациях, участие в природоохранных мероприятиях, занятия внеурочной деятельностью, работе школьного лесничества.

### **5) Методы обеспечения безопасности жизнедеятельности (МОБЖ)**

Грамотность учащихся по этим вопросам обеспечивается изучением курса ОБЖ (8-11 классах), курса «Здоровье и развитие» (1-4 классах), курса внеурочных занятий «Азбука здоровья» (5-6 классах), занятиях внеурочной деятельности по ПДД и пожарной безопасности, а за обеспечение безопасности условий пребывания в школе отвечает инженер по технике безопасности, педагоги и администрация ОУ.

Эти технологии следует признать наиболее значимыми из всех перечисленных по степени их влияния на здоровье учащихся. Главный их отличительный признак - использование психолого-педагогических приемов, методов, технологий, подходов к решению возникающих проблем, создание благоприятной «образовательной среды» в школе.

Поступление ребёнка в школу, перевод из начальной школы в среднюю, из средней в выпускные классы являются переходными этапами в физическом, нравственном и психологическом отношении. Для облегчения адаптации учащихся в эти сложные периоды программой предусматривается целый ряд мер:

а) анкетирование при поступлении в школу новых детей, опрос об особенностях их развития и роста;

б) мониторинг состояния здоровья обучающихся;

в) консультации родителей по организации оптимального домашнего режима;

г) при необходимости - проведение медико-педагогической коррекции, подготовка пакета документов для обследования на РПМПК.

Данные мероприятия позволяют снять стрессовые состояния у школьников и облегчить период их адаптации.

Силами администрации школы, классных руководителей и специалистов службы ППМС – сопровождения осуществляется мониторинг состояния физического и психологического здоровья всех учащихся школы, оказывается помощь в организации оптимального учебно-воспитательного процесса, отслеживается объём учебной нагрузки, домашних заданий, принимается участие в составлении расписания уроков, в разработке режима дня, учитывая возрастные и индивидуальные особенности организма детей и подростков.

Для активизации двигательного компонента в режиме дня в школе планируется применять целый комплекс мероприятий, в частности: прогулки на свежем воздухе, физкультурные паузы во время уроков, динамические перемены, максимальное вовлечение учащихся в занятия спортивных и оздоровительных секций, проведение дней здоровья и других внеклассных мероприятий.

Изменение поведения школьника немыслимо без активного участия в этом процессе педагогов и всего персонала школы. Образование – процесс гармоничный. Здоровье выступает как

одна из целей в процессе получения образования, как средство достижения «высокой гармонии», индикатор правильности выбора пути. Поэтому приоритетным является использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий.

## **2. ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ»**

1 ЭТАП (подготовительный) – 2014-2015 гг.

- Повышение уровня знаний педагогического коллектива школы через семинары, лекции и др. формы работы;
- разработка и издание методических рекомендаций по применению здоровьесберегающей технологии на различных уроках, учебных, диагностических, оздоровительных программах с учётом норм СанПиН;
- обновление базы данных о состоянии здоровья обучающихся и работников образовательного учреждения.

2 ЭТАП (основной) – 2015-2018 гг.

- внедрение школьной программы «Здоровое поколение»
- осуществление контроля за выполнением мероприятий по реализации программы.

3 ЭТАП (заключительный) – 2018-2019 гг.

- мониторинг эффективности реализации программы «Здоровое поколение»;
- коррекция основных направлений программы;
- разработка перспективных направлений развития программы.

## **3. УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ**

- обучающиеся;
- классные руководители;
- специалисты службы ППС - сопровождения
- учителя-предметники;
- фельдшер;
- заведующий отделением по оказанию медицинской помощи в ОУ;
- родители;
- администрация ОУ.

## **4. ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

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

## **5. НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ.**

Школа призвана обеспечить здоровый образ жизни всего школьного коллектива путём здоровьесформирующей среды, благоприятной для укрепления здоровья.

*Для учащихся.*

Профилактика и оздоровление:

- регулярная диспансеризация и профилактические медицинские осмотры;
- динамические паузы;
- подвижные перемены с музыкальным сопровождением;
- обучение навыкам самоконтроля и самодиагностики;

- сбалансированное питание;
- физкультурно-оздоровительная работа.

#### Образовательный процесс:

- использование личностно-ориентированной технологии обучения;
- использование здоровьесберегающей технологии;
- развитие проектной технологии, разноуровневого обучения, коллективного взаимообучения и междисциплинарной интеграции;
- рациональное расписание;
- организация индивидуального обучения на дому детей, имеющих отклонения в развитии здоровья;
- проведение часов здоровья и уроков с применением материалов МДП «Здоровье» (под редакцией В.Н.Касаткина);
- проведение физкультурно-оздоровительных занятий в 1-11 классах в соответствии с учебным планом школы;
- проведение внеурочных занятий спортивно-оздоровительного направления.

#### Информационно-консультативная работа:

- циклы лекций по гигиене и охране здоровья детей и подростков с привлечением специалистов;
- дополнительные диагностические мероприятия;
- информационные стенды;
- консультации врачей-специалистов, педагогов-психологов, социальных педагогов.
- Участие в создании здоровьесформирующей среды:
  - самоуправление: деятельность объединения старшеклассников «МЫ!», предметного сообщества «Здоровье»;
  - проведение мониторинга здоровья, мониторинга физического развития, мониторинга психических процессов;

#### *Для учителей и сотрудников школы.*

##### Профилактические мероприятия:

- диспансеризация, проведение ежегодных медицинских осмотров;
- участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях школы;
- обеспечение санаторно-курортным лечением.

##### Психо-терапевтическая программа:

- Психологические тренинги по профилактике отклонений, вызванных профессиональной деятельностью;
- Индивидуальные консультации;
- Развитие навыков по восстановлению благоприятного эмоционального состояния;
- Консультации и рекомендации по работе с учащимися и родителями.

##### Информационно-консультативная работа:

- тематические семинары и педагогические советы;
- курсы повышения квалификации;
- изучение опыта работы и обмен опытом с педагогами г.п. Федоровский, Сургутского района, округа и региона.

#### *Для родителей.*

##### Информационно-консультативная работа:

- информация о результатах диспансеризации и дополнительных медицинских исследованиях;



- консультации врачей-специалистов;
- консультации и рекомендации педагогов-психологов, социальных педагогов, учителя-логопеда;
- консультации для родителей детей, имеющих отклонения в развитии здоровья, детей-инвалидов;
- консультации для лиц, заменяющих родителей, детям-сиротам и детям, находящимся под опекой.

#### Профилактические мероприятия:

- участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях,
- изучение жилищно-бытовых условий детей из семей группы риска, детей, имеющих отклонения в развитии здоровья,
- участие в работе ПМПк.

#### **6. ОСУЩЕСТВЛЕНИЕ КОНТРОЛЯ НАД:**

- обеспечением санитарно-гигиенического режима школы в соответствии с требованиями ФЗ №52 от 30.03.99 (в редакции от 30.12.01 № 196-ФЗ) «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- соблюдением СанПиН 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- наблюдением за развитием детей в адаптивные периоды (1,5,10 классы);
- правильным оформлением медицинских документов при приёме ребёнка в школу;
- предложением рекомендаций по выбору профессии учащимися на основании медицинских показаний;
- организацией обязательных медицинских осмотров детей, педагогов и других работников школы;
- организацией лечебно-профилактических мероприятий по укреплению здоровья участников образовательного процесса;
- организацией рационального питания учащихся;
- организацией оптимального режима физического обучения и воспитания учащихся.

#### **7. СОТРУДНИЧЕСТВО ШКОЛЫ С ДРУГИМИ УЧРЕЖДЕНИЯМИ**

<b>Учреждение</b>	<b>Задачи и направления</b>	<b>Формы взаимодействия</b>
МБУЗ «ФГБ»	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Профилактические медицинские осмотры, диспансеризация, медицинская помощь, беседы, лекции.
СОКБ, СКПНД ДПО города Сургута	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Профилактические медицинские осмотры, диспансеризация, медицинская помощь, лекции, ПМПк
ГИБДД	Предупреждение детского травматизма и профилактика нарушений ПДД.	Лекции, беседы, ролевые игры для учащихся
ПЧ Федоровский	Предупреждение детского травматизма и пожаробезопасность	Лекции, беседы, игры, викторины для учащихся
ФСОЦ	Развитие спортивно-массовой и оздоровительной работы	Участие учащихся школы в районных соревнованиях
ФЦДО, ФДДТ, БУ «Центр социальной	Профилактика правонарушений связанных с употреблением	Лекции, беседы, игры, викторины для учащихся, ПМПк

помощи семье и детям «Апрель».	ПАВ.	
-----------------------------------	------	--

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Данная программа «Здоровое поколение» рассчитана на 5 лет и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включенности педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.

