

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Лицей № 3»
МАОУ Лицей № 3**

ОГРН 1022402063606 ИНН 2462023856 КПП 246201001 ОКПО 52010290
660037, Россия, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Чайковского, 13а
тел: 8 (391) 264-15-60, 262-43-25, факс: 8 (391) 264-15-60, email: lyc3@mailkrsk.ru

Согласовано Наблюдательным
Советом Лицея Протокол № 7

Утверждаю
Директор МАОУ Лицей № 3
Е.В. Ильиных
Приказ № 231 от 01.08.2021

**Программа здоровьесбережения
«Лицей – территория здоровья»**

на 2021-2025 учебные годы

Содержание

Паспорт программы	3
Нормативно-правовая база программы	5
Пояснительная записка.....	5
Материально-техническое обеспечение	6
Функции различных категорий работников школы	6
Сроки и этапы реализации программы	7
Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении	8
Основные направления здоровьесберегающей деятельности	8
Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения	10
Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения	11
Модель личности учащегося.....	12
Основные направления программы по формированию у учащихся культуры отношения к своему здоровью:	13
Методы контроля над реализацией программы.....	13
План деятельности по реализации программы	13
Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения	16
Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ.....	18
План действий по реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»	19
Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в школе	22

Паспорт программы

<i>Наименование программы</i>	«Лицей – территория здоровья»
<i>Разработчик программы</i>	Директор МАОУ Лицей № 3 Ильиных Е.В. Методист Карнаухова В.В.
<i>Цель программы</i>	Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни.
<i>Задачи программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> - внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий; - формирование у учащихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью; - популяризация здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности; - изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение; - обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения; - ежедневное отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы; - формирование системы выявления уровня здоровья учащихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения; - развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды; - развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов; - воспитание у учащихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни
<i>Срок реализации программы</i>	2021-2025
<i>Территория реализации программы</i>	МАОУ Лицей №3
<i>Юридический адрес</i>	660037, Россия, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Чайковского, 13а
<i>Телефон</i>	8 (391) 264-15-60,
<i>Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разработка системы физкультурно-оздоровительной деятельности образовательного учреждения на основе взаимодействия медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья учащихся для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого из них. 2. Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров. 3. Снижение заболеваемости всех участников образовательного

	<p>процесса.</p> <p>4. Повышение уровня знаний учащихся по вопросам здоровья и его сохранения.</p> <p>5. Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия учебного и воспитательного процессов на психофизиологический статус детей и подростков;</p> <p>6. Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам;</p> <p>7. Разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, по систематизации здоровьесберегающей деятельности.</p> <p>8. Включение в план работы школы организацию и проведение недель здоровья.</p> <p>9. Создание комнаты психологической разгрузки для обучающихся;</p> <p>10. Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию навыков ЗОЖ у учащихся.</p>
<i>Участники реализации программы</i>	Учащиеся 1-11 классов, классные руководители, педагоги-психологи школы, мед. работники ГДЛ №5 родители.
<i>Финансово-экономическое обеспечение программы</i>	Не требуется
<i>Формы и методы реализации программы</i>	Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, проекты и исследования, внеурочная деятельность в разных формах, спортивно-оздоровительные события.
<i>Условия реализации программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Разработка программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ - приоритет здоровья учащихся при принятии любого решения ОУ - проведение диагностики здоровья учащихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья - учет результатов мониторинга здоровья учащихся при разработке программы развития школы.
<i>Управление, контроль</i>	Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация ОУ.

Нормативно-правовая база программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. «Конвенция ООН о правах ребенка» 1989г.;
2. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
3. «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»;
4. Конституции Российской Федерации от 12.12.1993г.;
5. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (Сан Пин 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;
6. Сан Пин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
7. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
8. Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»

Пояснительная записка

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Забота о сохранении здоровья учащихся - важная обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива и самого ребенка. Здоровье-основа формирования личности. Таким образом, проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, будут актуальны всегда. Следует обеспечить учащемуся возможность сохранения здоровья за период его обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

В Конвенции о правах ребенка подчеркивается, что современное образование должно стать здоровьесберегающим. В законе «Об образовании» сохранение и укрепление здоровья детей выделено в приоритетную задачу.

