

ПРИНЯТО  
Педагогическим  
советом ГБОУ СОШ № 7  
протокол заседания № 1  
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
И.о.директора ГБОУ СОШ № 7  
\_\_\_\_\_ К.И. Алмин  
приказ по школе  
от «04» сентября 2024 г. №113-ОД

СОГЛАСОВАНО  
с Управляющим советом ГБОУ СОШ № 7  
«30» августа 2024 г  
протокол № 1  
Председатель Управляющего совета  
\_\_\_\_\_ В.Ф. Сальнова

### **Программа «Здоровье»**

государственного бюджетного общеобразовательного учреждения  
Самарской области средней общеобразовательной школы № 7  
имени Героя Советского Союза Ф.И. Ткачева города Жигулевска  
городского округа Жигулевск Самарской области  
на период с сентября 2024 года по май 2028года

## Содержание

Пункт		Страница
I	Введение	3
II	Паспорт программы «Здоровье»	4 - 5
III	Этапы реализации программы	5
IV	Мероприятия по реализации положений программы	5 - 8
V	Функции участников образовательного процесса в контексте реализации программы	8 - 9
VI	Сотрудничество школы с другими учреждениями города	10
VII	Ожидаемые результаты реализации программы	10
VIII	Экспертный лист «Показатели оценивания эффективности и здоровьесберегающей деятельности школы»	11- 16

## **I. Введение.**

Понятие "здоровье" - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому здоровье школьника представляет собой критерий качества современного образования. Подготовить учащегося к современной жизни - значит сформировать у него адекватные механизмы физической, психологической, социальной адаптации к окружающей действительности. Соответственно, школа должна не только беречь, но и формировать здоровье школьника.

Тем не менее врачи-педиатры, наблюдающие за состоянием здоровья школьников, а также данные государственной медицинской статистики свидетельствуют о негативных изменениях в организме учащихся в процессе обучения в школах разных видов. Еще в начале XX века основоположник отечественной школьной гигиены Ф.Ф. Эрисман внес понятие «школьные болезни», возникновение которых обусловлено обучением детей.

Заболеваемость детей школьного возраста держится на высоком уровне: каждый школьник на протяжении учебного года условно болеет 2,4 – 2,6 раза. Анализ физического и психологического самочувствия подрастающего поколения выявил взаимосвязь между возрастом и состоянием здоровья обучающихся: чем старше возраст школьников, тем чаще отдельные недомогания психовегетативного и невропатического характера; тем больше доля ребят, имеющих хронические заболевания; тем сильнее проявляется чувство неуверенности в себе, беспокойство и психологический дискомфорт.

В процессе взросления проявляется фактор, негативно влияющий на образ жизни детей и, как результат, на состояние их здоровья. Это вредные привычки, прежде всего курение и употребление алкоголя.

Таким образом, среди причин ухудшения состояния здоровья школьников можно выделить следующие:

- социально-экономические, вследствие которых многие семьи не в состоянии обеспечить необходимый уход за детьми;
- неблагоприятные воздействия окружающей среды;
- увеличение учебной нагрузки;
- недостаточная адаптация учебного процесса к индивидуально-психофизиологическим особенностям детей.

Для того, чтобы улучшить состояние здоровья учеников, необходимо объединение усилий педагогов, врачей, психологов.

Опыт некоторых школ показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует не только прочным знаниям, но и сохранению здоровья школьников. Биологическая реакция детского организма зависит как от его адаптационных возможностей, так и от силы сочетаемого воздействия образовательной среды. Многие ее параметры регламентированы санитарными нормами и правилами, которые являются обязательными и подлежат выполнению в интересах сохранения здоровья школьников.

Именно поэтому разработанная нами программа «Здоровье» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование школьников.

## II. Паспорт программы «Здоровье».

### Основополагающие документы для принятия решения о разработке программы:

- Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации».
- Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа».
- Конвенция ООН о правах ребенка.
- Закон Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребенка».
- Закон Российской Федерации «Об утверждении Федеральной программы развития образования».
- Национальная доктрина образования в Российской Федерации.
- Концепция модернизации российского образования.
- Закон Российской Федерации «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
- Федеральные государственные образовательные стандарты начального общего, основного общего и среднего общего образования.
- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы»
- Постановление Правительства Российской Федерации от 29.12.2001 г. № 916 «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи».
- Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».
- Положение об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи.
- Модернизация образования Самарской области: итоги и перспективы. Доклад министра образования и науки Самарской области 03.12.2009 г.
- Устав ГБОУ СОШ № 7.