Приложение 1. Цели здоровьесформирующего образования как тактические задачи на каждой ступени обучения.

Приложение 2. Элементы содержания программы, требования к обязательному уровню усвоения содержания, пути обучения здоровьесбережению.

Приложение 3. Основные мероприятия по реализации программы по направлениям

Приложение 4. Тематика заседаний МО, научно-методического совета, методических семинаров и педагогических советов.

Приложение 5. План-циклограмма внеклассной физкультурно-оздоровительной работы на 2014-2019 учебные годы.

**Цели здоровьесформирующего образования как тактические задачи на каждой ступени обучения.**

<i>Ключевая образовательная компетенция</i>	<i>Содержание, которое необходимо сформировать на конкретной ступени системы школьного образования</i>
<b>Начальная школа</b>	
Мировоззренческая	Понимание изменчивости окружающего социально-культурного мира как поступательного движения к его совершенствованию на основе общечеловеческих ценностей добра, красоты и знаний; Умения выбирать смысловые и целевые установки в соответствии с общечеловеческими ценностями и социально-культурными традициями.
Общекультурная	Усвоение установок и норм поведения в учебной, социально-бытовой, культурно-досуговой сферах в соответствии с общепринятыми правилами и нормами поведения культурного человека. Установка на экологически грамотное поведение. Потребность в эстетическом оформлении окружающей жизни.
Учебно-познавательная	Полноценная учебная деятельность и устойчивые умения учиться. Умение отличать факты от мнения окружающих по поводу этих фактов, умение высказывать и отстаивать свою точку зрения.
Информационная	Элементарные знания о способах хранения информации, правилах эффективного запоминания. Умение работать с учебной и информационно-познавательной литературой.
Коммуникативная	Овладение способами эффективного позитивного общения в новой для себя социальной ситуации «ученик и другие (одноклассники, педагог, родители, взрослые)» Готовность к диалогу и взаимопринятию себя, окружающих и их отношения к себе.
Социально-трудовая	Знания о сферах гражданской ответственности детей, готовность к выполнению различных социальных ролей.
Личностное самосовершенствование	Овладение необходимыми способами жизнедеятельности на новом этапе своего развития в соответствии с собственными возможностями. Готовность к самопознанию и саморазвитию. Ответственность за свою жизнь и здоровье. Осознание потребности в позитивных способах самореализации.
<b>Основная школа</b>	
Мировоззренческая	Умение ориентироваться в условиях быстро меняющихся обстоятельств и существования различных мнений с опорой на собственную осознанную позицию. Умение принимать ответственные решения в ситуации выбора, умение сказать «нет» в ситуации внешнего давления.
Общекультурная	Научная картина мира и умение правильно с научной точки зрения интерпретировать факты, явления, события. Понимание роли науки, искусства и религии в формировании целостной картины мира и жизни человека, их взаимообусловленность и взаимодействие. Осведомленность об общечеловеческой культуре и национальной культуре как её неотъемлемой особенной части. Знание и принятие духовно-нравственных основ жизни человека и человечества, своего народа.
Учебно-познавательная	Полноценная самостоятельная познавательно-интеллектуальная деятельность в различных областях науки с учетом склонностей и индивидуальных возможностей.

Информационная	Умение самостоятельного поиска, анализа и отбора необходимой информации, её функциональной организации, эффективного сохранения и передачи окружающим.
Коммуникативная	Навыки эффективного группового общения и организации взаимодействия, умения позитивно разрешать конфликтные ситуации. Знание особенностей взаимодействия людей с учётом их возраста, пола, социального статуса и культурных традиций, готовность к использованию этих знаний в повседневном общении с окружающими. Знание иностранного языка на функциональном уровне.
Социально-трудовая	Правовая грамотность в вопросах государственно-административного устройства, гражданского и трудового права. Готовность к взаимодействию с различными структурами и органами государственной власти. Устойчивая установка на активную трудовую деятельность, адекватная самооценка собственных возможностей и осознанный выбор будущей сферы профессиональной деятельности.
Личностное самосовершенствование	Психологическая и валеологическая грамотность. Осознанная постоянная забота о своем психофизическом и психологическом здоровье.
<b>Старшая школа</b>	
Мировоззренческая	Готовность к осознанному самоопределению и проектированию своей жизни на основе общекультурных и национальных духовно-культурных ценностях. Умение сочетать в разумных пределах в своей повседневной жизнедеятельности личные интересы и интересы страны, общества, государства и других людей.
Общекультурная	Культурологическое восприятие и осмысление окружающего мира на основе приоритета национальных российских ценностей при должном уважении к ценностям других народов и цивилизаций. Социально-нормативное, культуросообразное поведение в семье, микросоциуме, обществе.
Учебно-познавательная	Владение креативными навыками продуктивной интеллектуальной деятельности в избранной сфере научного познания и готовность к их переносу в другие области. Готовность к непрерывному самообразованию в избранной сфере.
Информационная	Навыки грамотной работы с информацией любого вида в любой форме её представления.
Коммуникативная	Свой индивидуальный стиль позитивного общения и взаимодействия с окружающими.
Социально-трудовая	Осознанная потребность в самореализации в профессиональной сфере и мобильность в профессиональном самоопределении. Готовность к планированию и реализации собственной карьеры с учётом социальной ситуации. Способность адаптироваться к изменяющимся условиям жизни и готовность активно влиять на эти условия для достижения как общественного прогресса, так и личного успеха. Сочетание безусловной законопослушности и одновременно готовности легальными методами изменять систему власти, не работающую на интересы народа и государства.
Личностное самосовершенствование	Готовность к формулировке собственного смысла жизни на основе духовных и социокультурных национальных и общечеловеческих ценностях как осознанной жизненной позиции.

**Элементы содержания программы, требования к обязательному уровню усвоения содержания, пути обучения здоровьесбережению.**

<b>Начальная школа</b>			
<i>Элементы содержания программы</i>	<i>Ожидаемые результаты (ученик может)</i>	<i>Формы обучения и примерные сроки исполнения</i>	<i>Ответственные педагоги</i>
<b>Раздел 1. Самопознание. 7 часов.</b>			
<b>Знание своего тела</b> Части тела, их функциональное предназначение.	Называть органы и части тела, их функциональное предназначение		Учитель физической культуры, учителя начальных классов, социальный педагог, школьный фельдшер
Внутренние органы и их предназначение.	Называть внутренние органы, их функциональное предназначение		
«Язык» тела.	Уметь рассказывать о своих телесных ощущениях.		
Рост и развитие человека, периодизация развития.	Знать основные периоды развития человека.		
Здоровье и болезнь, гуманное отношение к физическим недостаткам.	Объяснять, чем отличается состояние здоровья от состояния болезни. Рассказать о субъективных признаках своей усталости. Доброжелательно относиться к инвалидам и помогать им.		
<b>Самопознание через ощущение, чувство и образ.</b> Эмоциональная сфера личности: Чувства, настроение, эмоциональные переживания, ощущения.	Уметь распознавать эмоции у себя и у других, словесно объяснить их.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Педагог-психолог, учителя начальных классов, социальный педагог.
Способы проявления эмоций и выражение чувств.	Отчетливо выразить эмоции с помощью жестов, мимики, позы. Уметь описать свои ощущения. Выражать готовность обратиться за советом и помощью в ситуациях страха, горя или несчастья.		
<b>Раздел 2. Я и другие. 6 часов.</b>			
Правила	Знать общепринятые	Внеклассные	Педагог-психолог,

