

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа с.Высокое
муниципального района Пестравский Самарской области



Утверждаю:

Директор ГБОУ ООЦ с.Высокое

Мясоедова А.Ю.

Приказ № 12/п-п от «29» 08 2022 г.

**Программа
по оздоровлению
и пропаганде здорового
образа жизни
«ШКОЛА – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»
на 2022-2023 гг**

Составитель: Умнова Ю.А.

2022г.

1. Актуальность.

Приоритетным направлением современной государственной политики является сохранение и укрепление здоровья населения Российской Федерации. ВОЗ определяет **здоровье**, как состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и инвалидности.

По данным ученых, здоровье человека только на 10-15% зависит от деятельности учреждений здравоохранения, а на 50-55% – от условий и образа жизни людей, важной составляющей частью которого является активный отдых и физическое совершенствование. Общеобразовательное учреждение на селе является интеллектуальным, культурным, образовательным центром, играет важную роль в формировании ЗОЖ участников образовательного процесса (УОП).

Вопрос формирования, сохранения и укрепления здоровья детей и подростков школьного возраста имеет особую социальную значимость, так как от этой категории населения зависит здоровье нации.

Важным фактором, влияющим на состояние здоровья детей и подростков школьного возраста, является и их условия проживания, атмосфера в семье, в классном коллективе, образовательное пространство школы.

Необходимость разработки программы «Школа – территория здоровья» продиктована следующими обстоятельствами:

1. Невысоким исходным уровнем здоровья обучающихся (в силу воздействия экологических и экономических факторов).
2. Недостаточным пониманием важности и сущности формирования ЗОЖ и профилактики заболеваний всех обучающихся.

2. Нормативно-правовое обеспечение Программы

1. Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан (утверждено Верховным Советом РФ 22.07.1993 № 5487-1).
2. Об образовании (ФЗ, ст. 51).
3. О физической культуре и спорте в РФ (ФЗ № 329 от 04.12.2007 г.).
4. Конвенция о правах ребенка (принята Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989г.)
7. Постановление Государственной думы Федерального собрания РФ от 16.12.1998 № 3383-П ГД « О неотложных мерах по предупреждению распространения в России наркомании и токсикомании среди детей и молодежи».
8. Концепция государственной молодежной политики Российской Федерации.
9. Концепция охраны здоровья здоровых в РФ (Приказ Минздрава РФ от 21.03.2003 г. № 113).
10. Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде (Приказ Минобразования РФ от 28.02.2002 г. № 619).
11. Положение о социально-гигиеническом мониторинге (Постановление Правительства РФ от 01.06.2009г. № 426).
12. ФЗ №148 от 1 декабря 2004г «О внесении изменений в статьи 3 и 6 Федерального закона «Об ограничении курения табака»
13. «О совершенствовании деятельности по профилактике заболеваний в РФ» (Приказ МЗ РФ от 23.09.2003 г. № 455).
14. «О стратегии воспитания и развития личности в системе общего и профессионального образования России» (Приказ Министерства общего и профессионального образования РФ № 1252 от 19.06.2007 г.).
15. Устав ГБОУ ООШ с.Высокое.

3. Стратегическая цель Программы.

Создание комплексной системы формирования здоровья, ЗОЖ и обеспечение полноценных условий ее успешного и длительного функционирования.

4. Задачи Программы.

1. Обеспечение внутришкольного взаимодействия и социального партнерства по вопросам сохранения и укрепления здоровья обучающихся..
2. Формирование у УОП мировоззрения и эмоционально-ценностного отношения к ЗОЖ, содействие развитию приоритетов здоровья.
3. Формирование внутришкольной среды, ориентированной на ценности здоровья и ЗОЖ. Создание условий учебы, работы и отдыха, обеспечивающих физический, психологический комфорт и высокую работоспособность, реализацию принципов ЗОЖ.
4. Повышение уровня информированности обучающихся по вопросам сохранения и укрепления здоровья через создание и поддержание постоянно действующей информационной и образовательной системы, направленной на мотивацию к ЗОЖ, привлечению к активному отдыху, занятиям физической культурой, туризмом и спортом педагогов, обучающихся и их родителей (законных представителей).
5. Использование всех ресурсов лечебно-профилактических учреждений района для укрепления и восстановления здоровья обучающихся, эффективной профилактики заболеваний, обеспечение доступности и полноценности профилактических услуг.
6. Формирование и совершенствование системы мониторинга здоровья, факторов риска и уровня информированности по вопросам сохранения и укрепления здоровья.
7. Духовно-нравственное воспитание обучающихся.