### Основные разработчики программы:

И.О. Директора школы К.И. Алмин, советник директора школы по воспитательной работе  
О.В. Матузова

### Исполнители реализации программы:

Участники образовательного процесса государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 7 имени Героя Советского Союза Ф.И. Ткачева города Жигулевска городского округа Жигулевск Самарской области.

### Стратегическая цель программы

Формирование у обучающихся отношения к здоровью как одной из главных ценностей.

### Задачи программы:

1. Создание комплекса управленческих условий
2. Пропаганда здорового образа жизни, привитие навыков ЗОЖ среди обучающихся и их родителей (законных представителей)
3. Организация спортивно-оздоровительной работы
4. Развитие материально-технической базы

### Сроки реализации программы:

С 1 сентября 2024 года по 31 мая 2028 года.

### Принципы реализации программы:

- программно-целевого подход, который предполагает единую систему планирования и своевременное внесение корректив в планы;
- информационной компетентность участников образовательного процесса о состоянии здоровья

- всех участников образовательного процесса;
- включение в решение задач программы всех субъектов образовательного пространства.

**Используемые здоровьесозидающие и здоровьесберегающие образовательные технологии:**

- Педагогические (индивидуально-дифференцированный подход в обучении, соответствие образовательного процесса психофизическим возможностям ребенка и базовым потребностям, диалоговый способ взаимодействия с учащимися);
- Групповое и парное обучение;
- Игровая деятельность;
- Личностно-ориентированное обучение;
- Физкультминутки, динамические паузы, зарядка для глаз.

**Механизмы реализации программы**

За руководством школы сохраняется право по мере необходимости вносить изменения в план мероприятий с обязательным составлением их перечня в рамках отдельных мероприятий.

**Система организации контроля исполнения программы**

Организационно-методическое управление, общую координацию работы и контроль за реализацией программы осуществляют разработчики программы.  
Ход реализации этапов программы рассматривается педагогическим советом с дальнейшим представлением публичного отчета широкой общественности.

**III. Этапы реализации программы.**

Год	Название этапа	Содержание
2024-2026	Практический	Введение программы «Здоровье» Накопление фактического материала
2026-2028	Обобщающий	Анализ и подведение итогов Корректировка программы по результатам анализа

**IV. Мероприятия по реализации положений программы.**

Задачи	Мероприятия	Сроки	Ответственные
Создание комплекса управленческих условий	Оформление Экспертного листа «Показатели оценивания эффективности и здоровьесберегающей деятельности школы»	Ежегодно	Разработчики программы
	Утверждение режима питания обучающихся	Сентябрь	Директор
	Издание приказа об организации питания обучающихся, о бракеражной комиссии	Сентябрь	Директор
	Утверждение расписания занятий спортивных секций	Сентябрь	Директор
	Издание приказа об организации обучения детей с ОВЗ	Сентябрь	Директор
	Организация режима жизнедеятельности учащихся 1,5,10 классов с целью обеспечения адаптации к новым условиям обучения при переходе на новую ступень обучения	Сентябрь-ноябрь	Администрация
	Издание приказов по дополнительным мерам профилактики в периоды повышенной заболеваемости (эпидемии)	При необходимости	Директор
Заклучение соглашения с МУЗ ЦГБ о сотрудничестве	Январь	Директор	

	Организация оздоровительных режимных моментов в организации занятий в первой половине дня (зарядка, физкультминутки, динамические паузы и т.д.)	Ежедневно	Учителя
	Организация учебных занятий с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье учащихся (неподвижная поза на уроке, отсутствие живых чувственных ощущений, преобладание словесно-информационного принципа учебного процесса, отсутствие чувственно-эмоционального фона на уроке)	Ежедневно	Учителя
	Контроль качества питания и питьевого режима	В течение года	Бракеражная комиссия, медицинская сестра
	Валеологический анализ расписания уроков и внесение изменений в него по результатам анализа	Сентябрь, январь	Заместитель директора по УВР
	Контроль за правильным использованием ТСО и компьютерной техники	В течение года	Заместитель директора по УВР
	Валеологический анализ уроков	В течение года	Заместитель директора по УВР
	Проведение педагогических советов и методических совещаний по вопросам сохранения и развития здоровья	В течение года	Директор
	Осуществление контроля соблюдения норм учебной нагрузки обучающихся, дозировки домашнего задания	В течение года	Заместитель директора по УВР
	Своевременное информирование родителей (законных представителей) обучающихся об условиях, способствующих сохранению и развитию здоровья	Один раз в год	Директор, председатель Управляющего совета
	Плановые медицинские осмотры, прививки обучающихся и педагогов	По графику	Директор, медицинская сестра
	Мониторинг санитарного состояния школы: отопление, вентиляция, водоснабжение, канализация, естественное и искусственное освещение	В течение года	Директор, заместитель директора по АХР
	Анализ случаев травматизма в школе	При необходимости	Директор
Организация спортивно-оздоровительной работы	Работа Школьного спортивного клуба	В течение года	ШМО учителей физической культуры
	Работа спортивных секций	В течение года	ШМО учителей физической культуры
	Проведение дней здоровья, прогулок, поездок, экскурсий	В течение года	ШМО учителей физической культуры
	Участие во Всероссийском экологическом марафоне	Октябрь	ШМО учителей физической культуры