межличностного общения: предупредительность, представление себя. Приглашение, отказ от нежелательного общения.	правила коммуникации и уметь их применять в модельных условиях	занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	учителя начальных классов, социальный педагог, классный руководитель.
Дружба. Взаимовлияние людей, способы конструктивного решения конфликтных ситуаций.	Уметь самостоятельно искать выходы их конфликтных ситуаций.		
Поведение на улице и в общественных местах.	Уметь соблюдать правила поведения в общественных местах.		
Правила поведения с незнакомыми людьми.	Уметь корректно отказаться от общения с незнакомыми людьми.		
Родственные связи – семья. Правила семейного общения. Права ребенка в семье.	Знать свои права и признавать взаимные обязательства в семье.		
Правила групповой деятельности.	Уметь определять свою роль в группе и работать для достижения общей цели. Уметь соблюдать социальные нормы поведения в формальных группах. Различать признаки недружелюбной группы и уметь из нее выйти.		
<b>Раздел 3. Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний. 10 часов.</b>			
<b>Гигиена тела.</b> Кожа и её придатки. Функциональное предназначение. Уход за кожей, волосами и ногтями.	Уметь быть опрятным. Регулярно выполнять гигиенические процедуры.		Школьный фельдшер, классный руководитель.
Выбор одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и индивидуальными особенностями.	Уметь обеспечить себе комфортные условия для любой деятельности за счет правильного выбора одежды и обуви. Поддерживать в чистоте предметы своего ежедневного обихода.		Школьный фельдшер, классный руководитель.
<b>Гигиена полости рта.</b>	Иметь навыки правильной		Врач- стоматолог,

Общее представление о строении ротовой полости, временные и постоянные зубы. Прикус и вредные привычки, нарушающие его.	чистки зубов. Иметь сформированную привычку чистить зубы 2 раза в сутки. Не иметь нелеченного кариеса зубов.		классный руководитель, учитель-логопед.
Факторы риска развития стоматологических заболеваний. Уход за зубами.			Врач- стоматолог, классный руководитель.
<b>Гигиена труда и отдыха.</b> Периоды изменения работоспособности. Режим дня.	Уметь составить усредненный режим дня на неделю и следовать ему.		Классный руководитель
Субъективные и объективные признаки утомления. Активный и пассивный отдых. Сон как эффективный отдых.	Уметь распознавать признаки утомления, в том числе зрительного. Иметь навыки переключения на разные виды деятельности для избежания утомления.		Классный руководитель, педагог-психолог, социальный педагог
Гигиена органов зрения, факторы, приводящие к утомлению глаз.			Врач - офтальмолог, классный руководитель.
<b>Профилактика инфекционных заболеваний.</b> Микромир: микробы, простейшие, грибки. Взаимодействие человека с микромиром. «Хорошие» и «плохие» микробы. Представление об инфекционных заболеваниях.	Иметь представление о микромире и взаимодействии человека с ним.		Врач - инфекционист, школьный фельдшер, классный руководитель
Способы «пассивной» защиты от болезни: мытье рук, ношение маски, одноразовые шприцы и т.д.	Уметь использовать «пассивную» защиту при необходимости контакта с больным человеком (далекое расстояние, проветривание помещения, ношение маски, отдельная посуда и т.д.)		Школьный фельдшер, классный руководитель
Представление об	Иметь сформированное		

«активной» защите – иммунитете.	представление о моральной ответственности за распространение инфекционного заболевания (например, приход с гриппом в школу) Знать, для чего делаются прививки.		
------------------------------------	---	--	--

#### Раздел 4. Питание и здоровье. 3 часа.

<b>Питание – основа жизни.</b> Представление об основных пищевых веществах, их значение для здоровья, важнейшие пищевые источники. Режим питания.	Уметь соблюдать элементарные правила питания.		Врач - педиатр, социальный педагог, классный руководитель.
Правила поведения за столом.	Уметь пользоваться столовыми приборами.		Классный руководитель
<b>Гигиена питания.</b> Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Хранение пищевых продуктов. Правила ухода за посудой. соблюдение правил личной гигиены	Навык соблюдения правил хранения пищевых продуктов. Навык обработки фруктов и овощей перед их употреблением. Уметь мыть посуду и столовые приборы.		Школьный фельдшер, социальный педагог (проведение классных часов по запросу), классный руководитель.

#### Раздел 5. Основы личной безопасности и профилактика травматизма. 12 часов.

<b>Безопасное поведение на дорогах.</b> Основные ситуации – «ловушки», в которые обычно попадают дети: «закрытый обзор», «отвлечение внимания», «пустынная улица», «середина проезжей части улицы», «родители с детьми».	Уметь прогнозировать развитие ситуации на дороге. Иметь навык наблюдения. Иметь навыки «сопротивления» волнению в спешке.		Классный руководитель, сотрудники ГИБДД, руководитель кружка по ПДД.
Сигналы регулирования дорожного движения. Правила безопасного поведения у ж\д путей.	Иметь навык «переключения на улицу». Иметь навык переключения на самоконтроль.		Классный руководитель, сотрудники ГИБДД
<b>Бытовой и уличный</b>			



<b>травматизм.</b> Опасные факторы современного жилища, школы, игровой площадки.	Уметь распознавать опасные зоны в помещениях, на улице		Преподаватель-организатор ОБЖ
Опасность при пользовании пиротехническими средствами. Электротравмы. Опасность при игре с острыми предметами.	Уметь предвидеть возможность получения травмы, ожога и избегать их. Иметь навыки безопасного обращения с электроприборами, острыми предметами. Уметь обесточить электроприбор.		Преподаватель-организатор ОБЖ
Падение с высоты. Опасность открытого окна, катания на перилах, прыжков с крыш гаражей и т.д.	Уметь предвидеть возможность падения с высоты.		Преподаватель-организатор ОБЖ
Элементарные правила безопасности при катании на велосипеде. Правила пользования роликами, экипировка. Опасность, которая подстерегает роллера на улице.	Применять на практике правила безопасности при катании на велосипеде и роликах, пользоваться защитными приспособлениями.		Преподаватель-организатор ОБЖ
Оказание первой помощи при простых травмах (ссадинах, царапинах, поверхностных ранах).	Уметь оказать помощь себе и другим при простых травмах		Школьный фельдшер
Укусы зверей, змей, насекомых.	Уметь распознавать негативные реакции животных и избегать укусов и повреждений. Принимать неотложные меры при укусе животного, насекомого, змей.		Преподаватель-организатор ОБЖ, школьный фельдшер
<b>Поведение в экстремальных ситуациях.</b> Экстремальная ситуация в городе, деревне.	Освоить модели поведения в экстремальной ситуации: «зови на помощь», «уйди из ситуации», «принимай меры по самоспасению».		Преподаватель-организатор ОБЖ.
Экстремальная ситуация, связанная с незнакомым	Уметь обращаться за помощью в экстремальной ситуации.		Классный руководитель, педагог-психолог

человеком.	Знать способы тушения огня. Уметь выполнять последовательные действия по эвакуации из помещения при возникновении пожара.		
Правила поведения при пожаре. Вызов экстренной помощи: 01, 02, 03, службы спасения.			Преподаватель-организатор ОБЖ.
Стихийные бедствия, техногенные катастрофы.	Владеть навыками по самоспасению, когда поведение незнакомого человека кажется опасным.		Преподаватель-организатор ОБЖ.

**Раздел 6. Культура потребления медицинских услуг. 3 часа.**

<b>Выбор медицинских услуг.</b> Поликлиника и вызов врача на дом. Служба «03», неотложная помощь, служба спасения.	Иметь позитивное, уважительное отношение к врачам и медицинским сестрам, как людям, которые помогают сохранить здоровье. Знать, когда следует обратиться за экстренной медицинской помощью и иметь навыки обращения.		Школьный фельдшер
Посещение врача. Больница, показания для госпитализации.	Иметь навыки обращения за врачебной помощью. Правила поведения в поликлинике. Знать, зачем детей госпитализируют.		Школьный фельдшер
<b>Обращение с лекарственными препаратами.</b> Польза и вред медикаментов. Осторожное обращение с лекарствами, которые хранятся дома.	Иметь навык аккуратного обращения с лекарствами (хранить в фабричной упаковке, проверять срок годности перед употреблением, применять только по назначению врача или рекомендации родителей, не пробовать неизвестные таблетки)		Школьный фельдшер

**Раздел 7. Предупреждение употребления психоактивных веществ. 4 часа.**

Общее представление о психоактивных веществах. Почему люди употребляют психоактивные вещества.	Иметь общее представление о психоактивных веществах		Врач-нарколог, классный руководитель, социальный педагог
---	---	--	--

Вред табачного дыма.	Избегать ситуации пассивного курения		
Что такое алкоголь и чем опасно его употребление.	Понимать, что алкоголизм и наркомания – трудноизлечимые заболевания. Иметь четкое представление о том, что восприимчивость к наркотическим веществам индивидуальна и зависимость может возникнуть после первых приемов.		
Поведение с людьми, употребляющими психоактивные вещества.	Выработать формы поведения, когда рядом находится человек в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.		Врач-нарколог, педагог- психолог