5. Принципы реализации Программы.

Реализация Программы базируется на следующих принципах:

1. Научность – использование сведений, положений и методов, подтвержденных наукой и практикой.
2. Системность – комплексная взаимосвязь различных методов управления здоровьем и формирования ЗОЖ.
3. Преемственность – вовлечение в процесс формирования навыков ЗОЖ воспитанников дошкольных учреждений и выпускников школы.
4. Региональная специфика – учет территориальных и экологических факторов, влияющих на уровень здоровья и на формирование ЗОЖ.
5. Адресность - учет индивидуальных особенностей обучающихся.

6. Сроки реализации Программы.

Период реализации Программы – 2022-2025 гг.

1 этап – 2022-2023 гг. – обобщение имеющегося опыта, формирование организационно-правовой базы, разработка плана мероприятий по реализации Программы, апробация предполагаемых методов и технологий Программы.

2 этап – 2023-2024 гг. – реализация мероприятий Программы.

3 этап – 2024-2025 гг. – оценка эффективности, корректировка и реализация мероприятий Программы.

7. Ресурсы для решения поставленных задач

- **кадровые**

В школе обучается не более 100 учащихся. Педагогический коллектив состоит из 9 преподавателей, среди которых 90% преподаватели с высшей и первой квалификационной категорией

ГБОУ ООШ с. Высокое, непосредственно занимающимся пропагандой ЗОЖ, является служба социально-психологической поддержки обучающихся в лице социального педагога.

Вопросами оздоровления занимается преподаватель физической культуры, классные руководители.

- **методические**

Педагогическим коллективом школы накоплен богатый опыт по формированию у детей ЗОЖ. В методической копилке разработки уроков и внеклассных мероприятий, мероприятий для родителей, обучающихся по пропаганде ЗОЖ, защите окружающей среды, о здоровом питании, активном отдыхе др. В школе разработана и реализуется комплексная Воспитательная Программа школы, по профилактике преступлений и правонарушений, употребления ПАВ, по пропаганде ЗОЖ на 2022-2023гг. Педагоги активно используют в работе с учащимися здоровьесберегающие технологии.

- **материально-технические**

Наша школа – это современное типовое здание с большими оконными проемами, просторными рекреациями, светлыми классными кабинетами. В школе имеется спортивный зал, оборудованный необходимым спортивным инвентарем. На территории школы имеется спортивная площадка.

8. Основные направления работы в рамках реализации Программы

8.1. Развитие материально-технической базы Школы

- ежегодный косметический ремонт, осветительными приборами, ТСО с учетом санитарных норм для различных возрастных контингентов обучающихся

8.2. Научно-образовательная и просветительская деятельность по формированию ЗОЖ

Научно-обоснованная система обучения здоровью и ЗОЖ в школе позволяет наиболее полно реализовать задачи Программы. Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Всестороннее информирование обучающихся, их родителей (законных представителей) в вопросах сохранения и укрепления здоровья:

- проведение классных и общешкольных внеклассных мероприятий, обучающих приемам и методам сохранения и укрепления здоровья, правовым вопросам охраны здоровья;
- использование возможностей учебных дисциплин для акцентирования внимания на вопросах ЗОЖ (с учетом специфики учебных предметов, профориентации учащихся).

2. Включение обучающихся в исследовательскую деятельность по проблемам здоровья:

- проведение исследований, подготовка обучающимися исследовательских работ по проблемам здоровья;
- подготовка обучающимися докладов и рефератов на темы, связанные с разными аспектами здоровья человека и ЗОЖ;
- выпуск буклетов, пособий для сверстников по проблемам здоровья;

3. Привлечение обучающихся и преподавателей к пропаганде ЗОЖ:

- проведение обучающимися и преподавателями акций, направленных на пропаганду ЗОЖ «Правильное питание - активное долголетие»

4. Разработка учебно-методического обеспечения формирования ЗОЖ, в том числе и с использованием современных ИКТ.

8.3. Организация досуговой деятельности и активного отдыха

В школе создана система работы по формированию культуры здоровья в процессе досуговой деятельности и активного отдыха, что позволяет поддерживать высокий уровень психического и физического здоровья всех участников образовательного процесса.

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Организация ученического самоуправления «Содружество», работа РДШ «Орлята».