	Проведение школьного тура Всероссийской олимпиады школьников, участие в городском и окружном турах	Октябрь, ноябрь	ШМО учителей физической культуры
	Участие в мероприятиях, приуроченных ко Всемирному дню борьбы со СПИДом «Здоровый Я – здоровая Россия»	Декабрь	Классные руководители
	Проведение спортивных соревнований и праздников на всех ступенях обучения	В течение года	ШМО учителей физической культуры
	Месячник здорового образа жизни	Ноябрь	Классные руководители
	Профилактика нарушения осанки на уроках физической культуры	В течение года	ШМО учителей физической культуры
	Проведение школьной спартакиады	В течение года	ШМО учителей физической культуры
	Диагностика физического развития физической подготовленности обучающихся 2 – 11 классов, сдача норм ГТО	Сентябрь, март	ШМО учителей физической культуры
Формирование мотивации к здоровому образу жизни	Работа школьной психологической службы	В течение года	Педагог-психолог
	Проведение бесед по профилактике алкогольной и наркотической зависимости среди учащихся	В течение года	Классные руководители
	Включение вопросов здоровьесберегающей направленности а в тематическое планирование по биологии, окружающему миру, ОБЖ, обществознанию	Август	Заместитель директора по УВР
	Проведение родительских собраний по актуализации ценности здоровья	В течение года	Классные руководители
	Инструктивно-методическое занятие с классными руководителями по методике проведения с учащимися занятий по профилактике вредных привычек и наркомании	Сентябрь	Советник по воспитанию
	Организация работы Наркопоста	Сентябрь	Советник по воспитанию
	Общешкольное родительское собрание по профилактике наркомании и токсикомании с участием инспекторов ОДН, членов городской антинаркотической комиссии, работников ГИБДД, КДНиЗП, медицинскими работниками	Сентябрь	Директор
	Использование наглядной агитации здоровьесберегающей направленности: стенгазеты, плакаты, рисунки, санбюллетени)	В течение года	Классные руководители
	Обновление уголка Наркопоста	В течение года	Советник по воспитанию
	Занятия со специалистами центра «Семья» по темам: «Последствия употребления наркотических веществ», «О вреде курения», «Про риск», «Жизнь прекрасна»	В течение года	Советник по воспитанию
	Проведение родительских собраний с приглашением Специалистов комплексного центра «Семья»	В течение года	Советник по воспитанию
	Участие в городской акции «1 декабря – Всемирный день борьбы со СПИДом»»	В течение года	Советник по воспитанию

Анкетирование учащихся по выявлению склонностей к вредным привычкам	В течение года	Советник по воспитанию
Участие в городской акции «Мы за здоровое будущее! Присоединяйтесь к нам!»	В течение года	Советник по воспитанию
Участие в городской акции «Территория здоровья»	В течение года	Советник по воспитанию
Проведение акции «Мы против наркотиков»	В течение года	Советник по воспитанию
Организация работы по воспитанию обучающихся на основе личного примера учителей (привлекательность внешнего вида, доброжелательность в общении, забота о собственном здоровье, занятия спортом, отказ от вредных привычек)	В течение года	Педагогический коллектив
Оборудование спортивных залов	В течение года	Директор
Оборудование спортивной площадки	В течение года	Директор
Оборудование тренажерного зала	В течение года	Директор
Оборудование кабинетов школы	В течение года	Директор
Обеспечение учебно-методической литературой	В течение года	Директор, библиотекарь
Оборудование столовых	В течение года	Директор
Приобретение ТСО	В течение года	Директор
Контроль состояния учебной мебели	В течение года	Директор, заместитель директора по АХР

#### **V. Функции участников образовательного процесса в контексте реализации программы.**

##### **Функции администрации школы:**

- общее руководство реализацией программы;
- общее руководство организацией здоровьесберегающей работы в школе;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация преподавания вопросов валеологии на учебных занятиях;
- организация контроля уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе «Здоровье» и ее контроль;
- организация и проведение профилактической работы с учащимися и родителями;
- организация и проведение мониторинговых исследований по данному направлению работы.