Педагогический коллектив, уделяя большое внимание в своей образовательной деятельности здоровью учащихся, пришел к решению разработать программу «Лицей – территория здоровья», способствующую созданию оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

В качестве основы программы здоровьесбережения определена системная деятельность по сохранению здоровья учащихся и педагогических работников. Охрана здоровья педагогических работников является важным фактором укрепления здоровья учащегося. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для детей, вести здоровый образ жизни.

Большинство разделов являются неизменными на все сроки реализации программы, раздел «Календарный план реализации программы» обновляется каждый учебный год.

Программа направлена на разрешение выявленных проблем, среди которых:

- загруженность спортивных объектов, что не дает возможности организовать индивидуально-групповые спортивные мероприятия для отдельной категории детей;
- необходимость развития инфраструктуры лицея для организации занятий физической культурой и спортом для детей с ослабленным здоровьем, с ограниченными возможностями здоровья;
- отсутствие глубокой медицинской диагностики врачами-специалистами.

Цель реализации Программы - развитие системы здоровьесбережения в лицее на основе комплексного подхода к сохранению здоровья всех участников образовательного процесса.

Программа призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка, направленные на защиту здоровья и получение полноценного образования.

Материально-техническое обеспечение

В МАОУ Лицей №3 созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда учащихся. Здание расположено на благоустроенном участке. Территория ограждена забором. На территории расположена многофункциональная спортивная площадка. Здание подключено к районным инженерным сетям – холодному и горячему водоснабжению, отоплению.

Материально – техническая база - необходимое условие функционирования и развития образовательного учреждения. Совершенствование материально-технического обеспечения современным учебным и спортивным оборудованием, информационно-техническими средствами является современным требованием к организации образовательного процесса в лицее.

Лицей имеет необходимый набор помещений для изучения обязательных учебных дисциплин. Учащиеся начального общего образования обучаются в учебных помещениях, закрепленных за каждым классом, основного и среднего образования – по классно-кабинетной системе.

В лицее просторные, оборудованные кабинеты, 2 компьютерных класса, спортивный зал с инвентарем и необходимым оборудованием, тренажерный зал, раздевалки, душевые, отдельные для девочек и мальчиков, спортивная площадка - стадион для активных игр и прогулок, настольный теннис, столовая (организовано горячее питание, разнообразное меню), медицинский кабинет, актовый зал. В школе имеются кабинеты физики, химии, истории, психолога, и другие, оборудованные необходимой сертифицированной мебелью. Кабинеты обеспечены необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающими гигиеническим требованиям. Школа подключена к сети Internet. Используется лицензионное программное обеспечение. В лицее функционирует информационный Ресурсный Центр.

Информационно-коммуникативные технологии широко используются во внеурочной деятельности лицея. Организован доступ учащихся и педагогов к средствам ИКТ и Интернет-ресурсам для поиска информации, оформления работ, создания фильмов и презентаций с разнообразной тематикой для проведения классных часов, общелицейских научно-практических конференций, тематических вечеров, родительских собраний и других мероприятий с использованием ПК и ИКТ.

Функции различных категорий работников лицея

1. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация преподавания вопросов здоровьесбережения на уроках окружающего мира, биологии, химии, физической культуры и ОБЖ на уровне НОО, ОО, СОО;
- контроль за организацией и проведением 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 деятельности и контроля классных руководителей в рамках программы здоровьесбережения ;

- создание банка данных по социально неблагополучным семьям и обеспечение поддержки детей из таких семей;

2. Функции классного руководителя:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности учащихся в лицее;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических мероприятий с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Сроки и этапы реализации программы

- I этап - 2021– 2022 гг.
- II этап - 2021 – 2022 гг.
- III этап - 2022 – 2023 гг.
- IV этап – 2023-2024 гг
- V этап - 2024-2025 гг

I этап - определение концептуальной линии развития ОУ (1 год):

- изучение новых форм и методов популяризации ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий по направлению здоровьесбережения;

2 этап – формирование научно-методической базы ОУ здоровьесберегающего направления деятельности (1 год):

- совершенствование материально-технической базы ОУ;
- разработка научно-методических положений Программы здоровьесберегающего образования;
- подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;
- организация анкетирования показателей здоровья и образа жизни учащихся

3 этап – разработка дорожной карты по реализации Программы здоровьесбережения. (1 год):

- внедрение программ психофизического сопровождения образовательного процесса в ОУ;
- разработка программы обучения педагогов технологиям здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их в учебно-воспитательный процесс.