<b>Основная школа</b>			
Элементы содержания программы	Ожидаемые результаты (ученик может)	Формы обучения и примерные сроки исполнения	Ответственные педагоги
<b>Раздел 1. Самопознание. 5 часов.</b>			
<b>Знание своего тела.</b> Телосложение. Ткани, органы, системы органов и их саморегуляция.	Уметь осуществить простейшие физиологические измерения (вес, рост, частота пульса, тесты на выносливость, гибкость и координацию).	Уроки биологии, физической культуры	Учителя биологии, физической культуры
Гомеостаз как условная норма состояния организма.	Иметь представление о собственной физиологической норме и уметь различать отклонения от нее.	Уроки биологии	Учителя биологии
Функции основных систем организма (сенсорных, костно-мышечных, сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной, эндокринной, половой).	Понимать индивидуальные особенности строения тела. Доброжелательно относиться к физическим недостаткам других людей.	Уроки биологии	Учителя биологии
Физиологические и психические процессы в различные периоды взросления и полового созревания.	Соблюдать адекватный для своего организма режим нагрузок, отдыха, питания, достаточной двигательной активности, тепловой режим.	Уроки биологии	Учителя биологии
Индивидуальные особенности строения и развития тела		Уроки биологии, физической культуры	Учителя биологии, физической культуры

<p><b>Самопознание через ощущения, чувство и образ.</b> Самооценка. Кризисы развития в период взросления (кризис идентичности и авторитетов, переживания отчуждения, дисморфофобия и др.)</p>	<p>Понимать необходимость реалистичной позитивной самооценки и самопринятия. Понимать природу переживания в период кризиса взросления. Уметь попросить о помощи в трудных ситуациях.</p>	<p>Уроки этики и психологии общения, Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.</p>	<p>Педагог-психолог, классный руководитель</p>
<p>Стресс, его психические и физиологические проявления, способы совладания со стрессом. Биологические основы поведения.</p>	<p>Уметь распознавать и вербализировать такие состояния как страх, высокая тревожность, беспомощность, агрессия, депрессия, мысли о самоубийстве.</p>		
<p>Взаимосвязь физического и психологического здоровья.</p>	<p>Принимать различия между людьми, уважать особенности их поведения. Избегать рискованных для здоровья форм поведения.</p>		
<p>Половые различия в поведении у людей.</p>			
<p>Умение имитировать различные эмоциональные проявления.</p>			
<p><b>Раздел 2. Я и другие. 8 часов.</b></p>			
<p>Положение личности в группе. Рольевые позиции в группе.</p>	<p>Умение представить себя в выгодном свете в разных модельных группах</p>	<p>Уроки обществознания и элективный курс «Психология общения»</p>	<p>Учитель обществознания, педагог-психолог</p>
<p>Базовые компоненты общения: внимание, слушание, активное слушание. Виды и формы общения: вербальное, невербальное</p>	<p>Умение демонстрировать базовые навыки общения: умение слушать, начинать поддерживать и прекращать разговор.</p>	<p>Уроки обществознания и элективный курс «Психология общения»</p>	<p>Учитель обществознания, педагог-психолог</p>
<p>Критика и её виды. Способы реагирования на критику.</p>	<p>Умение критиковать, хвалить и принимать похвалу. Иметь навык принятия самостоятельного решения.</p>	<p>Элективный курс «Психология общения»</p>	<p>Педагог-психолог</p>
<p>Конфликты с родителями, друзьями, учителями, способы их</p>	<p>Уметь аргументировано отстаивать свою правоту в конфликтных ситуациях с</p>	<p>Элективный курс «Психология общения»</p>	<p>Педагог-психолог</p>

разрешения.	родителями, учителями, друзьями		
Отношения между мальчиками и девочками. Биологическое и социальное во взаимоотношениях людей.		Элективный курс «Психология общения»	Педагог-психолог
Типологизация групп. Референтные группы. Ролевые позиции в группе. Тактика взаимодействия: диктат, сотрудничество, конфронтация, невмешательство. «Инструменты» общения: конструктивная критика, поддержка, убеждение и др.	Уметь принять самостоятельное решение в модельных условиях. Иметь навыки выхода из группы.	Уроки обществознания и элективный курс «Психология общения»	Учитель обществознания, педагог-психолог
Групповое давление. Поведенческие риски, опасные для здоровья.	Иметь навыки отказа и противостояния групповому давлению иметь навыки выхода из группы. Избегать форм поведения, связанных с риском для здоровья и жизни. Занимать активную жизненную позицию неприятия девиантных форм поведения (распитие спиртных напитков, курение, агрессия) в формальной группе (классе)	Уроки обществознания и элективный курс «Психология общения»	Учитель обществознания, педагог-психолог
Ролевые позиции в семье.	Понимать структуру собственной семьи, осознавать ролевую позицию каждого члена семьи, её естественной трансформации во времени.	Уроки обществознания и элективный курс «Психология общения»	Учитель обществознания, педагог-психолог
<b>Раздел 3. Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний. 15 часов.</b>			
<b>Гигиена тела.</b> Индивидуальные и возрастные особенности кожи и её придатков. Микрофлора кожных покровов.	Иметь навыки гигиены, позволяющие сохранить опрятность во всех присущих возрасту функциональных	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель

Запахи тела.	состояниях.		
Уход за кожей лица и рук, ногами. Уход за ногтями. Правила выбора гигиенических средств ухода за телом.	Уметь подобрать гигиенические средства для ухода за телом, волосами.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель
Типы волос, уход за волосами.		Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	классный руководитель, приглашение специалиста
Болезни кожи и придатков, связанные с нарушениями правил гигиены.	Иметь элементарные знания о болезни кожи и придатков, связанные с нарушениями правил гигиены.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель
Правила личной гигиены подростков: мальчиков и девочек. Пользование предметами личной гигиены.	Иметь навыки гигиены, позволяющие сохранить опрятность во всех присущих возрасту функциональных состояниях. Терпимо относиться к людям, которые не могут соблюдать правила личной гигиены.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель
<b>Гигиена полости рта.</b> Средства гигиены полости рта. Выбор зубной щетки, зубной пасты. Заболевания зубов, десен, меры их профилактики. Питание и здоровье зубов. Профилактические осмотры у стоматолога.	Уметь выбирать зубную щетку, зубную пасту. Менять щетки и пасту не реже 1 раза в 3 месяца. Уметь пользоваться дополнительными средствами гигиены полости рта (флосы, гели, силанты и др.) Посещать стоматолога с целью профилактического осмотра не реже 1 раза в год.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель, врач-стоматолог.
<b>Гигиена труда и отдыха.</b> Биологические ритмы организма: суточные, недельные, сезонные. Периоды работоспособности. Режим труда, отдыха и сна. Индивидуальный режим физических и	Уметь спланировать деятельность на неделю с учетом индивидуальных биологических ритмов. Использовать большой арсенал различных видов двигательной активности (секции, подвижные игры, любимые виды спорта). Иметь уважительное	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель, врач-гигиенист.

умственных нагрузок.	отношение к людям со сниженными способностями и возможностями.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель, врач-гигиенист.
Переутомление, его субъективные и объективные признаки, методы снятия.			
Признаки утомления органов зрения и слуха, способы его снятия.	Иметь навыки снятия утомления органов зрения и слуха.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель, врач-офтальмолог, врач-отолоринголог.
Оптимальные условия труда, микроклимат в классе и квартире.	Самостоятельно регулировать воздушно-тепловой режим в школе и дома.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель, врач-стоматолог.
<b>Профилактика инфекционных заболеваний.</b> Причины возникновения инфекционных заболеваний. Источники возбудителей.	Иметь элементарные знания о причинах возникновения инфекционных заболеваний и источниках возбудителей	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель, учитель биологии
Механизмы защиты организма – иммунитет. «Активные» и «пассивные» способы его повышения.	Иметь навык регулярного прохождения медосмотров в декретированные возраста. Иметь позитивное отношение к вакцинации.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель, учитель биологии
Эпидемии и пандемии. Поведение при подозрении на инфекционное заболевание и во время болезни. Ответственность за распространение инфекций.	Иметь сформированные навыки поведения в условиях эпидемии респираторных заболеваний в качестве больного и здорового.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель, учитель биологии
Инфекции, передаваемые половым путем. Ответственность за распространение ИППП.	Иметь сформированные навыки поведения в условиях возможного заболевания в качестве больного и здорового.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель, учитель

