

**Муниципальное образовательное учреждение  
Средняя (полная) общеобразовательная школа № 10**

42500, Республика Марий Эл, г.Волжск, ул.Прохорова, д.120 «а»  
Телефон 6-82-65, 6-82-67

Рассмотрено на педагогическом  
Совете МОУ СШ № 10

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ СШ № 10

 О.М.Новоселова

Протокол № 1  
От «30» августа 2019

Приказ № 3008022 о/д  
от «30» августа 2019 г



**Программа  
«Школа – территория здоровья»**

**Исполнители программы:** обучающиеся МОУ СОШ № 10 в возрасте от 7 до 18 лет и педагогический состав школы.

**Сроки реализации программы:** 2019 - 2024 гг.

## Пояснительная записка

Одна из самых болезненных проблем современного российского общества выявляется в противоречии между потребностью государства в физически, психически и нравственно здоровом населении и драматической статистикой, сигнализирующей, что фактические показатели здоровья россиян находятся на угрожающе низком уровне.

Поскольку будущее страны зависит от здоровья подрастающего поколения, то его формирование и профилактику необходимо воспринимать как социальный заказ общества институтам воспитания (семье, дошкольным учреждениям, школам). Приходится констатировать, что они не справляются с этим заказом. Только 10% юношей и девушек, получающих аттестат о среднем образовании, здоровы. Растёт число детей, употребляющих алкоголь, наркотики, токсические и психотропные вещества, а также число детей-инвалидов. Высокая интенсивность учебного процесса часто не соответствует возможностям детского организма, а формы её организации способствуют развитию гиподинамии, что приводит к росту нервно-психических и сердечно-сосудистых заболеваний и их следствию различным формам девиантного поведения.

Гуманизация общества и школы формирует новую педагогическую парадигму. Педагогическая наука отмечает её основные параметры: гуманизм, личностно-ориентированный подход, интерактивные и инновационные методы и технологии. Стратегическая цель образования — способствовать развитию и самоактуализации учащихся. Овладение знаниями, умениями и навыками рассматривается как средство для такого развития. Таким образом, и внешняя ситуация, связанная с ухудшением экологической обстановки и показателей заболеваемости детей, и интрапроцессы в теории и практике педагогики ставят систему образования перед необходимостью активного внедрения воспитания культуры здоровья как важнейшей стратегической составляющей целостного педагогического процесса. Оттого, насколько широко и быстро мы сможем это сделать, зависит здоровье наших детей и следующих поколений россиян. Не только дискретные здоровьесберегающие технологии, отдельные школы - центры здоровья, но и все структуры системы образования, все аспекты целостного учебно-воспитательного процесса нужно нацелить на формирование культуры здоровья.

Основой Новых федеральных образовательных стандартов становится компетентностный подход. Он направлен на формирование базовых компетентностей современного человека: информационной, коммуникативной, самообразования и самоорганизации. При этом последняя подразумевает умение ставить цели, планировать, ответственно относиться к здоровью, полноценно использовать личностные ресурсы. Здоровьесберегающее образование переходит на новый уровень здоровьесформирующего образования. Кроме того, впервые в требования к результатам образования включен такой важный с позиции сохранения

здоровья детей критерий, как «способность к контролю и самоконтролю состояния здоровья».

Стандарты предполагают не только предметные, но и метапредметные результаты образовательной деятельности. Последние достигаются за счет интеграции нескольких учебных предметов.

Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» значительно расширяет возможности школы в сфере «образования и здоровья». В разработанных на ее основе рекомендациях Министерства образования и науки РФ представлены новые направления деятельности. «При установлении требований к условиям реализации образовательных программ большее внимание необходимо уделять качественной организации сбалансированного питания учащихся, медицинского обслуживания и спортивных занятий. Своевременная диспансеризация, реализация профилактических программ, организация внеурочных спортивных мероприятий, обсуждение с детьми вопросов здорового образа жизни в значительной степени влияют на улучшение здоровья школьников».

Необходимо менять ориентиры в системе образования, и сверхзадачей любого урока, любых взаимоотношений школы и школьника, любого административного начинания должна быть установка — "не навреди" физическому, психическому и духовному здоровью ребенка.

В педагогической практике сегодняшнего дня можно выделить три основные группы подходов к решению проблемы здоровья в учреждениях образования: профилактический, методический и формирование здоровой личности.