4 этап – реализация здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе

- работа группы учителей ОУ по разработке и внедрению технологий здоровьесбережения на основе индивидуализации обучения (учащиеся ОВЗ, инвалиды);

обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных технологий индивидуализации обучения с последующим внедрением их в учебно-воспитательный процесс.

5 этап – практическая реализация Программы здоровьесбережения лицея

- организация взаимодействия педагогов всех МО лицея по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- мониторинг результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения;
- разработка программ самоаудита здоровьесберегающей деятельности лицея;
- публикация полного пакета материалов по здоровьесбережению.

Общее представление о здоровьесберегающей среде в образовательном учреждении

Приоритетной задачей лицея в рамках реализации Программы здоровьесбережения является консолидация усилий всего педагогического коллектива по формированию навыков здорового образа жизни у учащихся. Задача включает следующие аспекты деятельности лицея:

- Соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм
- Учет возрастных особенностей учащихся
- Режим учебно-познавательной деятельности
- Организация питания
- Социально-педагогические условия обучения
- Организация индивидуального подхода в УВП

Факторы здоровьесберегающей среды:

- Родители, их взаимоотношения с ребенком
- лицейская образовательная среда
- организация и содержание внеучебного времени
- Педагогическая среда (конкретный процесс на уроках)
- Психологическая среда (отношения, общение с учителями и учащимися)
- Санитарно-гигиеническая среда (состояние здания лицея)

Основные направления здоровьесберегающей деятельности в лицее.

Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья учащихся предполагает:

- регулярный анализ результатов наблюдений за состоянием здоровья учащихся;
- использование в лицее рекомендованных методов профилактики заболеваний
- обсуждение данных мониторинга здоровья учащихся на педсоветах, принятие необходимых решений по повышению эффективности реализации Программы;
- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирования у них навыков здорового образа жизни;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультурминуток;

- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- ежедневное отслеживание санитарно - гигиенического состояния лица;
- планомерную организацию питания учащихся;
- реабилитационную работу;

Просветительско-воспитательная деятельность предполагает:

- организацию «Дней здоровья», внеучебной и воспитательной деятельности здоровьесберегающей направленности;
- включение в воспитательный план лица мероприятий, направленных на формирование навыков здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, табакокурения и алкоголизма);
- популяризация занятий физической культурой и овладение навыками здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры).

Рациональная организация учебного процесса предполагает:

- соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;
- использование приемов индивидуализации обучения;
- строгое соблюдение гигиенических требований к использованию технических средств в учебном процессе;
- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем развития детей;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование деятельности психолога - медико - педагогической службы лица для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся;
- организацию психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Организации физкультурно-оздоровительной деятельности предполагает:

- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- направленность содержания кружковой, внеклассной и внеучебной деятельности на формирование навыков здорового образа жизни учащихся;
- организация динамических перемен, физкультпауз на уроках и занятиях;
- эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (включая занятия ЛФК), привлечение родителей, социальных партнёров лица к организации спортивных событий , различным формам оздоровительной деятельности.

Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения предполагает:

- соответствие помещения лица гигиеническим нормативам;
- наличие в лице состава специалистов, обеспечивающих реализацию здоровьесберегающей деятельности
- оснащённость современным оборудованием физкультурного зала, спортплощадки, медицинского кабинета, столовой лица.

Организация системы просветительской и методической работы с педагогами и родителями предполагает:

- проведение в лицее постоянно действующих лекториев по различным вопросам роста и развития учащихся и их здоровья;
- повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения;
- обеспеченность лицея необходимой научно-методической литературой и информационными ресурсами.

Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

Раздел 1. Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся (организация здоровьесберегающей деятельности лицея и готовность педагогических работников к реализации здоровьесберегающей деятельности);

- позиционирование лицея в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения;
- вовлечение лицея в сетевое взаимодействие системы здоровьесберегающих ОУ, научно-педагогических и общественных организаций;
- готовность учителей к реализации здоровьесберегающей деятельности
- Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования
- Организация внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности лицея.

Раздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.

- Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку, зданию лицея
- Организация питания учащихся
- Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму ОУ
- Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению
- Выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

Раздел 3. Рациональная организация образовательного процесса и эффективное использование здоровьесберегающих технологий

- Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса
- Психологические основы здоровьесберегающей организации учебного процесса

Раздел 4. Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

- Состояние физкультурно-спортивного комплекса ОУ
- Организация уроков физкультуры в соответствии с требованиями ФГОС
- Организация внеклассной физкультурно-спортивной деятельности в ОУ
- Контроль за выполнением учащимися ОУ нормативов двигательной активности
- Комплексная оценка физической подготовленности учащихся ОУ

Раздел 5. Образовательная и воспитательная деятельность по организации системы формирования приоритетов здорового образа жизни учащихся.

- Организация образовательной деятельности в лицее в рамках учебных дисциплин здоровьесберегающей направленности
- Организация ценностно-ориентированной воспитательной деятельности в лицее в области формирования культуры здорового образа жизни учащихся
- Участие учащихся и их родителей в здоровьесберегающей деятельности ОУ.

Раздел 6. Организация профилактики употребления психоактивных веществ в среде учащихся

- Реализация программы профилактики употребления психоактивных веществ учащимися
- Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде учащихся
- Организация безопасной поддерживающей образовательной среды ОУ

Раздел 7. Организация комплексного сопровождения системы формирования культуры здорового образа жизни учащихся (система медицинского обслуживания учащихся)

- Оценка комплексных показателей состояния здоровья учащихся

Раздел 8. Организация системы мониторинга сформированности культуры здорового образа жизни учащихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов).

- Программа диагностики психологических характеристик учащихся, связанных с показателями их здоровья
- Программа мониторинга показателей здоровья и образа жизни учащихся
- Оценка сформированности у учащихся, их родителей и педагогических работников лицея мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации в форме отчетов ОУ.

Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения

1. Гигиенические средства (санитарно-гигиенические средства, здоровьесберегающие технологии)

- Требования к материально-техническому состоянию здания лицея;
- Организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов
- Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления учащихся и учителей
- Организация рационального питания учащихся – пища должна быть полноценной по химическому составу, быть безвредной в химическом отношении и безопасной, с точки зрения бактериального состава
- Соблюдение общего режима дня учащихся – режима двигательной активности, режима питания и сна
- Формирование навыков здорового образа жизни
- Личная и общественная гигиена; привитие учащимся элементарных навыков при мытье рук, использование гигиенических средств при чихании, кашле и т.д.
- Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций

2. Средства двигательной активности (здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта)

- Уроки физкультуры с комплексами физических упражнений
- Физкультминутки на уроках и подвижные перемены
- Различные виды оздоровительной гимнастики (пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура
- Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.

3. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ (психологические здоровьесберегающие технологии)

- Обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия учитель-ученик-родитель

- Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер учащихся в процессе их развития
- Функционирование кабинета психологической разгрузки

4. Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровьесберегающие образовательные технологии)

- Системный подход к организации образовательной деятельности
- Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс
- Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровьесберегающей направленности на уровне НОО, ООО, СОО

5. Профилактические и закаливающие средства (воспитательная деятельность по формированию навыков ЗОЖ)

- Организация просветительского деятельности (лекторий)
- Культурно-массовые мероприятия
- Работа с семьей учащегося(популяризация здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории)
- Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные, тематические праздники здоровьесберегающей направленности, выход на природу, экскурсии)

Модель личности учащегося.

Подготовка учащегося к ведению здорового образа жизни на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности данной программы.

Здоровьесберегающее образование существенно предоставляет учащемуся большую свободу выбора в процессе обучения. В его рамках не учащийся подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя, а учитель, обладая разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем учащегося.