##### **Функции школьной медицинской сестры:**

- организация медицинских осмотров учащихся;
- просвещение педагогов, учащихся и их родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья;
- проведение профилактических мероприятий;
- информирование педагогов о том, как вести себя в случае обострения серьезных болезней в школе;
- контроль санитарно-гигиеническое состояние школьных помещений и двора;
- своевременное проведение профилактических прививок.

**Функции классного руководителя:**

Ежедневно:

- проведение утренней гимнастики (перед уроками);
- контроль за тепловым, санитарным режимом и освещенностью классного помещения;
- проведение физкультминуток (на уроках) и подвижных перемен;
- организация горячего питания.

Еженедельно:

- контроль за посещаемостью уроков физической культуры;

Ежемесячно:

- проведение консультационных встреч с родителями;
- организация классных часов с приглашением специалистов смежных служб;
- генеральная уборка класса.

Один раз в четверть:

- организация экскурсий, походов, родительских собраний, классных семейных праздников;
- участие в школьной спартакиаде, «Днях здоровья» и других общешкольных мероприятиях оздоровительной направленности;
- участие в генеральной уборке школы.

**Функции учителя физической культуры:**

- обогащение содержания уроков за счет эффективных систем оздоровления человека и за счет подвижных народных игр, забав и развлечений;
- расширение спектра дел, имеющих оздоровительный характер с учетом времен года;
- обеспечение эффективной работы спортивных секций, Школьного спортивного клуба;
- подбор определенных комплексов физических упражнений с учетом проблем учащихся;
- участие в разработке и реализации общешкольной программы «Здоровье»;
- участие в просветительской работе педагогов, учащихся и их родителей.

**Функции родителей (законных представителей) учащихся:**

- заниматься профилактикой заболеваний в семье;
- заботиться о нравственном, психическом и физическом здоровье ребенка;
- интересоваться проблемами ребенка, оказывать ему своевременную помощь в их решении;
- своевременно информировать учителей о проблемах здоровья ребенка;
- организовать полноценный досуг ребенка;
- участвовать в реализации программы «Здоровье» в школе и классе.

**Функции учащихся:**

- вести здоровый образ жизни:
- соблюдать режим дня;
- соблюдать правила гигиены;
- гулять на свежем воздухе;
- закаляться;
- заниматься физической культурой, спортом, туризмом;
- меньше времени проводить у телевизора и компьютера, больше читать;
- участвовать в реализации программ, посвященных проблемам здоровья;
- быть инициаторами различных полезных дел, как в семье, так и в школе.

## VI. Сотрудничество школы с другими учреждениями города.

Учреждение	Задачи и направления	Формы взаимодействия
Детская поликлиника	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Профосмотры, диспансеризации, медицинская помощь
Взрослая городская поликлиника	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Профосмотры, диспансеризации, медицинская помощь
Городская стоматологическая поликлиника	Профилактика заболеваний, выявление их на ранней стадии и своевременное лечение	Профосмотры и, при необходимости, лечение
Комплексный Центр «Семья»	Оказание помощи учащимся и родителям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	Лекции, беседы, ролевые игры
Дом молодежных организаций	Выработка у учащихся здоровьесберегающих установок, коммуникативных навыков, умение противостоять негативному давлению со стороны окружающих	Беседы, тренинговые занятия, конференции, ролевые игры
ГИБДД	Предупреждение детского травматизма	Лекции, беседы, викторины, соревнования

## VII. Ожидаемые результаты реализации программы:

- Уменьшение количества детей с хроническими заболеваниями на 1%.
- Повышение на 5% активности учащихся в школьных массовых мероприятиях физкультурно-спортивной направленности.
- Повышение охвата обучающихся-участников движения ВФСК «ГТО».
- Повышение охвата обучающихся горячим питанием до 85%.
- Увеличение доли обучающихся, занимающихся (в школе и вне школы) в объединениях спортивной, туристическо-краеведческой, иной направленности, обеспечивающей двигательную активность и формирование навыков ЗОЖ на 10%.
- Уменьшение фактов травматизма среди обучающихся во время образовательного процесса.