Профилактический подход предусматривает передачу базовых знаний об индивидуальном здоровье; медико-социальный мониторинг состояния здоровья воспитуемых; работу по профилактике вредных привычек и возможных заболеваний. Это просветительский и непосредственно обучающий подход, как правило, — сфера деятельности классных руководителей и школьных медицинских работников, учителей биологии, физкультуры, ОБЖ; информация по технике безопасности на уроках физики, химии, труда и др.

Методический подход учитывает негативное воздействие на здоровье самой действующей системы обучения. Он предполагает использование учителем демократических методов организации учебного процесса; отказ от авторитарного стиля; обучение обучающихся способам и приемам взаимодействия с самим собой, своим внутренним миром, друг с другом и со взрослыми, с окружающим обществом и природой; формирование мотивации к самоактуализации и обучение навыкам самоорганизации и самообразования; формирование среды сотрудничества школьников и учителей в ходе учебного процесса. Основная его цель — создание силами школьного коллектива нетравмирующей и безопасной развивающей школьной среды для обучающихся.

Кроме того, каждый учитель средствами своего предмета может и должен осуществлять оздоровительную направленность уроков. И, наконец, важная функция педагогической деятельности предполагает личный пример учителя, ведущего здоровый образ жизни.

Третий подход - формирование здоровой личности. Он включает в себя оба вышеназванных направления, а также организацию системы условий для сохранения и созидания здоровья. Это увеличение часов на занятия по физической культуре, введение физкультпауз; развитие системы спортивных секций; вовлечение учащихся в различные виды реальной творческой деятельности; организация здорового качественного питания. Такой серьезный комплексный подход возможен только общими усилиями медицинских работников и социальных педагогов, психологов, всех учителей и воспитателей, методистов законодательных органов и администраций всех уровней.

Исходя из этого, педагогический коллектив, видя обозначенные проблемы здоровья учащихся, отводит себе особое место и ответственность в оздоровительном процессе школьного обучения.

«Здоровье школьников» (в широком смысле) как основной параметр развития детей, охватывает все составляющие их личностного развития. По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в него входят физический, психический и социальный аспекты. Исходя из этих составляющих, были спроектированы основные направления работы школы.

### **Актуальность проблемы**

Проблема воспитания социально-здоровой личности является очень актуально. Общество ждет выхода из школы социально-активной личности, способной адаптироваться к изменяющимся условиям жизни. Не всегда эти условия носят позитивный характер. Противостоять негативу, легче человеку физически и духовно закаленному, имеющему крепкое здоровье и оптимистический взгляд на жизненные ситуации.

Педагоги и врачи едины во мнении, что здоровью надо учить, надо воспитывать привычку к здоровому образу жизни.

Программа позволит показать школьнику, что, его жизнь, здоровая – дело не столько врачей, сколько его самого. Если ребенок здоров, если он крепок, закален – значит, его организм может сопротивляться различным влияниям.

В школе должны быть скорректированы действия всех сторон, принимающих участие в реализации этой проблемы.

**Цель программы:** Сохранение и укрепление здоровья учащихся.

**Задачи программы:**

1. Ориентировать обучающихся на здоровый образ жизни.
2. Поддерживать психофизическое здоровье детей.
3. Внедрить в школьное сообщество системы оздоровительных, профилактических и коррекционных мероприятий.

4. Развивать умений и навыков способствующих укреплению здоровья детей.
5. Создать мониторинг по состоянию здоровья учащихся.

### **Этапы реализации программы.**

**I этап Подготовительный (сентябрь 2019-сентябрь 2020)** – диагностика и анализ состояния и планирование работы образовательного учреждения по данному направлению:

- анализу соблюдения и выполнению режима дня детей;
- анализу расписания занятий;
- выполнению санитарно-гигиенических требований;
- сформированности элементарных навыков гигиены;
- рациональному питанию;
- профилактике вредных привычек;
- организации просветительской работы с учащимися и родителями;
- мониторингу физического развития учащихся;
- анализу заболеваемости учащихся, выявлению динамики различных заболеваний, их возможных причин;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических воспитательных мероприятий;

**II этап Апробационный (сентябрь 2020 – сентябрь 2023)** – организация просветительской работы образовательного учреждения.

