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

**МОБУ лицея № 33**

**на 2013 - 2018 учебные годы**

1. **Введение.**

Одной из главных задач системы образования Ростовской области является сохранение и укрепление физического и психологического здоровья обучающихся, формирование ответственного отношения детей и подростков к своему здоровью.

В Ростовской области, как и в целом в Российской Федерации, количество здоровых детей продолжает снижаться, что подтверждается данными официальной статистики.

Большую часть времени ребенок проводит в школе. Не секрет, что абсолютно здоровыми можно считать только 10% выпускников школ, более половины детей имеют ослабленное здоровье, и значительная часть детей в возрасте до 14 лет уже приобретают хронические болезни.

По официальной статистике в стране, ежегодное увеличение нагрузки на школьников и, как следствие, ухудшение их физического здоровья, в том числе психического, привело к необходимости проанализировать состояниездоровья обучающихся.

Важным условием стабильного здоровья является доврачебное диагностическое обследование обучающихся, отслеживание изменений физического и психологического состояния ребенка, своевременное реагирование на возникающие проблемы. На основе полученных данных должна учитываться величина учебных нагрузок, строиться организация учебного процесса и всей здоровьесберегающей деятельности школы. И без специального оборудования, способного быстро обработать информацию в настоящее время не обойтись.

В 2013году лицей включён в пилотный проект по здоровьесбережению в образовательных учреждениях Ростовской области, направленный на комплексное решение проблемы здоровья детей.В рамках этого проекта с применением аппаратно-программного комплекса диагностического назначения «АРМИС» будет возможно выявлять нарушения в сердечно–сосудистой, дыхательной, зрительной, слуховой и центральной нервной системах, давать оценку психофизического состояния ребёнка и главное формировать рекомендации в необходимости более глубокого обследования у конкретных врачей специалистов.

Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, педагогический коллектив исходили из ранее полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов нашего учреждения,  о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения

Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относится к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни

Поэтому одним из приоритетных направлений в своей деятельности коллектив лицея   видит работу по сохранению здоровья учащихся за период обучения в лицее, формиро­ванию  у обучающихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, использованию полученные знания в повседнев­ной жизни.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел 18 «Календарный план реализации программы» обновляется каждый учебный год.

1. **Цели программы:**

* создание в лицее организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
* усиление контроля за медицинским обслуживанием участников образовательного процесса;
* создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
* развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
* формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;
* обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в лицее с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
* разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников лицея.

**3. Задачи программы**:

* четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния лицея;
* гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий

и режима дня;

* освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения

школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье обучающихся;

* планомерная организация полноценного сбалансированного питания обучающихся;
* развитие психолого-медико-педагогической службы лицея для своевременной профилактики психологического и физического состояния обучающихся;
* привлечение системы кружковой, внеклассной и внелицейской работы к

формированию здорового образа жизни обучающихся;

* посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

**4. Нормативно-правовая база:**

* Указ Президента РФ от 01.06.2012 761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы 1июня 2012года №761.
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 28 декабря 2010г.№ 2106г. Москва «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».
* Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90.
* Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” №273-ФЗ от 29.12.2012
* Федеральный закон от 24.07.98 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями от 20 июля 2000 г.).
* Федеральный закон №38 –ФЗ от 30.03.1995. «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека

( ВИЧ – инфекции)».

* Соглашение о взаимодействии МО и ПО РО и министерства здравоохранения Ростовской области от 18.04.2012г.
* Приказ МО и ПО РО об утверждении пилотных площадок по здоровьесбережению от 19.06.2012 №566.
* Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, основного общего образования.
* Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;
* СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям  обучения в ОУ»
* СанПин 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в ОУ, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

**5. Функции различных категорий работников лицея**

*5.1. Функции медицинской службы лицея:*

* проведение диспансеризации обучающихся лицея;
* медосмотр обучающихся лицея, определение уровня физического здоровья;
* выявление обучающихся специальной медицинской группы.

*5.2. Функции администрации*:

* общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
* общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в лицее;
* организация и контроль уроков физкультуры;
* обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
* разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья обучающихся и ее контроль;
* организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
* организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
* организация работы психологической службы в лицее.

*5.3. Функции классного руководителя:*

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

**6.Участники программы:**

* обучающиеся
* педагогическое сообщество
* родители.
* Социальные партнёры:

- Бассейны: «Садко», «Дельфин», «Прибой»

- МОБУ ДОД «Детская юношеская спортивная школа» №2,№3

- Спорткомплексы: «Металлург», «Красный Котельщик», «Красный гидропресс»

- Детская библиотека им. И.Д. Василенко

- ООО «Таганрогское школьное питание».

- Центр занятости населения г.Таганрога

- ПДН ОП-3 Управления внутренних дел

- КДН и ЗП администрации города

- Управление образования: сектор профилактики безнадзорности и правонарушений

- ФГУ «6-й отряд государственной противопожарной службы МЧС России»

- ГИБДД

**7. Сроки и этапы реализации программы:**

*1 этап – подготовительный (2013 – 2014гг.):*

* формирование базы данных о состоянии здоровья обучающихся в лицее;
* анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
* изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
* разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

*2 этап – апробационный ( 2014 – 2016гг.):*

* внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее

эффективных;

* систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
* выполнение оздоровительных мероприятий.

*3 этап - контрольно-обобщающий (2017 – 2018гг.):*

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

**8. Модель личности обучающегося.**

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам лицея необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей и подростков.