2. Привлечение обучающихся к участию в творческих конкурсах, конференциях различного уровня (областных, региональных, всероссийских и т.д.); проведение творческих конкурсов внутри школы, развитие социального проектирования.

3. Сотрудничество с культурными учреждениями (Сельский дом культуры с.Высокое, районный Дом детского творчества, МБУ «УКМПС» с. Пестровка

4. Поддержка спорта, туризма; привлечение к участию в соревнованиях различного уровня; сотрудничество с ДЮСШ с.Пестровка.

8.4. Развитие физической культуры и спорта

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Развитие системы физкультурно-спортивного образования и воспитания обучающихся:

– разработка и внедрение рекомендаций по объему двигательной активности в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся;

– проведение мониторинга обучающихся, систематически занимающихся физической культурой и спортом;

– выполнение норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса обучающимися школы

2. Пропаганда физической культуры и спорта среди обучающихся:

– выявление интересов, потребностей и мотивации обучающихся и определение эффективности работы по пропаганде физической культуры и ЗОЖ;

- привлечение к участию в спортивных мероприятиях родителей обучающихся

8.5. Сохранение и укрепление психического здоровья

В свете современной социально-экономической ситуации проблема сохранения психического здоровья становится первоочередной, в том числе для учащихся детей и подростков.

Психологическая поддержка обучающихся ведется в следующих направлениях:

- через внеурочную деятельность обучающихся осуществляется внедрение комплекса профилактических мероприятий по сохранению и укреплению психического их здоровья;

- оказание адресной психологической помощи обучающимся в решении проблем личностной сферы и межличностного взаимодействия;

- повышение уровня стрессоустойчивости обучающихся.

8.6. Организация сбалансированного рационального питания

Рациональное сбалансированное питание, соответствующее возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, является одним из основных факторов, определяющих гармоничное развитие организма школьников.

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Обеспечение условий для удовлетворения потребностей обучающихся в качественных услугах организации горячего питания. Технология приготовления пищи, оборудование столовой соответствует нормам СанПиН

2. Мониторинг качества питания (создана бракеражная комиссия; к оценке особенностей и характера собственного рациона и режима питания приглашаются родители).

8.7. Профилактика табакокурения, наркомании, алкоголизма и других форм зависимости.

Употребление психоактивных средств стало глобальной проблемой, особенно актуальной для подростков и молодежи, которые склонны игнорировать и недооценивать долговременные последствия своего поведения. В соответствии с Воспитательной программой школы по предупреждению преступлений и правонарушений, употребления ПАВ, пропаганде ЗОЖ на 2022-2023гг активно ведется профилактическая работа на :

1. Побуждение школьников к осознанному принятию верного решения на организацию ЗОЖ.

2. Предоставление обучающимся альтернативных способов удовлетворения их потребностей в самовыражении и социальном развитии – физическая культура и спорт, культурные мероприятия и различные формы активного отдыха.

3. Создание обстановки в школе, защищающей обучающихся от влияния различных форм психофизической зависимости.

8.8. Мониторинг здоровья.

Комплексный, динамический мониторинг здоровья является основой системы оздоровительных и профилактических мероприятий.

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Динамический мониторинг здоровья детей с использованием физиологических, антропометрических, психологических показателей здоровья.

2. Составление и коррекция оздоровительных и профилактических мероприятий на основе мониторинга.

3. Мониторинг соблюдения санитарно-гигиенических и эргономических норм организации учебной и трудовой деятельности.

8.9. Деятельность по совершенствованию медицинского обслуживания.

Медицинский работник ФАП осуществляет комплекс мероприятий, направленных на формирование, сохранение и укрепление здоровья, профилактику и снижение заболеваемости, обеспечивает своевременность и доступность медицинской помощи для обучающихся и преподавателей.

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

- ежегодный профилактический осмотр обучающихся и преподавателей.

- выявление заболеваний на ранних стадиях;

- индивидуальная оценка состояния здоровья с учетом факторов риска;

- совершенствование обеспечения и проведения ежегодных осмотров, динамического наблюдения за здоровьем.

8.10. Создание условий для обучающихся с ограниченными физическими возможностями

Обучение в школе лиц с ограниченными физическими возможностями – важная социальная, педагогическая и медицинская задача по интеграции их в общество. Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Разработка и внедрение в практику школы системы сопровождения образовательной деятельности обучающихся-инвалидов.