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

Просветительно-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование ценностей здоровья и здорового образа жизни, включает:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, которые носят модульный характер, реализуются во внеурочной деятельности или включаются в учебный процесс;
- лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек;
- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни;

Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями, направленная на повышение квалификации работников образовательного учреждения и повышения уровня знаний родителей по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает:

- проведение соответствующих лекций, семинаров, педсоветов, круглых столов, тренингов, диспутов, родительских собраний, ролевых игр и т.п.;
- приобретение для педагогов, специалистов и родителей необходимой научно-методической литературы;
- привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

### III этап контрольно-обобщающий (сентябрь 2023 - сентябрь 2024):

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

### Структура системной работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни

Системная работа по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков.

<b>Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни</b>				
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Здоровьесберегающая инфраструктура	Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся	Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы	Реализация дополнительных образовательных программ	Просветительская работа с родителями (законными представителями)
<b>Планируемые результаты</b>				
Соответствие состояния и содержания зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.	Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятий в кружках и спортивных секциях) обучающихся на	Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья; рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно – двигательного характера	Эффективное внедрение в систему работы программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или	Эффективная совместная работа педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек

	<p>всех этапах обучения. Обучающиеся знают о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека. У обучающихся сформировано ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей.</p>		<p>компонентов, включённых в учебный процесс</p>	
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--------------------------------------------------	--

### ***Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения***

1. Соответствие состояния зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.
2. Наличие столовой, помещения для хранения и приготовления пищи, необходимого технологического оборудования.
3. Организация качественного горячего питания, в том числе горячих завтраков.
4. Наличие спортивного зала, спортивной площадки, необходимого игрового и спортивного оборудования и инвентаря.
5. Наличие медицинского кабинета.
6. Комплектование необходимого и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (специалисты: учителя физической культуры, логопеды, социальные педагоги, педагоги-психологи, медицинские работники).
7. Оснащение учебных кабинетов необходимым оборудованием, мебелью, учебным материалом, ТСО.

### ***Рациональная организация учебного процесса***

1. С целью профилактики утомления и стрессов как одной из наиболее реальных возможностей здоровьесбережения в школе особое внимание уделять соблюдению гигиенических норм и требований к объему учебной и внеучебной нагрузки обучающихся на всех этапах обучения.
2. Соблюдение гигиенических требований к условиям обучения школьников:

- поддержание постоянного воздушно-теплового режима в помещениях школы; до начала учебных занятий и после них осуществление сквозного проветривания;
- наличие во всех учебных кабинетах естественного левостороннего освещения, создание условий для максимального использования дневного света и равномерного освещения учебных помещений;
- применение в учебных помещениях системы искусственного освещения, соответствие уровня освещенности в кабинетах гигиеническим нормам и требованиям;
- исключение действия раздражающих посторонних звуков, создание спокойной звуковой обстановки.

3. Во избежание утомления и стрессов особое внимание уделять рациональной организации урока:

- организация различных видов деятельности (письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание и работа с наглядными пособиями, проблемные беседы, решение задач, выполнение творческих заданий) на уроке, которые чередуются через 10 – 15 минут, а при необходимости и чаще;
- поддержка благоприятного психологического климата, уделять особого внимания эмоциональным разгрузкам;
- проведение на уроках тематических физкультминуток и физкультминуток, содержащих комплекс упражнений для разминки мелких мышц руки, массажа активных точек, гимнастики для глаз.

4. В своей педагогической деятельности следовать принципам здоровьесберегающей педагогики:

- принципу оздоровительной направленности;
- принципу комплексного междисциплинарного подхода к обучению школьников;
- принципу активного обучения;
- принципу формирования у обучающихся ответственности за их здоровье и здоровья окружающих людей.

5. Использовать на уроках методы и приёмы здоровьесберегающих технологий, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся:

- метод свободного выбора;
- метод групповой и коллективной работы;
- методы, направленные на самопознание и развитие самооценки обучающихся;
- практические методы (проведение практических, лабораторных работ; экскурсий; выполнение творческих работ; проектов на заданную тему);
- игровые методы обучения (использование на уроках познавательных, сюжетно-ролевых, дидактических, ситуационных игр);
- метод проблемного обучения.

6. Осуществлять индивидуализацию обучения: учитывать индивидуальные особенности развития каждого ученика.