Для этого создана прогнозируемая модель личности обучающегося:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Модель выпускника первой ступени обучения | Модель выпускника второй ступени обучения | Модель выпускника третьей ступени обучения |
| - знание основ личной  гигиены, выполнение  правил гигиены;  - владение основами  личной гигиены и  здорового образа жизни. | - знание основ личной  гигиены, выполнение правил гигиены;  - владение основами  личной гигиены и  здорового образа жизни.  - знание основ строения и  функционирования организма человека;  - знание изменений в организме человека в  пубертатный период;  - умение оценивать свое  физическое и психическое состояние;  - знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;  - поддержание физической формы;  - телесно-мануальные навыки, связанные с  укреплением силы,  выносливости, ловкости;  - гигиена умственного  труда. | - стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной  пригодности через физическое совершенствование и  заботу о своем здоровье;  - убеждение в пагубности  для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек;  - знание различных оздоровительных систем;  - умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;  - способность вырабатывать  индивидуальный образ  жизни;  - гигиена умственного труда. |

9**. Ожидаемые конечные результаты программы:**

1. Снижение показателей заболеваемости детей.
2. Стабилизация состояния здоровья обучающихся по основным показателям.
3. Повышение качества и уровня обучения школьников.
4. Повышение уровня воспитанности детей и подростков.
5. Полученные в лицее знания о здоровом образе жизни позволяют ребятам понять, как и почему им нужно заботиться о своём здоровье, соблюдать правила ЗОЖ.
6. Обучающиеся смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям ЗОЖ.
7. Обучающиеся научаться управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими.

Конечный продукт: выпускник МОБУ лицея № 33 владеет знаниями, умениями и навыками ЗОЖ, имеет внутреннюю потребность применять их в повседневной жизни.

Критериями эффективности реализации Программы являются:

* положительная динамика состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в МОБУ лицее № 33 - сформированность ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья у детей и подростков, наличие навыков здорового образа жизни;
* сформированность у всех категорий педагогических работников единых ценностных подходов к сохранению и укреплению здоровья учащихся;
* организация в лицее валеологически целесообразного режима функционирования и организации образовательного процесса;
* удовлетворённость организацией образовательного процесса и условиями обучения со стороны учащихся и их родителей.

**10. Реализация программы направлена на формирование у обучающихся 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 ступенях 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.

**11. Методы контроля над реализацией программы:**

* проведение заседаний Педагогического совета лицея;
* посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗСТ;
* создание методической копилки опыта;
* мониторинг состояния здоровья обучающихся и морально-психологического климата в лицее;
* сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
* контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью обучающихся в свете формирования здорового образа жизни.

**12. Основные направления деятельности программы:**

*12.1. Медицинское направление предполагает:*

* создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья:
* составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
* проведение физкультминуток;
* гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
* четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния лицея;
* планомерную организацию питания учащихся;
* реабилитационную работу:
* обязательное медицинское обследование;

*12.2. Просветительское направление предполагает:*

* организацию деятельности с обучающимися по профилактике табакокурения,

алкоголизма, наркомании;

* организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения,

алкоголизма, наркомании;

* пропаганду здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции,

познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные

акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами нутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма;

пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии,

географии, химии, ОБЖ, физической культуры).

*12.3. Психолого-педагогическое направление предполагает:*

* использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
* предупреждение проблем развития ребенка;
* обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
* развитие познавательной и учебной мотивации;
* формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
* совершенствование деятельности психолого - медико - педагогической службы лицея для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния обучающихся и совершенствованию здоровье сберегающих технологий обучения;
* организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся.

*12.4. Спортивно-оздоровительное направление предполагает:*

* организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
* привлечение системы кружковой, внеклассной и внелицейской работы к

формированию здорового образа жизни обучающихся;

* широкое привлечение обучающихся, родителей, социальных партнёров лицея

к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

*12.5. Диагностическое направление предполагает:*

* доврачебное диагностическое обследование с помощью аппаратно-программного комплекса «АРМИС»;
* проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются:

общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;

* текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
* режим дня, бытовые условия; внелицейская занятость дополнительными занятиями.

**13. Здоровьесберегающие образовательные технологии:**

* медико- гигиенические технологии (МГТ);
* здоровьесберегающие технологии административной работы в лицее;
* здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
* здоровьесберегающие экологические технологии, направленные на создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой (обустройство территории лицея, озеленение в классах, участие в природоохранных мероприятиях);
* здоровьеформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у обучающихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.
* физкультурно - оздоровительные технологии (ФОТ);
* технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ТОБЖ);
* здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ);
* психолого-педагогические технологии здоровьесбережения.

**14. Реализация основных направлений программы:**

1. Убеждение обучающихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.

2. Проведение динамических пауз, физкультминуток и подвижных игр во время учебного дня.

3. Посильные домашние задания, которые должны составлять не более одной трети выполняемой работы в классе.

4. Контроль над сменой видов деятельности школьников в течение дня, чему способствует удобное расписание уроков.

5. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание классных комнат на переменах, озеленение классных помещений комнатными растениями.

6. Ежемесячное проведение генеральных уборок классных помещений.

7. Обеспечение каждого обучающегося горячим питанием в буфетах.

8. Контроль условий теплового режима и освещённости классных помещений.

9. Привлечение учащихся к занятиям во внеурочное время в спортивных секциях, действующих в лицее и вне её.

10. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.

11. Создание комфортной атмосферы в лицее и классных коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.

12. Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

**15. Применение разнообразных форм работы:**

*15.1.Учет состояния детей:*

* анализ медицинских карт;
* определение группы здоровья;
* учет посещаемости занятий;
* контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

*15.2.Физическая и психологическая разгрузка обучающихся:*

* организация работы спортивных секций, кружков, клубов;
* динамические паузы;
* индивидуальные занятия;
* организация спортивных перемен;
* дни здоровья;
* физкульминутка для обучающихся;
* организация осенних, весенних, летних оздоровительный лагерей при лицее с дневным

пребыванием.

*15.3.Урочная и внеурочная работа*:

* открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ;
* открытые классные и общелицейские мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
* спортивные кружки и секции: баскетбол, подвижные игры, курс внеурочной деятельности в начальных классах «Будь здоров - без докторов».

**16. План деятельности по реализации программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | мероприятия | Ответственные исполнители | сроки | Планируемый результат и выполнение |
| **1** | **Медицинское направление.** |  |  |  |
| 1.1. | Медико-педагогическая экспертиза:  - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в лицее;  -выявление обучающихся специальной медицинской группы;  -ведение строгого учета детей по группам здоровья. | медицинский работник | ежегодно | медицинские карты, листы здоровья в классных  журналах |
| 1.2. | Проведение диспансеризации учащихся лицея. | медицинский работник | ежегодно |  |
| 1.3. | Проведение медицинского осмотра обучающихся 8-х,9-х,11-х классов | медицинский работник | ежегодно | план  медосмотров |
| 1.4. | Медосмотр обучающихся лицея, определение уровня физического здоровья. | медицинский работник | ежегодно | план  медосмотров |
| 1.5. | Обеспечение и организация профилактических прививок обучающихся. | медицинский работник | ежегодно | план  прививок |
| 1.6. | Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах | медицинский работник | ежегодно | классные журналы |
| 1.7. | Анализ случаев травматизма в лицее. | медицинский работник, заместитель директора по УВР | ежегодно | материалы  отчетов |
| 1.8. | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни. | медицинский работник, классный руководитель | ежегодно | материалы  отчетов |
| 1.9. | Контроль за качеством питания и питьевым режимом. | медицинский работник | ежедневно |  |
| 1.10. | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:  проветривание;  освещение;  отопление  уборка | медицинский работник, учителя | ежедневно |  |
| 1.11. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиН) | заместитель директора | ежегодно | справка по оценке расписания |
| 1.12. | Постоянный контроль за питанием в буфетах 2-х зданий. | медицинский работник, директор, члены родительского комитета | ежедневно |  |
| 2. | **Просветительское направление** |  |  |  |
| 2.1. | Организация просветительской работы с родителями по ЗОЖ (лекторий). | учителя, заместитель директора | ежегодно | график проведения и тематика лектория |
| 2.2. | Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей. | администрация лицея | ежегодно | план работы |
| 2.3. | Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей. | администрация лицея | ежегодно | план работы |
| 2.4. | Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни» | заместители директора | 2014- 2015гг. | протокол педсовета |
| 2.5. | Организация просветительской работы с обучающимися | учителя, классные руководители, медицинский работник | ежегодно | план работы |
| 2.6. | Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма. | заместитель директора | ежегодно | план работы |
| 2.7. | Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры. | учителя - предметники | в течение года | планы уроков |
| **3.** | **Психолого-педагогическое направление.** |  |  |  |
| 3.1. | Организация психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса. | Администрация  лицея, педагог - психолог | ежегодно | план работы |
| 3.2. | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся.:  - определение влияния учебной  нагрузки на психическое здоровье детей;  - изучение психологических  возможностей и готовности детей к школе. | педагог – психолог, классные руководители | ежегодно | диагностические исследования |
| 3.3. | Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся. | педагог – психолог | ежегодно | план работы |
| 3.4. | Конференция по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения» | заместитель директора | 2014 -2015гг. | материалы конференции |
| 3.5. | Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности. | учителя-предметники | ежегодно | планы уроков |
| 3.6. | Выявление группы риска по социальной дезадаптации, устранения негативного влияния. | Классный руководитель, педагог - психолог | ежегодно | план работы |
| **4** | **Спортивно-оздоровительное направление.** |  |  |  |
| 4.1**.** | Организацию спортивных мероприятий. | учителя физической культуры | ежегодно | план работы |
| 4.2. | Разработка системы дополнительного образования, внеурочной деятельности, внеклассной и внелицейской работы по формированию здорового образа жизни обучающихся | заместитель директора | ежегодно | план работы кружков и секций |
| 4.3. | Привлечение обучающихся, родителей, социальных партнёровлицея к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы. | заместитель директора | ежегодно | план работы |
| 4.4. | Организация урока физической культуры с учётом мониторинга уровня физического здоровья и индивидуальных особенностей обучающихся | заместитель директора учителя физической культуры | ежегодно | планы уроков |
| **5** | **Диагностическое направление** |  |  |  |
| 5.1. | Доврачебное диагностическое обследование с помощью аппаратно-программного комплекса «АРМИС» | Медицинский работник | ежегодно | результаты диагностики |