Это требует разработки новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации обучения и здоровьесбережения. Учет индивидуальных особенностей учащихся в педагогической деятельности – это комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими путями:

- вариативностью образовательной среды на основе принципов профилизации обучения;
- дифференциацией обучения;
- индивидуализацией учебного процесса с учетом личностных особенностей учащихся;
- разработкой индивидуальных образовательных программ для детей с особенностями развития и педагогически запущенных детей;
- индивидуальными портфолио в системе дистанционного образования

Результаты здоровьесберегающего образования учащихся:

Модель выпускника начальной школы	Модель выпускника основной школы	Модель выпускника средней школы
-знание основ личной гигиены, выполнение правил	- знание основ строения и функционирования организма человека;	- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и

<p>гигиены;</p> <p>-владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.</p>	<p>- знание изменений в организме человека в пубертатный период;</p> <p>-умение оценивать свое физическое и психическое состояние;</p> <p>- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;</p> <p>-поддержание физической формы;</p> <p>- телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости;- гигиена умственного труда.</p>	<p>заботу о своем здоровье;</p> <p>- убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек;</p> <p>- знание различных оздоровительных систем;</p> <p>- умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;</p> <p>-способность вырабатывать индивидуальный образ жизни;</p> <p>- гигиена умственного труда.</p>
--	--	--

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

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

Базовыми компонентами на всех образовательных уровнях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

Методы контроля над реализацией программы

- обсуждение результатов реализации Программы на совещаниях и педсоветах;
- посещение и взаимопосещение уроков, внеклассных мероприятий;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в ОУ;
- сбор статистики о динамике развития мотивации учащихся к обучению.
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся по направлению формирования здорового образа жизни.

План деятельности по реализации программы

№	Мероприятия	Ответственные	Сроки	Планируемый
---	-------------	---------------	-------	-------------

		исполнители		результат и выполнение
1.	Медицинское направление.			
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в лицее; - выявление учащихся специальной медицинской группы; - ведение строгого учета учащихся по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.	Классный руководитель (согласно предоставленным данным)	ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.3.	Медосмотр учащихся, определение уровня физического здоровья.	???	ежегодно	План медосмотров
1.4.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	???	ежегодно	план прививок
1.5.	Анализ случаев травматизма в лицее.	заместитель директора по ВР	ежегодно	Материалы отчетов
1.6.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководители, заместитель директора по УВР	ежегодно	материалы отчетов
1.7.	Организация горячего питания в классе. Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Директор, зам.директора по АХР, социальный педагог, представители родительской общности	ежедневно в течение года	
1.8.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> • проветривание; • освещение; • отопление • вентиляция • уборка 	учителя, зам директора по ВР, зам.директора по АХР,	ежедневно в течение года	
1.9.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	заместитель директора по УВР	ежегодно	справка по оценке расписания
1.10.	Постоянный контроль за питанием учащихся и состоянием школьной столовой.	зам.директора по хозяйственной части, директор школы, ответственный за питание	ежедневно в течение года	

2.	Просветительское направление			
2.1.	Организация просветительской деятельности с родителями (лекторий).	заместитель директора по ВР	ежегодно	график проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по формированию культуры здорового образа жизни.	заместитель директора по ВР	ежегодно	тематика лектория
2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	администрация лицея	ежегодно	план работы
2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья учащихся.	администрация лицея	ежегодно	план работы
2.5.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование культуры здорового образа жизни»	заместители директора	ежегодно	протокол педсовета
2.6.	Организация просветительской деятельности с учащимися (лекторий, тематические классные, тренинги, инд. консультации).	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	заместитель директора	ежегодно	план работы
2.8.	Популяризация занятий спортом и ценности здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры.	учителя-предметники	в течение года	планы уроков
3.	Психолого-педагогическое направление.			
3.1.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся (в рамках КОК) - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - мониторинг умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах; - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе; - выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью их профессионального	классные руководители, педагог-психолог логопед. Психолог, Дефектолог, зам. Директора по УВР психолг, педагог-организатор	ежегодно	диагностические исследования

	самоопределения; - разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения.			
3.2.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	учителя-предметники	ежегодно	планы уроков
4.	Спортивно-оздоровительное направление.			
4.1.	Организацию спортивных мероприятий и событий	учитель физической культуры руководитель ФСК	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	заместитель директора	ежегодно	план работы кружков и секций
4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной деятельности.	заместитель директора по ВР руководитель ФСК	ежегодно	план работы
5.	Диагностическое направление			
5.1.	Мониторинг состояния здоровья учащихся	руководитель МС	ежегодно	результаты мониторинга
5.2.	Подготовка и проведение семинара для учителей по теме «Проблемы диагностики развития учащихся».	руководитель МС, психолог.	ежегодно	материалы семинара

Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения

Сентябрь

- Организация дежурства в лицее и по классам

- Запуск работы кружков и секций, организация клубной деятельности

- Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению учащихся
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы лицея по реализации здоровьесберегающей деятельности
- Организация питания учащихся
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- «Уроки чистоты»
- Организация и проведение общелицейских спортивных событий, участие в районных спортивно-массовых соревнованиях

- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма
- Проведение лекций, бесед, классных часов по формированию культуры здорового образа жизни.
- День здоровья.
- Обеспечение контроля занятости учащихся во внеурочное время (систематически).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления учащихся.
- Организация работы спецгруппы
- Проведение Дня Здоровья

Октябрь

- Организация работы учащихся по поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта и чистоты в классах, лицее, по сохранению школьного имущества
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Проведение внутрилицейских спортивных мероприятий и соревнований, участие в районных и городских мероприятиях
- Проведение лекций, бесед, классных часов по формированию культуры здорового образа жизни
- Организация физкультминуток (ежедневно).
- Подвижные игры на переменах (ежедневно).

Ноябрь

- Проведение мероприятий, посвящённых « Дню матери».
- Проведение классных часов по теме « Курение – вред здоровью»
- Выпуск плакатов, популяризирующих ценности здорового образа жизни
- Тематические экскурсии
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
- Отчёты на уровне классов и МО о результатах здоровьесберегающей деятельности.

Декабрь

- Проведение классных часов, тематических встреч с узкими специалистами, посвящённых всемирному дню борьбы со СПИДом.
- Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвящённых Дню семьи
- Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления учащихся.

Январь

- Открытые классные мероприятия по направлению «Тренинг здорового образа жизни».
- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

- Месячник мероприятий патриотической направленности
- Общелицейский праздник «Богатырские забавы»
- Праздничные классные мероприятия, посвящённые Дню Защитника Отечества
- Физкультминутки и динамические паузы.

Март

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка и проведение спортивных соревнований в лицее
- Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления учащихся.

Апрель

- Всемирный день здоровья
- Тематические встречи с представителями спорта и медицины
- Участие в Днях открытых дверей ВУЗов города (институты физкультуры и спорта, психологии, медицины)
- Благоустройство территории лицея.
- Динамические паузы, физкультминутки.

Май

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- «Весёлые старты» на школьном стадионе.
- Организация экскурсий на природу.
- Подготовка команды учащихся к летней экспедиции-сплаву в рамках муниципального проекта.

Июнь

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летних каникул.
- Организация здоровьесберегающих мероприятий в пришкольном лагере

Ожидаемые результаты формирования навыков здорового образа жизни у учащихся НОО, ООО, СОО

Образовательный уровень	Уровень сформированности навыков	Задачи педагогов	Прогнозируемые результаты
НОО: 1-2-е классы	Примитивно-поведенческий	Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры	Отсутствие вредных привычек
3-и классы		Приобщение к гигиенической культуре	
4-е классы		Организация мероприятий по формированию базовых навыков здорового	

		образа жизни	
ООО, СОО 5-6-е классы	Эмоциональный	Приобщение к нормам здорового образа жизни	Понимание ценностей здорового образа жизни, стремление к выполнению норм здорового образа жизни
7-е классы		Формирование полового самосознания и здорового образа жизни	
8-11е классы		Воспитание грамотного отношения к медико- профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека	

План действий по реализации программы «Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения»

Этапы реализации программы	Программные мероприятия		
	Для педагогов	Для учащихся	Для родителей
Первый этап	<p>1.Круглый стол в рамках педагогического совещания «Основы воспитания культуры здоровья детей в системе деятельности классного руководителя».</p> <p>2.Взаимопосещаемые открытые уроки «Использование интерактивных методов в работе классного руководителя при формировании культуры ЗОЖ у учащихся».</p>	<p>1.Круглый стол старшеклассников «Здоровый образ жизни - основа нашего будущего»</p> <p>2.Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся.</p> <p>3. Мониторинг уровня воспитанности и ценностных ориентаций учащихся.</p> <p>4.Изучение показателей культуры здоровья учащихся: осознание ценности здоровья; уровень сформированности навыков сбережения</p>	<p>1.Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания учащихся посредством консультаций, информационных писем и буклетов, выступлений на родительских конференциях, родительских собраниях и днях открытых дверей.</p> <p>2.Изучение уровня удовлетворённости учащихся и родителей организацией физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении.</p> <p>3.Работа комиссии Управляющего совета по соблюдению здоровых и</p>