7. Вводить любые инновации в учебный процесс только под контролем специалистов.

8. Использовать правила при работе за компьютером:

- Перед работой за компьютером необходимо сделать разминку.
- Сидеть при работе расслабленно, необходимо чаще менять позу, делать перерывы. Пальцы должны быть лёгкими и расслабленными.
- Необходимо заботиться о зрении при работе
- После завершения занятия необходимо делать разминку.

### ***Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы***

Организация физкультурно-оздоровительной работы предполагает:

- формирование специальных медицинских групп обучающихся с ослабленным здоровьем для занятий физической культурой;
- введение третьего дополнительного урока по физической культуре;
- организация динамических пауз в виде игр;
- организация секций;
- участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях (Дни здоровья, Весёлые старты, туристические слеты и т.д.);
- проведение школьной олимпиады по физической культуре;
- проведение классных часов по вопросам гигиены, охраны здоровья и формирования здорового образа жизни по темам:
- участие в городских мероприятиях, посвященных охране здоровья;
- участие в конкурсах рисунков на темы: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!», «24 марта – День борьбы с туберкулезом», «Здоровая Россия - сильная Россия».

### ***Реализация дополнительных образовательных программ***

Для введения дополнительных образовательных программ необходимо:

- осуществление мониторинга физического развития обучающихся с последующим анализом;
- проведение совместно с медработником школы анализа заболеваемости обучающихся, выявление динамики различных заболеваний и их возможных причин;
- проведение с обучающимися бесед о сохранении, укреплении здоровья, создание информационных вестников и листков здоровья: профилактические беседы о мерах по предупреждению инфекционных (гриппа, гепатита, туберкулеза и др.) и паразитных (аскаридоза, гельминтоза, педикулеза) заболеваний;
- выпуск санбюллетеней, валеологических листовок с информацией о предупреждении инфекционных и других заболеваний.
- проведение дней здоровья;
- организация работы кружков;
- проведение мониторинга здоровья обучающихся с целью создания условий для развития у школьников умений оценивать здоровье человека,

определять степень влияния факторов окружающей среды на здоровье человека.

- проведение тематических классных часов с валеологическим содержанием;
- участие в городских мероприятиях, посвященных охране здоровья;

### ***Просветительская работа с родителями***

.Консультативная работа, цель которой – разработка рекомендации для учителей, родителей по укреплению здоровья школьников.

- Родительские собрания;
- Информирование родителей по вопросам здоровья школьников и пропаганды здорового образа жизни с использованием листовок, буклетов, школьных информационных стендов.
- Индивидуальное консультирование родителей по вопросам здоровья школьников и пропаганды здорового образа жизни.

2. Совместная внеклассная работа педагогов, родителей и обучающихся:

- праздник «Праздник детства»;
- туристические походы, экскурсии;
- привлечение родителей-специалистов для участия в работе с детьми, проведения круглых столов для педагогов.

Создание в образовательном учреждении программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни и её эффективное функционирование предполагает полноценное осознание всеми участниками образовательного процесса важности сохранения своего здоровья и здоровья окружающих его людей.

### **Медицинское обеспечение программы**

С первого класса на каждого обучающегося заводится личная медицинская карта, в которую при каждом медицинском осмотре вносятся все показатели состояния здоровья. Медицинская карта позволяет проследить, как развивается и взрослеет ученик, какие и когда у него появились отклонения в здоровье. Медицинское обеспечение включает:

- распределение обучающихся по группам здоровья;
- помощь врача и медицинской сестры (фельдшера) школы в организации занятий с обучающимися, отнесёнными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе;
- составление списков обучающихся, освобождённых от занятий физической культурой;
- беседы врача и медицинской сестры (фельдшера) школы с обучающимися о личной гигиене и вредных привычках;
- профилактические прививки обучающихся и учителей;
- диспансеризацию педагогического коллектива школы;
- выполнение санитарно-гигиенических требований;
- контроль за выполнением рекомендаций листа здоровья;
- анализ режима дня.

## **Психолого-педагогическое и социальное обеспечение программы**

Психолого-педагогическое и социальное обеспечение программы предполагает:

- тесное сотрудничество учителей школы со школьным психологом, медицинскими работниками школы, социальным педагогом,
- сотрудничество учителей-предметников с классными руководителями;
- предупреждение конфликтных ситуаций «учитель – ученик», «ученик-ученик»,
- решение проблем, связанных с трудностями, возникающими у обучающихся в процессе занятий физической культурой (помощь в преодолении психологического барьера, ориентация на успех в физическом развитии);
- психологические консультации для родителей;
- контроль медицинского обслуживания обучающихся;
- контроль качества питания обучающихся и учителей в столовой.