**17. Здоровьесберегающая деятельность педагогического коллектива МОБУ лицея № 33»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Органы управления | Мероприятия программы | Сроки выполнения | | |
| 2013 – 2014гг. | 2013 – 1014гг. | 2014 – 2015гг. |
| Совет лицея | 1.  Создание временной творческой группы поразработке Программы здоровьесбережения«Лицей- территория здоровья» | Сентябрь 2013 |  |  |
|  | 2.  Анализ результатов доврачебного диагностического обследования участников образовательного процесса. | После прохождения диагностики |  |  |
|  | 3.  Анализ влияния состояния здоровья обучающихся на уровень обученности. | Май | Май | май |
|  | 4.  Анализ дозировки учебной нагрузки: учебные планы; график контрольных работ. | сентябрь | сентябрь | сентябрь |
|  | 5.  Анализ эффективности уроков физкультуры. | январь | март | апрель |
|  | 6.  Итоговый анализ состояния здоровья обучающихся. | май | май | май |
| Педагогический Совет | 1.Обсуждение и принятие Программы здоровьесбережения «Лицей- территория здоровья». | сентябрь |  |  |
|  | 2.Использование здоровьесберегающих технологий. | сентябрь | январь | апрель |
| Методический Совет | 1.Обсуждение Программы здоровьесбережения «Лицей- территория здоровья» | сентябрь |  |  |
|  | 2.Составление плана работы с учетом внедрения здоровьесберегающих технологий. | август | август | август |
|  | 3.Разработка критериев уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования. | ноябрь |  |  |
|  | 4.Мониторинг влияния состояния здоровья обучающихся на качество знаний по предметам. | апрель | апрель | апрель |
|  | 5.Разработка анкет и проведение анкетирования по определению самочувствия обучающихся в лицее | декабрь | декабрь | декабрь |
|  | 6.Подготовка памяток для обучающихся по формированию здорового образа жизни. |  | март |  |
| Совет общелицейского родительского комитета | 1.Ознакомление родителей с  деятельностью лицея по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни. | апрель | апрель | апрель |
|  | 2.Круглый стол «Здоровье наших детей». |  | ноябрь |  |
|  | 3.День семьи «Папа, мама и я – спортивная семья». | февраль | февраль | февраль |
|  | 4.Анализ результатов работы  школы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни. | май | май | май |