	Осознавать общественную опасность и личную ответственность за распространение ИППП		биологии
Туберкулез, его предупреждение.	Иметь сформированные навыки поведения в условиях возможного заболевания в качестве больного и здорового. Осознавать общественную опасность и личную ответственность за распространения туберкулеза.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель, учитель биологии
<b>Раздел 4. Питание и здоровье. 4 часа.</b>			
<b>Питание - основа жизни.</b> Основные группы пищевых продуктов. Основные блюда и их значение. Составление индивидуального меню. Энергетическая ценность питания, физиологические нормы потребности в основных пищевых веществах и энергии.	Уметь составить индивидуальное меню с учетом энергетической ценности используемых продуктов и физиологических потребностей организма. Уметь готовить разнообразные основные блюда. Уметь организовать собственное питание в течение дня.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель, учитель биологии, социальный педагог.
Пищевые риски, опасные для здоровья. Ядовитые грибы и растения.	Знать пищевые риски, опасные для здоровья. Избегать пищевых факторов риска, опасных для здоровья.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель, учитель биологии
Продукты питания в разных культурах. Традиции национальной кухни.	Иметь представление о продуктах питания в разных культурах.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель.
<b>Гигиена питания.</b> Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и блюд. Сервировка стола, оформление блюд.	Иметь навык оценки свежести продуктов по органолептическим свойствам перед их употреблением. Иметь устойчивый навык читать информацию на этикетках продуктов и оценивать их пригодность	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Школьный фельдшер, классный руководитель.



	для еды. Уметь оценивать правильность и сроки хранения продуктов по упаковке.		
<b>Раздел 5. Основы личной безопасности и профилактика травматизма. 9 часов.</b>			
<b>Безопасное поведение на дорогах.</b> Ситуация самостоятельного движения ребенка по улице. Во дворе дома тоже улица: кусты у подъезда, стоящие машины, угол дома и другие предметы, мешающие обзору.	Иметь навык самоконтроля. Иметь автоматизированные стереотипы: наблюдение за улицей, внимательное отношение к звуковым сигналам, шуму машин, особенно во время дождя, когда капюшоны и зонтики мешают увидеть приближающиеся издалека автомобили.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Классный руководитель, преподаватель-организатор ОБЖ.
Пересечение улицы по пешеходному переходу или на перекрестке без светофора. Переход улицы на регулируемом перекрестке. Ожидание на «островке безопасности». Опасность движения группой.	Уметь безопасно переходить через дорогу или через пути на железнодорожных переездах, используя не только зрение, но и слух. Понимать свою персональную ответственность за безопасное поведение на дороге. Иметь критическое отношение к поведенческим рискам на дороге.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Классный руководитель, преподаватель-организатор ОБЖ.
Посадка в автобус, трамвай, троллейбус. Выход из автобуса (троллейбуса, трамвая). Безопасное поведение в транспорте – зоне повышенного риска.		Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Классный руководитель, преподаватель-организатор ОБЖ.
Ребенок носит очки		Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Классный руководитель, преподаватель-организатор ОБЖ.
Правила поведения на велосипеде.		Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Классный руководитель, преподаватель-организатор ОБЖ.
<b>Поведение в экстремальных</b>			

<p><b>ситуациях.</b> Экстремальные ситуации аварийного и криминального характера. Поведение при аварийных ситуациях в жилище (пожар, затопление, разрушение)</p>	<p>Знать алгоритм поведения в экстремальных ситуациях. Знать, за счет каких действий можно предупредить или минимизировать повреждения в случае стихийных бедствий или техногенных катастроф.</p>	<p>Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа</p>	<p>Классный руководитель, преподаватель-организатор ОБЖ.</p>
<p>Поведение в криминогенных ситуациях</p>	<p>Знать алгоритм поведения в экстремальных криминогенных ситуациях. Владеть элементарными навыками самообороны.</p>	<p>Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа</p>	<p>Классный руководитель, преподаватель-организатор ОБЖ.</p>
<p>Поведение в незнакомой природной среде. Совладание с паническими состояниями. Переживание негативных эмоций и стрессовых состояний.</p>	<p>Уметь обратиться за помощью в случае тяжелых переживаний несчастья.</p>	<p>Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа</p>	<p>Классный руководитель, преподаватель-организатор ОБЖ, педагог-психолог.</p>
<p>Помощь при утоплении. Безопасное поведение на воде.</p>	<p>Знать средства спасения утопающего на воде в теплое и холодное время года, последовательность действий при спасении и умение их выполнить.</p>	<p>Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа</p>	<p>Классный руководитель, преподаватель-организатор ОБЖ.</p>

**Раздел 6. Культура потребления медицинских услуг. 5 часов.**

<p><b>Выбор медицинских услуг.</b> Когда, куда и как обращаться за медицинской помощью. Поведение в медицинских и оздоровительных учреждениях. Ответственность за ложные вызовы медицинских служб.</p>	<p>Уметь обратиться за плановой и экстренной медицинской помощью. Иметь навыки соблюдения чистоты и правил поведения в помещении, на примере поликлиники</p>	<p>Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа</p>	<p>классный руководитель, школьный фельдшер</p>
<p>Критическое отношение к рекламе и выбору медицинских услуг и товаров. Выбор товаров и услуг,</p>	<p>Иметь представление о механизмах воздействия рекламы и на его основе навыки критического отношения к</p>	<p>Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа</p>	

ориентированных на здоровье.	рекламируемым товарам и услугам.		
Типы учреждений и специалистов, оказывающих медицинскую помощь	Уметь обратиться за плановой и экстренной медицинской помощью.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	
Обязательное медицинское страхование. Альтернативная медицина, влияние на организм человека.	Уметь обратиться за плановой и экстренной медицинской помощью.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	
<b>Обращение с лекарственными препаратами.</b> Рецепт, аптека, лекарство. Правила употребления лекарственных препаратов. Опасность самолечения. Безопасное хранение и обращение с лекарственными средствами. Злоупотребление медикаментами. Побочное действие лекарственных средств.	Знать минимальный арсенал лекарственных препаратов, которые применяют без назначения врача (при эпизодах головной боли, подъеме температуры и др.) Уметь подобрать для себя лекарственный препарат из этого арсенала с учетом индивидуальной переносимости лекарств, возрастных доз. Уметь принять первые меры самопомощи при развитии побочного действия лекарства.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	
<b>Раздел 7. Предупреждение употребления психоактивных веществ (ПАВ).</b>			
«Легальные» (алкоголь, табак) и «нелегальные» (наркотики) психоактивные вещества. История распространения ПАВ.	Иметь сформировавшееся представление о том, что «легальные» ПАВ могут вызвать такую же зависимость, как и «нелегальные».	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Классный руководитель, социальный педагог.
Жизненный стиль человека, зависимость от ПАВ Ложные представления о допустимости употребления ПАВ. Употребление ПАВ как слабость воли, зависимость, болезнь.	Иметь сформированные навыки отказа от употребления ПАВ в группе. Иметь широкий арсенал средств для решения конфликтных ситуаций, проведения свободного времени.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Классный руководитель, социальный педагог.

Как противостоять групповому давлению и не употреблять ПАВ.	Владеть навыками поддержания общения без прибегания к суррогатным формам общения. Навыки критического переосмысления информации, получаемой в неформальных группах.		
Зависимость от ПАВ: социальная, групповая, индивидуальная физиологическая и психологическая.	Владеть навыками поддержания общения без прибегания к суррогатным формам общения. Навыки критического переосмысления информации, получаемой в неформальных группах.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Классный руководитель, социальный педагог.
Состояние интоксикации и побочные действия при употреблении ПАВ. Болезни человека, связанные с употреблением наркотиков, табака, алкоголя.	Знать информацию о состоянии интоксикации и побочных действиях при употреблении ПАВ. Владеть знаниями о болезнях человека, связанных с употреблением наркотиков, табака, алкоголя.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Классный руководитель, социальный педагог.
Изменение поведения человека, связанное с употреблением ПАВ. Защита себя и других в ситуациях употребления ПАВ. Отказ от употребления ПАВ на различных этапах.	Навыки критического переосмысления информации, получаемой в неформальных группах.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Классный руководитель, социальный педагог, педагог-психолог.