2. Адаптация программ обучения и воспитания к психофизиологическим особенностям детей с ОВЗ.

3. Обеспечение поддержки обучающимся с ОВЗ в вопросах социализации их в обществе.

8.11. Духовно-нравственное воспитание обучающихся.

Духовно-нравственное воспитание в ГБОУ ООШ с. Высокое является одним из приоритетных направлений деятельности.

В школе ведется предмет «Основы духовно-нравственной культуры народов России». Обучающиеся участвуют в различных районных, областных и всероссийских творческих конкурсах, фестивалях, научно-практических конференциях, посвященных православной культуре и духовно-нравственным ценностям.

8.12. Информационное обеспечение Программы

Информационное обеспечение играет важную роль в популяризации ЗОЖ.

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Формирование информационного пространства на основе сочетания различных форм учебной и внеучебной деятельности, в том числе пропагандистской, медико-профилактической, досуговой, физкультурно-оздоровительной, спортивной и др.

2. Разработка и проведение информационных кампаний, популяризирующих ценности ЗОЖ на основе систематичности, регулярности, непрерывности, преемственности информационного воздействия.

3. Организация обучения обучающихся методам и формам пропаганды ЗОЖ среди различных категорий и групп населения.

4. Анализ эффективности и корректировка пропагандистского воздействия на формирование целевых установок ЗОЖ у обучающихся.

9. Ожидаемые конечные результаты реализации Программы:

- совершенствование пропаганды здорового образа жизни и занятий физической культурой и спортом;

- повышение уровня всестороннего гармоничного развития обучающихся и преподавателей, направленное на формирование и развитие культуры личности;
- максимальное вовлечение обучающихся и их родителей в спортивно-массовую и физкультурно-оздоровительную деятельность;
- сокращение количества болеющих обучающихся и преподавателей;
- Расширение спортивно-оздоровительной, материально-технической базы школы.

Критерии оценки достижения результатов по каждому направлению:

Направление деятельности	Критерии оценки (количественные или качественные)
<i>Развитие материально-технической базы школы</i>	Материально-техническая база школы соответствует санитарно-гигиеническим требованиям для успешной учебы, работы и отдыха, обеспечивает физический, психологический комфорт и высокую работоспособность всех УОП, реализацию принципов ЗОЖ . Сформирована внутришкольная среда, ориентированная на ценности здоровья и ЗОЖ.
<i>Научно-образовательная и просветительская деятельность по формированию ЗОЖ</i>	Уровень информированности обучающихся по вопросам сохранения и укрепления здоровья высокий. Создана и постоянно действует информационная и образовательная система, направленная на мотивацию к ЗОЖ, привлечение к активному отдыху, занятиям физической культурой, туризмом и спортом обучающихся и их родителей (законных представителей)
<i>Организация досуговой деятельности и активного отдыха</i>	Высокий уровень мотивации учащихся к участию в творческих мероприятиях, занятиям в ОДО различной направленности, в т.ч. спортивно-оздоровительной. Увеличение численности обучающихся, занимающихся спортом, правильно организующими свой досуг.
<i>Развитие физической культуры и спорта</i>	Уровень физической подготовки учащихся стремится к повышению
<i>Сохранение и укрепление психического здоровья</i>	Уровень стрессоустойчивости обучающихся значительно повысился
<i>Организация сбалансированного рационального питания</i>	Количество учащихся, охваченных горячим питанием –100%.
<i>Профилактика табакокурения, наркомании, алкоголизма и других форм зависимости</i>	Снижение количества родителей и детей , имеющих вредные прмвычки
<i>Мониторинг здоровья</i>	Ежедневный мониторинг посещаемости обучающихся, предупреждение эпидемий, снижение количества простудных и вирусных заболеваний.
<i>Деятельность по совершенствованию медицинского обслуживания (совместно с ЦРБ)</i>	Проводится ежегодный профилактический осмотр всех УОП, своевременная необходимая вакцинация, своевременная диагностика хронических заболеваний. Снижение роста заболеваемости среди УОП

<i>Создание условий для УОП с ограниченными физическими возможностями</i>	Создана и внедрена программа психолого-педагогического сопровождения обучающихся инвалидов, обеспечивающая их успешное обучение и социализацию
<i>Духовно-нравственное воспитание обучающихся</i>	Разработан и внедрен ежегодный план совместных мероприятий духовно-нравственного образования и воспитания школьников с шостьенским женским ставропигиальным монастырем .