**18.Календарный план реализации программы здоровьесбережения на 2013-2014 учебный год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **мероприятие** | **ответственные** |
|  | **сентябрь** |  |
| **1** | Назначение ответственного за организацию питания в лицее | директор лицея |
| **2** | Совещание при директоре по вопросам организации и развития питания в лицее | директор лицея |
| **3** | Организация бесплатного питания обучающихсяизмалообеспеченных семей и семей определённых категорий | директор лицея  ответственный за питание |
| **4** | Организация работы бракеражной комиссии по питанию (обучающиеся, педагоги, родители) | ответственный за питание |
| **5** | Целевая проверка организации питания обучающихся на основе наблюдений | ответственный за питание |
| **6** | Проведение уроков–здоровья:  1-2 класс: «Если хочешь быть здоров»  3-4 класс: «Из чего состоит наша пища»  5-6 класс: «Здоровье - это здорово» | классные руководители |
| **7** | Проведение классных часов:  1 класс: Режим дня – основа жизни человека (беседа – игра)  2 класс: «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище)  3 класс: «Цена ломтика»  4 класс: «Что такое здоровье?»  6 класс: «Разрешение конфликтов без насилия»  8 класс: «В здоровом теле – здоровый дух!»  9 класс: «Законы жизни».  10 класс: «Красота и здоровье» | классные руководители |
| **8** | Ведение мониторинга охвата горячим питанием обучающихся | ответственный за питание |
| **9** | Анкетирование родителей «Питание наших детей» | ответственный за питание,  классные руководители |
| **10** | Оформление стенда «Приятного аппетита» | ответственный за питание |
| **11** | Родительские собрания:  1 класс: «Режим труда и учёбы»  2 класс: «Здоровье ребёнка в руках взрослых»  3 класс: «Секреты здоровья ребёнка»  4 класс: «Режим и гигиена питания младших школьников»  5 класс: «Особенности адаптационного периода» «Психологические особенности подростков»  6 класс: «Организация рационального питания подростков»  9 класс: «Организация рационального питания старшеклассников», «Жизненные ценности подростков» | классные руководители |
| **12** | Анкетирование: употребление алкоголя, сигарет, наркотиков ( 8-11 класс). | классный руководитель, |
| **13** | Практическое занятие «Скуку, простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье» (1 класс) | классный руководитель, |
| **14** | Игра «Учись быть здоровым» ( 4 класс) | классный руководитель, |
| **15** | Диагностика школьной тревожности (1,5 класс), мотивации, адаптации первоклассников. | педагог - психолог |
| **16** | День здоровья (1- 11 классы) | учитель физкультуры, классный руководитель  родители |
| **17** | Диаграмма «Мои жизненные ценности» (7 класс) | классный руководитель,, |
| **18** | Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время. | заместитель директора по ВР |
| **19** | Организация дежурства по лицею и по классам. | заместитель директора по ВР |
| **20** | Организация работы кружков и секций, внеурочной деятельности | заместитель директора по ВР |
| **21** | Заседание методобъединений «Использование здоровьесберегающих технологий на уроке» | Руководители МО |
| **22** | Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах. | классный руководитель, |
| **23** | Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. | заместитель директора по ВР |
|  | **октябрь** |  |
| **1** | Совещание классных руководителей:  - об организации горячего питания | заместитель директора по ВР,  ответственный за питание |
| **2** | Заседание Совета лицея по организации питания по вопросам:  - охват учащихся горячим питанием,  - соблюдение санитарно – гигиенических требований | Директор лицея,  ответственный за питание,  заместитель директора по ВР |
| **3** | Работа бракеражной комиссии по питанию (обучающиеся, педагоги, родители) | ответственный за питание |
| **4** | Целевая проверка организации питания обучающихся на основе наблюдений | ответственный за питание |
| **5** | Проведение уроков–здоровья  1-2 класс: «Самые полезные продукты»  3-4 класс: «Что нужно есть в разное время года»  5-6 класс: «Продукты разные нужны, блюда разные важны» | классные руководители |
| **6** | Проведение классных часов  1класс: О Сидоре Пашке – ужасном замарашке (инсценировка)  2 класс: «Как сохранить зрение», «Твоё здоровье»  3 класс: «Правила поведения в столовой» (занятие – практикум), «Курение – вред»  4 класс: «Спорт и здоровье»  5 класс: «Правильное питание – залог здоровья», «Что такое здоровье?»  6 класс: «Здоровое питание»  7 класс: «Алкоголь и его влияние на организм подростка» «Как я отношусь к себе, и как ко мне относятся другие»  8 класс: «Последствия ранних половых связей девушек»  9 класс: «Свобода выбора – это уход от зависимости»  «Заболевания, передающиеся половым путем»  10 класс: «В гостях у богини Имидж». Встречи с людьми, чьи профессии формируют образ красивого человека | классные руководители |
| **7** | Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов. | заместитель директора по ВР,  классные руководители |
| **8** | Ведение мониторинга охвата горячим питанием обучающихся | ответственный за питание |
| **9** | Выставка книг по теме: «Гигиена питания». | Заведующий библиотекой |
| **10** | Игра «Здоровяк предупреждает» ( 4 класс) | классные руководители |
| **11** | Анкетирование «Хорошие и плохие привычки» ( 6 класс) | классный руководитель, |
| **12** | Дискуссия «Пока не поздно! Права и обязанности родителей, права и обязанности ребенка» (7 класс) | классный руководитель, |
| **13** | Театрализованная игра «Суд над сигаретой» (8 класс) | классный руководитель, |
|  | **ноябрь** |  |
| **1** | Работа бракеражной комиссии по питанию (обучащиеся, педагоги, родители) | ответственный за питание |
| **2** | Проведение уроков–здоровья  1-2 класс: «Как правильно есть»  3-4 класс: «Где и как готовят пищу»  5-6 класс: «Режим питания» | классные руководители |
| **3** | Проведение классных часов  1 класс: «Если хочешь быть здоров»  3 класс: «Это удивительное молоко» (занятие – исследование)  4 класс: «Кулинарные обычаи» (игра – путешествие)  5,9 класс: «Правильное питание – залог здоровья».  6 класс: «Хорошие и плохие привычки»  7 класс: «Если хочешь быть здоров»  10 класс: «Красота внешняя». Беседа о ЗОЖ | классные руководители  медицинский  работник |
| **4** | Целевая проверка организации питания обучающихся на основе наблюдений | ответственный за питание |
| **5** | Конкурс: оформление обеденного зала столовой(7-8 классы) | заместитель директора по ВР,  классные руководители |
| **6** | Ведение мониторинга охвата горячим питанием обучающихся | ответственный за питание |
| **7** | Родительские собрания:  4 класс: «Не запрет, а предупреждение вредных привычек»  5 класс:«Организация рационального питания подростков»  6 класс: «Компьютер в жизни школьника», «Психология курения»  7 класс: «Наркотики в зеркале статистики»  8 класс: «Не дай нам Бог судьбу ребенка увидеть на конце иглы»  9 класс: «Роль и ответственность семьи в профилактике табакокурения и алкоголизма»  10 класс «Питание подростков вне дома», «СПИД – реальность или миф?» | классные руководители |
| **8** | Детские забавы (спортивно – развлекательный час – 2 класс) | классные руководители |
| **9** | Анкетирование информированности по вопросам ВИЧ – СПИДа | классный руководитель, |
| **10** | Конкурс рисунков «Здоровый образ жизни» ( 5 класс) | классный руководитель, |
| **11** | Интернет - уроки | классный руководитель,  заместитель директора по ВР, учитель информатики |
| **12** | Круглый стол «Здоровье наших детей» | члены родительского комитета, директор |
|  | **декабрь** |  |
| **1** | Работа бракеражной комиссии по питанию (обучающиеся, педагоги, родители) | ответственный за питание |