### Старшая школа

Элементы содержания программы	Ожидаемые результаты (ученик может)	Формы обучения и примерные сроки исполнения	Ответственные педагоги
<b>Раздел 1. Самопознание. 8 часов.</b>			
<b>Знание своего тела.</b> Субъективные и объективные признаки здоровья. Представление о здоровом и больном теле в разных культурах.	Уметь самостоятельно планировать режим нагрузок, отдыха, питания в соответствии с внешними обстоятельствами и состоянием здоровья.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	Учитель физкультуры, учителя биологии, классный руководитель, социальный педагог,
Половой диморфизм.	Иметь устойчивую	Внеклассные	школьный

Репродуктивное здоровье юноши и девушки.	мотивацию на достаточный уровень двигательной активности. Уметь моделировать свой собственный имидж и достигать его.	занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	фельдшер
Понятие о генотипе и фенотипе, обменных и инфекционных болезнях, приводящих к нарушению формы тела и/ или инвалидности. Старение и смерть человеческого организма.	Доброжелательно относиться к особенностям пожилых людей и инвалидов.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа	
<b>Самопознание через ощущение, чувство и образ.</b> Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения.	Уметь контролировать собственные эмоциональные и поведенческие реакции.	Уроки обществознания, классные часы, беседы.	Педагог-психолог, учителя обществознания, классный руководитель.
Направленность личности: Я-концепция, понятие о локусе контроля.	Выражать готовность нести персональную ответственность за собственное поведение и здоровье.	Уроки обществознания, классные часы, беседы.	Педагог-психолог, учителя обществознания, классный руководитель.
Представление о психологии пола, гендерных отношениях.		Уроки этики и психологии общения, уроки обществознания	Педагог-психолог, учителя обществознания, классный руководитель..
Планирование и способы реализации планов.	Уметь ставить для себя реалистичные ясные цели и планировать пути их достижения.	Уроки обществознания, классные часы, беседы.	Педагог-психолог, учителя обществознания, классный руководитель.
Ответственность и свобода выбора.	Иметь навыки критического мышления.	Уроки обществознания, классные часы, беседы.	Педагог-психолог, учителя обществознания, классный руководитель.
<b>Раздел 2. Я и другие. 7 часов.</b>			

Индивидуальные различия в восприятии и понимании людьми друг друга.	Иметь навыки позитивного отношения к людям со специфическим строением тела, особенностями умственной деятельности, различными религиозными, национальными и социальными установками.	Классные часы, беседы.	Классный руководитель, педагог-психолог
Интимные межличностные отношения: дружба, любовь, вражда, одиночество.		Классные часы, беседы, уроки обществознания	Классный руководитель, педагог-психолог, учителя обществознания, классный руководитель.
Человек в семье. Семья и её функции. Психологический климат в семье. Развод. Правовые аспекты семейного взаимодействия.	Знать правовые аспекты взаимоотношений между людьми	Классные часы, беседы, уроки обществознания, права.	Педагог-психолог, классный руководитель, учителя обществознания, права.
Способы манипулирования людьми.	Уметь выявлять ситуации манипулирования.	Классные часы, беседы.	Классный руководитель, педагог-психолог
Формальные и неформальные группы, их социально-психологическая специфика. Механизмы и пути воздействия группы на личность и последней на группу в области сохранения и укрепления здоровья.	Уметь распознавать ситуации группового давления и противостоять им. Уметь кооперироваться в различных ситуациях. Уметь распознавать поведенческие риски в групповом поведении. Иметь навыки поведения в конфликтных ситуациях.	Классные часы, беседы, уроки обществознания	Педагог-психолог, классный руководитель, учителя обществознания, права.
Принятие решения в группе. Межличностные конфликты в группе. Их типология и пути разрешения. Конформизм и самостоятельность, лидерство.	Знать различные формы группового взаимодействия (мозговой штурм, ролевая игра и др.) и уметь их моделировать. Уметь составить реальный план группового воздействия и поэтапно его выполнять. Уметь оценивать	Классные часы, беседы, уроки обществознания	Педагог-психолог, классный руководитель, учителя обществознания, права.
Навыки, необходимые для противостояния	эффективность группового взаимодействия.	Классные часы, беседы.	Классный руководитель,

негативным влияниям неформальной группы в сфере отношения к здоровью.			педагог-психолог
<b>Раздел 3. Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний. 5 часов.</b>			
<b>Гигиена тела.</b> Выбор гигиенических средств для ухода за телом при различных функциональных состояниях и в разных климатических условиях	Иметь потребность сохранять свое тело и одежду в чистоте. Не иметь заболеваний, связанных с нарушением правил ухода за кожей.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Классный руководитель, кабинет мед. просвещения.
Подбор и правила пользования косметическими средствами в соответствии с индивидуальными особенностями кожи. Взаимосвязь чистоты, эстетики и здоровья.		Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа .	Классный руководитель, кабинет мед. просвещения.
<b>Гигиена полости рта.</b> Средства гигиены полости рта: правила индивидуального подбора, хранения, смены.	Не иметь впервые выявленных кариозных зубов в течение периода обучения в старшей школе.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Школьный фельдшер, классный руководитель, врач-стоматолог.
<b>Гигиена труда и отдыха.</b> Планирование труда и отдыха в экстремальных условиях: во время экзаменов, тренировок, соревнований. Физиологическая и психологическая адаптация к нагрузкам, срывы адаптации.	Уметь спланировать режим деятельности в период повышения нагрузок. Своевременно определять субъективные признаки утомления. Владеть техниками восстановления работоспособности при различных видах физических и психических нагрузок. Уметь противостоять физическим и интеллектуальным перегрузкам.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа, тренинговые занятия.	Школьный фельдшер, классный руководитель, Педагог-психолог, учитель физической культуры.
<b>Профилактика инфекционных заболеваний.</b> ВИЧ/СПИД, пути передачи, способы	Знать способы предупреждения заболеваний, передающихся	Внеклассные занятия по здоровьесбережению	Классный руководитель, кабинет мед.

предупреждения. «Группы риска» по заражению инфекционными заболеваниями. Профилактика инфекционных заболеваний в различных социальных и жизненных ситуациях. Индивидуальная ответственность за распространение инфекционных заболеваний.	половым путем. Уметь распознавать ситуации, рискованные для заражения инфекционными заболеваниями. Регулярно проходить профилактические осмотры по рекомендации врачей, в том числе прохождение флюорографии не реже 1 раза в год. Иметь сформированное отношение к людям, потенциально опасным с точки зрения заражения инфекциями.	за счет времени классного часа.	просвещения, социальный педагог
---	---	---------------------------------	---------------------------------

#### Раздел 4. Питание и здоровье. 5 часов.

<b>Питание – основа жизни.</b> Основные правила рационального питания: режим питания, сбалансированность продуктов в меню, пищевые приоритеты. Выбор продуктов и блюд.	Уметь организовать рациональное питание в семье с учетом индивидуальных особенностей и финансовых возможностей различных членов семьи.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Классный руководитель, кабинет мед. просвещения, социальный педагог
Диеты, лечебное питание и голодание. Пост Болезни питания: анорексия, ожирение.		Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Классный руководитель, кабинет мед. просвещения
Питание в особых условиях (питание спортсменов, питание в походах, во время экзаменов и т.д.).	Уметь обеспечить адекватное физиологическим потребностям и индивидуальным особенностям питание во время экзаменов, в походах и т.д.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Классный руководитель, кабинет мед. просвещения
Правила поведения в местах общественного питания: кафе, рестораны, школьная столовая и др.	Знать и соблюдать правила поведения в местах общественного питания.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Классный руководитель, кабинет мед. просвещения, социальный педагог.
<b>Гигиена питания.</b> Основные химические	Умение интерпретировать	Внеклассные	Классный



и биологические загрязнители пищи: тяжелые металлы, пестициды, плесень и др.	данные этикетки продуктов. Умение оценить соотношение цена/ качество при покупке продуктов питания.	занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа. Уроки биологии.	руководитель, кабинет мед. просвещения. Учитель биологии
--	---	---	--