### **Планируемые результаты реализации программы.**

*личностные УУД:*

- оценивать важность бережного отношения к здоровью человека и к природе;
- понимать важность образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества;
- вырабатывать в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения, способствующие ненасильственному и равноправному преодолению конфликта;

*Регулятивные УУД:*

- определять и формулировать цель деятельности, составлять план действий по решению проблемы (задачи);
- использовать информацию в проектной деятельности по формированию ЗОЖ под руководством учителя-консультанта.

*Коммуникативные УУД:*

- оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций, в том числе с применением средств ИКТ;
- при необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее. Учиться подтверждать аргументы фактами;
- учиться критично, относиться к собственному мнению;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.);
- предвидеть (прогнозировать) последствия коллективных решений.

### ***Реализация программы способствует:***

- повышению эффективности работы педагогов и медицинских работников по сохранению и укреплению здоровья обучающихся;
- удовлетворению спроса населения (подростков, молодежи, родителей) в использовании спортивной базы школы для занятий спортом;

- использованию новых, эффективных технологий, основанных на уважении личности, ее интересов, заботе о ее здоровье;
- расширению перечня дополнительных услуг, предоставляемых детям, не посещающим дополнительные образовательные учреждения,
- обеспечению охраны жизни и безопасных условий учебы и труда;
- сохранению и укреплению здоровья обучающихся, формирование их здорового образа жизни;
- созданию условий для полноценного питания обучающихся;
- повышению профессионального мастерства и качества труда педагогических кадров;
- формированию зрелой личности выпускника с позитивными моральными ценностями, с высоким потенциалом здоровья.

### **Модель формирования культуры здоровья выпускника школы**

<p>I. Основы культуры здоровья (здоровьесберегающие компетентности)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– устойчивая потребность в ЗОЖ</li> <li>– умение применять средства оздоровления</li> <li>– поддержка собственного физического уровня</li> <li>– овладение различными видами двигательной активности</li> <li>– сформированность культуры питания</li> </ul>
<p>II. Коммуникативные компетентности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– умение выстраивать позитивное межличностное общение</li> <li>– умение решать конфликты ненасильственным путем</li> <li>– адекватное поведение в стрессовых ситуациях</li> <li>– сформированность нравственных норм</li> </ul>
<p>III. Интеллектуальные компетентности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– оптимальное использование медиатехнологий без ущерба для здоровья</li> <li>– владение приемами научной организации учебной (интеллектуальной) деятельности</li> <li>– знания о навыках профилактики и сохранения здоровья</li> <li>– знание о приоритете здоровья в системе жизненных ценностей</li> </ul>

Программа «Школа – территория здоровья» позволяет создать инновационный потенциал, обеспечить принципиальное изменение ситуации, оперативно решать возникающие проблемы и расширить имеющиеся возможности комплексной системной работы по охране и укреплению здоровья.

## **Научное обеспечение реализации программы**

1. Т.И.Шамова. Управление развитием здоровьесберегающей среды в школе. Москва, «Перспектива», 2008.
2. Н.К.Смирнов. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. Москва, «АРКТИ», 2006.
3. О.А.Шклярова, Г.С.Козупица, О.В.Федорахина. Оздоровительные технологии в педагогическом процессе. Тольятти, издательство Фонда «Развитие через образование», 2001.
4. Ю.В.Наumenко. Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности. Москва, «Глобус», 2009.
5. Т.И.Бочкарёва, И.В.Абрамова. Здоровое питание школьников. Самара, ГОУ СИПКРО, 2005.
6. Пиколов А.И. Обучение и здоровье: Методическое пособие. М., 1988.