| **2** | Проведение уроков–здоровья  1-2 класс: «Как сделать кашу вкусной»  3-4 класс: «Молоко и молочные продукты»  5-6 класс: «Энергия пищи» | классные руководители |
| **3** | Проведение классных часов  1 класс: «Если хочешь быть здоров»  3 класс: «Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков»(игра)  4 класс: «Питание и красота (практикум)  5 класс: «Как живешь, пятиклассник?»  «Остановись у преступной черты»  6-7 класс: «Правильное питание – залог здоровья»  6 класс: «Шалость. Злонамеренный проступок. Вандализм»  9 класс: «Правильное питание – залог здоровья»  10 класс: «Что я знаю о ВИЧ и СПИДе?» | классные руководители |
| **4** | Конкурс: выпуск видеоролика «Зачем нужна горячая еда?»(9-11 классы) | заместитель директора по ВР,  классные руководители |
| **5** | Целевая проверка организации питания обучающихся на основе наблюдений | ответственный за питание |
| **6** | Ведение мониторинга охвата горячим питанием обучающихся | ответственный за питание |
| **7** | Анкетирование обучающихся по вопросам питания | ответственный за питание,  классные руководители |
| **8** | Выставка книг по теме: «Гигиена питания». | библиотекарь |
| **9** | «Я и косметика». Конкурс красоты. (10 класс) | классные руководители |
| **10** | Семь С (спортивные состязания – 2 класс) | классные руководители |
| **11** | Адаптационная игра «Правила трех С – сотрудничество, сочувствие, самоконтроль» ( 5 класс) | классный руководитель, |
| **12** | День здоровья (1-11 классы) | учитель физкультуры, классный руководитель,родители |
| **13** | Дискуссия «Согласны ли вы с тем, что в жизни надо пробовать все?» ( 6 класс) | классный руководитель, |
| **14** | Викторина «Наркотики – яд!» ( 8 класс) | классный руководитель, |
| **15** | День семьи «Папа, мама, я – спортивная семья» (1-4 классы) | классный руководитель, |
| **16** | Выпуск тематического номера школьной газеты о вреде употребления ПАВ. | редактор газеты |
| **17** | Совещание « Особенности отношения детей к наркотикам» | заместитель директора по ВР, |
|  | **январь** |  |
| **1** | Целевая проверка организации питания обучающихся на основе наблюдений | ответственный за питание |
| **2** | Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы)  «Правильное питание» (5-6 классы) | заместитель директора по ВР,  классные руководители |
| **3** | Проведение уроков–здоровья  1 -2 класс: «Плох обед, если хлеба нет»  3-4 класс: «Блюда из зерна»  5-6 класс: «Где и как мы едим» | классные руководители |
| **4** | Проведение классных часов  2 класс: «Растения и человек»  3 класс: «Самые полезные продукты»  5-6 класс: «Составим кроссворд о здоровье «Весёлая минутка»  7 класс: «Навыки сохранения зрения»  8 класс: «Мои проблемы», «Правильное питание – залог здоровья»,  10 класс: «Мой стиль» | классные руководители |
| **5** | Работа бракеражной комиссии по питанию (обучающиеся, педагоги, родители) | ответственный за питание |
| **6** | Ведение мониторинга охвата горячим питанием обучающихся | ответственный за питание |
| **7** | Родительские собрания:  7 класс: «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»  «Значение витаминов и минеральных веществ в рационе питания младшего школьника. Профилактика витаминной недостаточности»  «Продукты с особыми свойствами в рационе питания старшеклассников» | классные руководители |
| **8** | «Зимушка – зима» (час развлечений на прогулке – 1 класс) | классные руководители |
| **9** | Диаграмма «Мои жизненные ценности» ( 5 класс) | классный руководитель, |
| **10** | Психологический тренинг «Ребята, давайте жить дружно!» ( 5 класс) | педагог – психолог |
| **11** | Практикум «Как бороться с конфликтами» | педагог – психолог |
|  | **февраль** |  |
| **1** | Целевая проверка организации питания обучающихся на основе наблюдений | ответственный за питание |
| **2** | Проведение уроков–здоровья  1-2 класс: «На вкус и цвет товарищей нет»  3-4 класс: « Дары моря»  5-6 класс: «Ты – покупатель» | классные руководители |
| **3** | Проведение классных часов  2 класс: «Кулинарное путешествие по Простоквашино» (инсценировка сказки)  3 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее»  4 класс: «Удивительные превращения колоска»  6 класс: «Чистота – залог здоровья»  7 класс: «Токсикомания».  9 класс: «Влияние стиля жизни на репродуктивное здоровье женщины»  8 класс: «Правильное питание – залог здоровья»  9 класс: «Стрессоустойчивость» | классные руководители |
| **4** | «Масленица» | заместитель директора по ВР,  классные руководители |
| **5** | «Быть здоровым и красивым». Спортивный праздник (9-10 класс) | классные руководители, учитель физкультуры |
| **6** | Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!» ( 8 класс) | классный руководитель,, |
| **7** | Конкурс фотографий «Здоровый образ жизни» ( 6 9 класс) | классный руководитель,, |
| **8** | Праздник «День защитника Отечества» | классный руководитель |
|  | **март** |  |
| **1** | Проведение уроков–здоровья  1-2 класс: «Где найти витамины весной»  3 -4 класс: «Кулинарное путешествие» по России.  5-6 класс: «Как питались на Руси и в России» | классные руководители |
| **2** | Проведение классных часов  1 класс: «Мойдодыр»  2 класс: «Поешь рыбки – будут ноги прытки» (игра – конкурс)  3 класс: «Где найти витамины весной» (игра – путешествие)  6 класс: «Уголовная ответственность несовершеннолетних»  8 класс: «Эмоции и чувства. Их влияние на здоровье человека»  9 класс: «Как не стать жертвой преступления»  10 класс: «Привычка свыше нам дана» | классные руководители |
| **3** | Выставка книг по теме: «Гигиена питания». | Библиотекарь |
|  | **апрель** |  |
| **1** | Проведение уроков–здоровья  1 -2 класс: «Как утолить жажду»  3-4 класс: «Как правильно вести себя за столом»  5-6 класс: «Кухни разных народов» | классные руководители |
| **2** | Проведение классных часов  1 класс: «Умеем ли мы правильно питаться?»  3 класс: «День рождения Зелибобы» (герой улицы Сезам – о правильном питании)  6 класс: «И снова о вреде курения» | классные руководители |
| **3** | Работа над проектами по формированию здорового образа жизни | классные руководители |
| **4** | Родительские собрания:  5 класс: «Семейное воспитание и здоровье наших детей»  6 класс: «Здоровая семья – здоровый образ жизни»  «Формирование основ культуры питания и здорового образа жизни у младших школьников»  7 класс: «Воспитание культуры питания у подростков»  9 класс:«Особенности питания подростков во время экзаменов, при интенсивных учебных нагрузках» | классные руководители |
| **5** | «Мой образ жизни». Дебаты. ( 10 класс) | классные руководители |
|  | **май** |  |
| **1** | Анкетирование учащихся по вопросам питания | ответственный за питание,  классные руководители |
| **2** | Проведение уроков–здоровья:  1 -2 класс: «Что надо есть, если хочешь стать сильнее»  3-4 класс: «Какую пищу можно найти в лесу»  5-6 класс: «Кулинарное путешествие» | классные руководители |
| **3** | Проведение классных часов  2 класс: «Кулинарные традиции моей семьи» (проект)  3 класс: «Секреты поварёнка» (круглый стол - о последствиях неправильного питания  4 класс: Кафе «Здоровейка» ( проекты)  5 класс: «Что я знаю о воде?» | классные руководители |
| **4** | Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания | ответственный за питание,  классные руководители |
| **5** | Растем здоровыми (музыкально – спортивный час - 1 класс) | классные руководители, учитель музыки |
| **6** | «ПДД. Дорожные «ловушки» (игра -5 класс) | классный руководитель,, |
| **7** | Диагностика школьной тревожности ( 5 класс) | педагог - психолог |
| **8** | Тренинг «Уверенность» (подготовка к экзаменам, повышение самооценки) ( 9 класс) | педагог - психолог |
|  | **июнь** |  |
| **1** | Работа по плану ДОЛ | воспитатели, начальник ДОЛ |
| **2** | Праздник «Международный день защиты детей» | классный руководитель |