**Раздел 5. Основы личной безопасности и профилактика травматизма. 8 часов.**

<b>Безопасное поведение на дорогах.</b> Расчет скорости движения транспорта и тормозного пути. Расчеты траектории движения транспорта. Дорога глазами водителя.	Иметь сформированные стереотипы соблюдения правил безопасности на дорогах. Уметь объяснить младшим детям принципы безопасного поведения на дороге и продемонстрировать их на примере реальной улицы.	Уроки ОБЖ	Преподаватель-организатор ОБЖ, руководитель кружка по ПДД
Ответственность за нарушение правил дорожного движения.	Знать о видах наказания за нарушения ПДД	Уроки ОБЖ	Преподаватель-организатор ОБЖ, руководитель кружка по ПДД
<b>Бытовой и уличный травматизм.</b> Травматизм при конфликтах. Жестокое обращение с детьми и подростками. Административная и юридическая ответственность при создании травмоопасной ситуации, нанесении телесных повреждений.	Владеть приемами конструктивного решения конфликтных ситуаций. Уметь обратиться за помощью в случае жестокого обращения в семье, во дворе, в школе.	Уроки ОБЖ, права, этики и психологии общения	Преподаватель-организатор ОБЖ, учитель права, педагог-психолог.
Строительство и техника безопасности.	Уметь пользоваться строительным инвентарем.	Уроки ОБЖ	Преподаватель-организатор ОБЖ
Техника безопасности в быту (приготовление пищи, пользование бытовыми приборами и др.)	Уметь пользоваться бытовой техникой.	Уроки ОБЖ	Преподаватель-организатор ОБЖ
Травматизм в местах массовых скоплений людей. Прогноз развития травмоопасной	Уметь прогнозировать травмоопасные ситуации во время массовых мероприятий и своевременно принимать меры к	Уроки ОБЖ	Преподаватель-организатор ОБЖ

ситуации, меры предупреждения травмы.	избежанию травмы.		
Первая доврачебная помощь при ранениях и травмах, потере сознания. Сердечно-легочная реанимация.	Иметь навыки измерения основных жизненных функций. Уметь оказать первую доврачебную помощь в пределах своей компетенции, провести мероприятия по восстановлению жизненных функций.	Уроки ОБЖ	Преподаватель-организатор ОБЖ, фельдшер.
<b>Поведение в экстремальных ситуациях.</b> Модели поведения людей в экстремальных ситуациях. Поведение в ситуации печали и горевания.	Уметь оказать помощь пострадавшим в экстремальной ситуации. Владеть навыками самоконтроля, совладания с паническими реакциями.	Уроки ОБЖ, этики и психологии общения	Преподаватель-организатор ОБЖ, педагог-психолог
<b>Раздел 6, Культура потребления медицинских услуг. 4 часа.</b>			
<b>Выбор медицинских услуг.</b> Права и ответственность клиента, получающего медицинские услуги. Ответственность врача. Ответственность врача. Врачебная тайна.	Знать права пациента в системе обязательного медицинского страхования. Уметь выбрать страховую компанию для добровольного медицинского страхования на основе предложенного ею комплекта документов.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Классный руководитель, кабинет мед. просвещения
Оказание помощи в различных медицинских учреждениях. Получение и анализ информации с целью выбора медицинских и оздоровительных услуг.		Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Классный руководитель, кабинет мед. просвещения
Обязательное и добровольное медицинское страхование.		Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Классный руководитель, кабинет мед. просвещения
<b>Обращение с лекарственными препаратами.</b> Передозировка		Иметь навык прочтения	Внеклассные

лекарственных средств. Первая помощь.	аннотации или рецепта перед приемом лекарственного препарата. Иметь представление о возможности несовместимости лекарственных препаратов или наличии потенцирующего эффекта. Уметь учитывать его при применении ранее неиспользованных лекарственных препаратов.	занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	руководитель, кабинет мед. просвещения
--	--	---	--

**Раздел 7. Предупреждение употребления психоактивных веществ (ПАВ). 3 часа.**

Основные виды ПАВ. Употребление ПАВ как ложный путь решения жизненных проблем. Социальные, психологические и физиологические последствия употребления ПАВ.	Иметь знания об основных видах ПАВ, социальных, психологических и физиологических последствиях употребления ПАВ.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Классный руководитель, кабинет мед. просвещения, педагог-психолог, социальный педагог.
Возможности, трудности и пути выздоровления курильщика, наркомана, алкоголика. Помощь социума людям, прекратившим употребление ПАВ.	Иметь сформированную точку зрения на наркоманию, алкоголизм, табакокурение, как сложно излечимые заболевания. Осознавать коммерческий характер рекламы алкогольных напитков и табачных изделий и уметь критически её оценивать.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Классный руководитель, кабинет мед. просвещения, педагог-психолог, социальный педагог.
Юридическая и личная ответственность за распространение и употребление ПАВ.	Знать о наступлении уголовной ответственности в случае хранения и распространения наркотических веществ.	Внеклассные занятия по здоровьесбережению за счет времени классного часа.	Классный руководитель, социальный педагог.

## Основные мероприятия по реализации программы по направлениям

<i>направления</i>	<i>мероприятия</i>	<i>сроки</i>	<i>ответственные</i>
<b>Для учащихся</b>			
Профилактика и оздоровление	1. Обследование детей, поступающих в школу.	Весь период	Шопина Т.В. школьный фельдшер
	2. Регулярная диспансеризация учащихся 1-11 классов.	Сентябрь-октябрь, Март-апрель	Шопина Т.В.- школьный фельдшер, классные руководители, Коновальцева И.А.- социальный педагог
	3. Создание банка данных о состоянии здоровья обучающихся	Весь период	Маврина О.Г. - заместитель директора, Шопина Т.В.- школьный фельдшер, Коновальцева И.А.- социальный педагог
	4. Проведение динамических пауз в режиме первоклассников	Постоянно	педагоги- организаторы
	5. Обучение навыкам самоконтроля и самодиагностики	Весь период	МО учителей физической культуры, классные руководители.
	6. Расширение сети спортивных секций	ежегодно	МО учителей физкультуры (Чаплагин И.В.)
	7. Проведение подвижных перемен с музыкальным сопровождением (1-4 классы)	Постоянно	Педагог-организатор Соломатова Т.И.
	8. Организация сбалансированного питания учащихся	постоянно	Скибицкая С.В. – социальный педагог, классные руководители.
	9. Регулярное проведение Дней здоровья	2 раза в год (1 суббота сентября, 7 апреля)	Школьная служба ППМС - сопровождения.
	10. Проведение конкурсов «Самый спортивный класс» и «Лучший спортсмен года»	ежегодно	Учителя физкультуры, классные руководители
	11. Проведение спортивных соревнований и праздников на всех ступенях обучения	Весь период	МО физкультуры
Образовательный процесс	1. Внедрение личностно-ориентированной технологии.	Весь период	Учителя-предметники, Руководители МО

	2. Использование здоровьесберегающей технологии.	Весь период	Учителя-предметники, Руководители МО
	3. Развитие проектных технологий, разноуровневого обучения, коллективного взаимообучения и междисциплинарной интеграции.	Весь период	Учителя-предметники, Руководители МО
	4. Составление рационального расписания	Август, январь	Иванова М.В. Семенчук Н.В.
	5. Организация индивидуального обучения на дому детей с ОВЗ.	Весь период	Маврина О.Г., Коновальцева И.А.
	6. Проведение уроков здоровья и уроков с применением МДП «Здоровье»	Весь период	Классные руководители, учителя-предметники.
	7. Проведение физкультурно-оздоровительных занятий в 1-9 классах	1 раз в неделю	Классные руководители 1-4 кл., учителя физкультуры 5-9 кл.
Информационно-консультативная работа	1. Проведение цикла лекций специалистов гигиены и охраны здоровья детей и подростков	Весь период	Коновальцева И.А., классные руководители
	2. Дополнительные диагностические мероприятия	По запросам	Педагоги-психологи
	3. Мониторинг психических процессов	1 раз в 2 года	Педагоги-психологи
	4. Оформление информационных стендов Школьной службы здоровья	В начале года, по мере необходимости	МО физкультуры, педагоги-психологи, социальные педагоги.
	5. Консультации врачей-специалистов, педагогов-психологов, социальных педагогов	По запросам, по планам кл. руководителей	Социальные педагоги, педагоги-психологи, фельдшер.
Участие в создании здоровьесформирующей среды	1. Деятельность объединения старшекласников «МЫ!»	Весь период	Коновальцева И.А., Чаплагин И.В.
	2. Проведение мониторинга здоровья, мониторинга уровня физического развития, мониторинга психических процессов.	Весь период	Коновальцева И.А., Чаплагин И.В., Зекерьянова Р.А., Кодохмаева Ф.А.
	3. Проведение санитарного десанта по очистке территории школы	Апрель-май	Объединение старшекласников «МЫ!»
<b>Для педагогов и сотрудников школы</b>			
Профилактические мероприятия	1. Диспансеризация, проведение ежегодных	Май-август	Маврина О.Г., Петрова Л.М.,