## План реализации программы «Школа – территория здоровья»

2019-2020 учебный год

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
<b>I Оценка состояния здоровья</b>			
1	Диагностика. Состояние здоровья обучающихся .	Апрель	Медицинские работники детской поликлиники. Школьная медсестра.
2	Анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе	В течение года	Медицинские работники детской поликлиники. Школьная медсестра.
3	Ежедневное наблюдение за состоянием здоровья, самочувствием обучающихся ( утренний фильтр)	Ежедневно	Школьная медсестра. Классные руководители
4	Ежедневный учет посещаемости обучающихся с целью изучения здоровья учащихся и степени психологического благополучия в классе.	Ежедневно	Классные руководители
<b>II Создание условий для сохранения и укрепления здоровья</b>			
1	Осуществлять регулярный контроль над выполнением санитарно-гигиенических требований согласно санитарным правилам СанПиНа: - Санитарно-гигиеническое состояние кабинета, аптечки; - Воздушно - тепловой режим в кабинете; - Световой режим в кабинете.	В течение года	Классные руководители, Учителя – предметники.
2	Соблюдение санитарно-гигиенических требований к уроку: - Посадка учащихся согласно рекомендациям врача; - Предотвращение перегрузки учебными занятиями;	В течение года	Классные руководители, Учителя – предметники.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Дозировка домашних заданий;</li> <li>- Проведение физкультминуток на уроках;</li> <li>- Проведение на уроках специальной зрительной гимнастики;</li> <li>- Проведение бесед, классных часов о ЗОЖ.</li> </ul>		
3	<p>Питание учащихся. Наблюдение за детьми в столовой.</p>	В течение года	Классные руководители Фомичева Н.Б.
4	<p>Соблюдение норм противопожарной безопасности на протяжении всего учебного года, особенно во время праздников, выходных и каникулярных дней.</p>	В течение года	Классные руководители Медведева Е.М. Шакиров Р.Р.
5	<p>Проведение бесед по профилактике травматизма среди обучающихся.</p>	В течение года	Классные руководители Шакиров Р.Р.
6	<p>Установка контакта с учреждениями города, занимающимися оздоровлением детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Детская поликлиника</li> <li>- Бассейн «Чайка»</li> <li>- ледовый комплекс «Ариада»</li> <li>- ДЮСШ</li> </ul>	В течение года	Классные руководители, учитель физической культуры
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Участие в Днях Здоровья;</li> <li>- Участие в общешкольных мероприятиях по ЗОЖ;</li> <li>- Проведение викторин, конкурсов.</li> </ul>	В течение года	Классные руководители, учитель физической культуры
8	<p>Участие в спортивных праздниках, соревнованиях.</p>	В течение года	Классные руководители, учитель физической культуры
9	<p>Проведение профилактической работы по искоренению вредных привычек у учащихся.</p>	В течение года	Классные руководители, учителя-предметники Осипова И.Р.
10	<p>Индивидуальные консультации для родителей.</p>	В течение года	Классные руководители Медицинские

			работники детской поликлиники. Школьная медсестра.
11	Профилактика гриппа, ОРВИ, ОРЗ (рекомендации)	Сентябрь Октябрь Февраль	Классные руководители
12	Вакцинация против гриппа (с письменного согласия родителей)	Октябрь Ноябрь	Медицинские работники детской поликлиники. Школьная медсестра. Классные руководители.
13	Проведение витаминизации 3-х блюд аскорбиновой кислотой ( витамин С).	В течение года	Школьная медсестра. Работники столовой.

### **III Работа с родителями.**

1	Консультации для родителей по вопросам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	В течение года	Медицинские работники детской поликлиники. Школьная медсестра. Классные руководители
2	Проведение родительских собраний на здоровьесберегающие темы.	В течение года	Классные руководители. Медицинские работники детской поликлиники. Школьная медсестра. Родители.
3	Проведение круглых столов на тему здоровьесбережения детей.	1 раз в год	Классные руководители. Родители имеющие медицинское образование.



#### IV Работа с персоналом школы.

1	Диагностика. Состояние здоровья работников школы. Медицинский осмотр.	1 раз в год	Администрация школы, работники городской поликлиники.
2	Совещание при администрации по вопросу профилактики вирусных заболеваний.	В течение года	Администрация школы, школьная медсестра
3	Вакцинация работников школы против гриппа	Октябрь Ноябрь	Администрация школы, работники городской поликлиники.
4	Мероприятия по оздоровлению педагогических работников: спартакиады учителей, посещение бассейна «Чайка», ледового комплекса «Ариада», фитнес-клуба «Ариада».	В течение года	Администрация школы, учитель физической культуры.