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1.**

**Перечень основных мероприятий по реализации**

**программы по здоровьесбережению на 2013-2014 год**

**«Здоровье первоклассника» (1 класс**)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие, форма** | **Цель** | **Срок** | **Ответственный** |
| **Классные часы по программе здоровьесбережения** | | | | |
| 1. | Режим дня – основа жизни человека (беседа – игра) | Пробудить заботу о здоровье, осознать важность режима дня | Сентябрь | Классный руководитель |
| 2. | Скуку, простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье (практикум) | Обучить навыкам выполнения правильного пробуждения, выполнения гимнастики, массажа, правильного питания | Октябрь | Классный руководитель |
| 3. | О Сидоре Пашке – ужасном замарашке (инсценировка) | Формировать гигиенические навыки | Ноябрь | Классный руководитель |
| 4. | Если хочешь быть здоров (классный час) | Расширить знания личной гигиены, чистоты, аккуратности | Декабрь | Классный руководитель |
| 5. | Зимушка – зима (час развлечений на прогулке) | Формировать навыки игры на улице | Январь | Классный руководитель |
| 6. | Зимние затеи (спортивный праздник) | Формировать подвижно-игровые навыки | Февраль | Классный руководитель, родители |
| 7. | Мойдодыр (беседа) | Вызвать интерес к вопросам здоровья, ответственность за состояние своего организма | Март | Классный руководитель |
| 8. | Умеем ли мы правильно питаться? (беседа) | Формировать представление об основных питательных веществах и продуктах, их содержащих | Апрель | Классный руководитель |
| 9. | Растем здоровыми (музыкально – спортивный час) | Формировать навыки игровой деятельности | Май | Классный руководитель |

**«Здоровый второклассник» (2 класс)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие, форма** | **Цель** | **Срок** | **Ответственный** |
| **Классные часы по программе здоровьесбережения** | | | | |
| 1. | Осенний калейдоскоп (беседа о здоровой и полезной пище) | Формировать заботу о здоровье, осознать важность правильного питания | Сентябрь | Классный руководитель |
| 2. | Как сохранить зрение (беседа) | Познакомить с причинами глазных болезней и их профилактикой, разучить упражнения для профилактики глазных заболеваний | Октябрь | Классный руководитель |
| 3. | Детские забавы (спортивно – развлекательный час) | Развивать спортивные способности у детей | Ноябрь | Классный руководитель |
| 4. | Семь С (спортивные состязания) | Развивать силу, скорость, сообразительность, сноровку, смекалку, сплоченность и т.д. | Декабрь | Классный руководитель |
| 5. | Растения и человек (интегрированный классный час) | Познакомить с понятием «кожа» и ее функциями, с правилами ухода за кожей с помощью лечебных растений | Январь | Классный руководитель |
| 6. | Кулинарное путешествие по Простоквашино (инсценировка сказки) | Рассказать о пользе каши для здоровья, познакомить с традициями блюд русской кухни | Февраль | Классный руководитель, |
| 7. | Поешь рыбки – будут ноги прытки (игра-конкурс) | Формировать представления о полезных свойствах рыбных блюд | Март | Классный руководитель |
| 8. | Кулинарные традиции моей семьи (разработка проектов) | Формировать навыки сбора данных и оформления проектов | Апрель-май | Классный руководитель |

**«Здоровая пища третьеклассника» (3 класс)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие, форма** | **Цель** | **Срок** | **Ответственный** |
| **Классные часы по программе здоровьесбережения** | | | | |
| 1. | Цена ломтика (беседа) | Расширить знания о пользе, ценности хлеба, воспитывать чувство бережного отношения к хлебу | Сентябрь | Классный руководитель |
| 2. | Правила поведения в столовой (занятие – практикум) | Добиться уяснения учащимися правил поведения в столовой, проработать правила хорошего тона за столом | Октябрь | Классный руководитель |
| 3. | Это удивительное молоко (занятие-исследование) | Расширить знания о пользе молока, молочных продуктов | Ноябрь | Классный руководитель |
| 4. | Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков (игра) | Расширить знания о вреде данных продуктов | Декабрь | Классный руководитель |
| 5. | Самые полезные продукты (театрализованный классный час) | Учить выбирать самые полезные продукты | Январь | Классный руководитель |
| 6. | Что надо есть, если хочешь стать сильнее (беседа) | Формировать представление о связи рациона питания и здорового образа жизни | Февраль | Классный руководитель, |
| 7. | Где найти витамины весной (игра-путешествие по станциям) | Познакомить со значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека | Март | Классный руководитель |
| 8. | День рождения Зелибобы (герой улицы Сезам) | Закрепить полученные знания о правильном питании | Апрель | Классный руководитель |
| 9. | Секреты поваренка (круглый стол) | Формировать представление о последствиях неправильного питания для организма | Май | Классный руководитель |