	медицинских осмотров по допуску к работе в условиях Крайнего Севера		Коновальцева И.А., Захарова Н.Н.
	2. Участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях школы	Весь период	Маврина О.Г., Павленко Н.В.
	3. Обеспечение санаторно-курортного лечения сотрудников	Период отпусков	Капитонов С.В., Павленко Н.В.
Психо-терапевтическая программа	Психологические тренинги по профилактике отклонений, вызванных профессиональной деятельностью	По плану педагогов-психологов	педагоги-психологи
	Индивидуальные консультации	По запросам	педагоги-психологи
	Развитие навыков по восстановлению благоприятного эмоционального состояния	По запросам	педагоги-психологи
	Консультации и рекомендации по работе с учащимися и родителями.	По планам педагогов-психологов	педагоги-психологи
Информационно-консультативная работа	Тематические семинары и педагогические советы	По плану школы	Маврина О.Г.
	Курсы повышения квалификации	По плану повышения квалификации	Булыга Е.Г.
	Изучение опыта работы и обмен опытом с педагогами г.п. Федоровский, Сургутского района.	По плану ДО Сургутского района	Маврина О.Г., Булыга Е.Г., Бычкова С.И.?
<b>Для родителей</b>			
Информационно-консультативная работа	Информация о результатах диспансеризации и дополнительных медицинских исследованиях.	Ежегодно: май, ноябрь	Шопина Т.В., Коновальцева И.А.
	Консультации врачей-специалистов.	По мере необходимости	Шопина Т.В.
	Консультации и рекомендации педагогов-психологов, социальных педагогов, учителя-логопеда.	По итогам мониторинга здоровья, психических процессов, диагностики адаптации	Кодохмаева Ф.А., Зекерьянова Р.А., Коновальцева И.А., Капитонова О.Н.
	Консультации для родителей детей с ОВЗ, детей-инвалидов, консультации для лиц, заменяющих родителей,	По мере необходимости	Коновальцева И.А., Скибицкая С.В.

	детям-сиротам и детям, находящимся под опекой.		
Профилактические мероприятия	Участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях.	По плану ФО работы	Чаплагин И.В.
	Изучение жилищно-бытовых условий детей из семей группы риска, детей, имеющих отклонения в развитии здоровья.	Постоянно	Коновальцева И.А., Ахмадуллина Ф.Г.
	Участие в работе ПМПк.	По плану ПМПк.	Коновальцева И.А., Ахмадуллина Ф.Г., Кодохмаева Ф.А., Зекерьянова Р.А.
<b>Осуществление контроля над:</b>			
1. Обеспечением санитарно-гигиенического режима школы в соответствии с требованиями ФЗ №52 от 30.03.99 (в редакции от 30.12.01 № 196-ФЗ) «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».	Постоянно при посещении уроков, контрольных осмотров объектов школы, медицинских осмотров.	Маврина О.Г.	
2. Соблюдением СанПиН 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях».	Постоянно при посещении уроков, контрольных осмотров объектов школы.	Маврина О.Г.	
3. Наблюдением за развитием детей в адаптивные периоды (1,5,10 классы).	Сентябрь - ноябрь, ежегодно	Маврина О.Г., комиссия по приказу	
4. Правильным оформлением медицинских документов при приеме ребёнка в школу.	Постоянно	Маврина О.Г., Шопина Т.В.	
5. Предложением рекомендаций по выбору профессии учащимся на основании медицинских показаний.	При формировании профильных классов, классов с углублённым изучением предметов.	Маврина О.Г., Кодохмаева Ф.А., Коновальцева И.А. Шопина Т.В.	
6. Организацией обязательных медицинских осмотров детей, педагогов и других работников школы.	Сентябрь - октябрь, апрель – май - дети; май – август - работники	Маврина О.Г., Шопина Т.В.	
7. Организацией лечебно-профилактических мероприятий по укреплению здоровья участников образовательного процесса.	Постоянно	Маврина О.Г., Черников В.В., Коновальцева И.А.	
8. Организацией рационального питания	Постоянно	Маврина О.Г.,	

учащихся.		Скибицкая С.В.
9. Организацией оптимального режима физического обучения и воспитания учащихся.	Постоянно	Маврина О. Г., Чаплагин И.В.
10. Отбором детей в 1 класс по критериям медико-педагогической готовности к обучению в школе.	Апрель-август	Маврина О.Г., Артюшенко Т.В., Зекерьянова Р.А., Коновальцева И.А.,



## Тематика

## заседаний МО, научно-методического совета, методических семинаров и педагогических советов

год	месяц	тема	ответственный
<b>Заседания предметных МО</b>			
2014-2015	Октябрь - март	Работа МО учителей-предметников по внедрению педагогических технологий, способствующих развитию здоровья учащихся (предварительно провести мониторинг по здоровьесберегающим технологиям и урокам) Возрастные психологические особенности учащихся на различных ступенях обучения.	Маврина О.Г.  Педагогический психологи
2015-2016	Октябрь - март	Результаты внедрения ЗСТ в практику работы МО. Уровень освоения.	Маврина О.Г. Курирующие заместители директора
<b>Заседания научно-методического совета</b>			
2010-2011	Ноябрь	Внедрение личностно-ориентированных педагогических технологий как средство создания модели здоровьесформирующей школы.	Маврина О.Г.,
<b>Методические семинары</b>			
2010-2011	Сентябрь	Формы работы педагогического коллектива по КЦП «Здоровье»	школьная служба ППМС - сопровождения
2011-2012	Апрель	Профессиональная деятельность и здоровье учителя	Маврина О.Г.
2012-2013	Апрель	Формы работы с родителями по укреплению здоровья детей.	Маврина О.Г.
<b>Педагогические советы</b>			
2018-2019	Сентябрь	Подведение итогов работы коллектива по КЦП «Здоровое поколение» и рассмотрение проекта программы «Здоровье» на 2019-2023 гг.	Маврина О.Г.
2018-2019	Апрель	Школа – территория здоровья	Маврина О.Г.
2019 год	апрель	Итоговый педагогический совет по работе коллектива над программой «Здоровье»	Маврина О.Г.

**План-циклограмма внеклассной физкультурно-оздоровительной работы  
на 2014-2019 учебные годы**

№	Мероприятия	Ответственные за проведение
сентябрь	1. Старт школьной спартакиады. 2. Осенний легкоатлетический кросс (1-11 классы)	МО учителей физической культуры, классные руководители
октябрь	1. Веселые старты (5 классы) 2. Первенство школы по баскетболу (8-9 классы) 3. Веселые старты (1 классы)	МО учителей физической культуры
ноябрь	1. Первенство школы по пионерболу (6 классы) 2. Первенство школы по баскетболу (юноши- 11 классы) 3. Первенство школы по баскетболу (девушки- 8 классы) 4. Веселые старты (2 классы)	МО учителей физической культуры
декабрь	1. Первенство школы по баскетболу (юноши -10 классы) 2. Первенство школы по баскетболу (юноши, девушки – 7 классы) 3. Первенство школы по волейболу (юноши – 8 классы) 4. Веселые старты (3 классы)	МО учителей физической культуры
январь	1. Первенство школы по волейболу (8-11 классы- девушки) 2. Первенство школы по пионерболу (5 классы) 3. Спортивно-интеллектуальные игры «Всё о здоровье» 1-4 классы	МО учителей физической культуры  Коновальцева И.А.
февраль	1. Месячник оборонно-массовой работы (военно-спортивные состязания) 2. Военизированная эстафета защитников Отечества. 3. Спортивное многоборье (настольный теннис, шахматы, стрельба, силовые упражнения).	МО учителей физической культуры, преподаватель-организатор ОБЖ, классные руководители, родительский комитет.
март	1. Президентское тестирование (1-11 классы) 2. Соревнования по лыжным гонкам. 3. Спартакиада работников образования.	МО учителей физической культуры, школьный фельдшер, классные руководители
апрель	1. «Веселые старты»- соревнования с участием команд учителей, учащихся, родителей, посвященные Всероссийскому дню здоровья детей. 2. Первенство школы по мини-футболу (8-11 классы, юноши) 3. Мероприятия к Всемирному дню здоровья.	служба ППМС - сопровождения МО учителей физической культуры
май	1. Весенний легкоатлетический кросс, посвященный Дню Победы. 2. Проведение конкурсов «Самый спортивный класс» и «Лучший спортсмен года» 3. Праздник «Спортивная элита школы»	МО учителей физической культуры служба ППМС - сопровождения
Весь год	Работа спортивных секций (баскетбол, волейбол, настольный теннис, футбол)	МО учителей физической культуры
	Участие в поселковой Спартакиаде учащихся образовательных учреждений	МО учителей физической культуры
	Участие в районной Спартакиаде учащихся образовательных учреждений Сургутского района	МО учителей физической культуры