		и укрепления здоровья учащихся.	безопасных условий учёбы и труда в лицее.
Второй этап	<p>1.Обмен методическими материалами «Быть здоровым - это здорово!».</p> <p>2.Организация цикла занятий по использованию здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе</p> <p>*профилактическая тренировка для педагогов;</p> <p>*занятия в спортивном зале;</p> <p>*танцевальная терапия.</p> <p>4.Медико-педагогический всеобуч «Будьте здоровы!»</p>	<p>1.Беседы, лекции, просмотры научно-популярных программ, видеофильмов здоровьесберегающей и профилактической направленности.</p> <p>2.Организация медицинского всеобуча «Это нужно знать!»</p> <p>3.Проведение лицейских спортивных мероприятий и событий</p> <p>4.Конкурс «Самый здоровый класс года».</p> <p>5.Цикл тематических классных часов «PRO здоровье» (1-4-е классы).</p> <p>6.Цикл классных часов «Здоровые привычки- здоровый образ жизни» (5-7-е классы).</p> <p>7.Цикл классных часов «Вредные привычки и их преодоление» (8-9-е классы).</p>	<p>1.Совместные занятия детей и родителей, участие в играх на стадионе, походах, спортивных соревнованиях.</p> <p>2.Общелицейские семейные спортивные праздники.</p> <p>3.Тематические родительские собрания «Быть здоровым- это модно!».</p> <p>4.Медико- педагогический всеобуч «Будьте здоровы!».</p>
Третий этап	<p>Педагогический совет «Здоровьесберегающая деятельность лицея: результаты и перспективы».</p>	<p>1.Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся».</p> <p>2. . Мониторинг уровня воспитанности и ценностных</p>	

		<p>ориентаций учащихся.</p> <p>3.Изучение показателей культуры здоровья учащихся: осознание ими ценности здоровья; уровень сформированности навыков здорового образа жизни.</p>	
<p>Традиционные мероприятия на всех этапах</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.Выполнение и соблюдение норм и правил СанПинов (шум, освещённость, воздушная среда, размеры мебели, организация питания, ассортимент и качество пищи, предотвращение перегрузки учебными занятиями, рациональное расписание занятий, дозирование домашних заданий). 2.Соблюдение динамических пауз на всех уроках в 1-6-х классах. 3.Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди учащихся. 4.Обеспечение надлежащих психолого- педагогических условий (благоприятный психологический климат в классах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.). 5.Организация контроля за питанием. 6.Профилактика гиподинамии- организация подвижных переменок. 7.Часы неаудиторной занятости: <ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры (1-4-е классы); -тренинги на взаимодействие и сплочение (5-7-е классы); -спортивные игры (8-9-е классы); -клубы по интересам. 8.Тематическая спортивная неделя. 9.Общелицейский день спорта. 10.Дни здоровья. 11.Организация мероприятий по профилактике вредных привычек 12.Тематические классные часы по ЗОЖ. 13.Мониторинг показателей здоровья учащихся (группа здоровья, физкультурная группа здоровья). 14.Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов. 15.Мониторинг занятости учащихся в спортивных секциях. 16.Учет участия учащихся в мероприятиях, популяризирующих здоровый 		

Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в лицее.

1. Сформирована система физкультурно- оздоровительной работы лицея через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья учащихся для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого из них.
2. Осуществляется систематический контроль за состоянием здоровья учащихся и педагогических работников на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики.
3. Снизится заболеваемость всех участников образовательного процесса.
4. Создан и обновляется банк данных о состоянии здоровья каждого учащегося НОО, ООО, СОО, информация используется для совершенствования модели медико- психолого- педагогического сопровождения учащихся.
5. Повысился уровень знаний всех участников образовательного процесса по вопросам здоровья и его сохранения.