**«В четвертый класс со здоровьем» (4 класс)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие, форма** | **Цель** | **Срок** | **Ответственный** |
| **Классные часы** | | | | |
| 1. | Учись быть здоровым (игра) | Способствовать осознанию необходимости бережного отношения к своему организму | Сентябрь | Классный руководитель |
| 2. | Здоровяк предупреждает (игра – КВН) | Формировать у учащихся представления о том, что здоровье – главная ценность в жизни | Октябрь | Классный руководитель |
| 3. | Кулинарные обычаи (игра – путешествие) | Закрепить знания о законах здорового питания | Ноябрь | Классный руководитель |
| 4. | Питание и красота (кулинарный практикум) | Воспитывать культуру питания | Декабрь | Классный руководитель |
| 5. | Спортивно – массовое мероприятие «Зимние забавы» | Формировать стремление к здоровому образу жизни | Январь | Классный руководитель, родители |
| 6. | Удивительные превращения колоска (занятие – беседа) | Закрепить знания учащихся о значимости хлеба в рационе питания, прививать бережное отношение к хлебу | Февраль | Классный руководитель, |
| 7. | Волк и семеро козлят на валеологический лад (музыкально-спортивный праздник) | Развивать ловкость, быстроту, скорость и других двигательных качеств | Март | Классный руководитель |
| 8. | Кафе «Здоровейка» (разработка проектов) | Формировать у детей привычку правильно питаться | Апрель | Классный руководитель |
| 9. | Кафе «Здоровейка» (защита проектов) | Май | Классный руководитель |

**Родительские собрания по программе здоровьесбережения в начальной школе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Класс | Название | Форма, содержание |
| 1 класс | Режим труда и учёбы | Круглый стол, посвященный трудностям адаптационного периода |
| 2 класс | Здоровье ребёнка в руках взрослых | Ослабленные дети, нервные дети, заикание у детей, леворукий ребенок, дети с временной задержкой психического развития |
| 3 класс | Секреты здоровья ребенка | Анкетирование детей и родителей, беседа врача |
| 4 класс | Не запрет, а предупреждение вредных привычек | Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании |

**«Здоровье – это здорово!» (5 класс)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Сотрудничество | Учебные триместры | | | |
| 1 триместр | 2 триместр | 3 триместр | |
| 1 | Классный руководитель | «Что такое здоровье?» | Кл. час «Как живешь, пятиклассник?»  Конкурс рисунков о здоровье  Беседа «Остановись у преступной черты» | Диаграмма «Мои жизненные ценности» (1 этап) | |
| 2 | Классный руководитель, психолог | Сопровождение адаптационного процесса | | Психологический тренинг «Ребята, давайте жить дружно!» | |
| Диагностика лицейской тревожности | Адаптационная игра «Правила трех С – сотрудничество, сочувствие, самоконтроль» |
|  |
| 3 | Классный руководитель и учителя-предметники | Природоведение:  «Закаливание организма»  «Питание и здоровье человека».  «Роль режима труда и отдыха в сохранении здоровья человека».  Литература:  Урок «Устное народное творчество. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки». | | | |
| 4 | Классный руководитель и медицинские работники | Проведение профилактических прививок. | | | |
|  | | | |
| Мониторинг санитарно-гигиенических условий | | | |
| Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся. | | | |
| Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.  Мониторинг показателей здоровья обучающихся. | Беседа «Правильное питание – залог здоровья». | Составление кроссвордов о здоровье «Веселая минутка». | Мониторинг показателей здоровья обучающихся. |
| 5 | Классный руководитель и родители | Психологическая беседа «Особенности адаптационного периода»  Поход в лес. | «Организация рационального питания подростков» |  | Родительское собрание «Семейное воспитание и здоровье наших детей» |
| 6 | Классный руководитель и учитель физической культуры | День здоровья. | День здоровья. | День здоровья. | День здоровья. |

**«Здоровье – это спорт!» (6 класс)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Сотрудничество | Учебные четверти | | | | |
| 1 триместр | 2 триместр | 3 триместр | |  |
| 1 | Классный руководитель | Кл. час. «Здоровое питание»  Беседа «Разрешение конфликтов без насилия» | Кл. час «Хорошие и плохие привычки»  Дискуссия «Согласны ли вы с тем, что в жизни надо пробовать все?» | Беседа «Чистота – залог здоровья»  Беседа «Уголовная ответственность несовершеннолетних» | |  |
| 2 | Классный руководитель, психолог |  | Анкетирование «Хорошие и плохие привычки» |  | |  |
| 3 | Классный руководитель и учителя-предметники | Биология: Урок «Особенности высшей нервной деятельности».  Литература. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» | | | | |
| 4 | Классный руководитель и медицинские работники | Проведение профилактических прививок. | | | | |
| Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся. | | | | |
| Мониторинг санитарно-гигиенических условий | | | | |
| Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.  Мониторинг показателей здоровья обучающихся | Беседа «Правильное питание – залог здоровья», | Составление кроссвордов о здоровье «Веселая минутка». | Мониторинг показателей здоровья обучающихся | |
| 5 | Классный руководитель и родители | «Организация рационального питания подростков»  Поход в лес. | Родительское собрание «Компьютер в жизни школьника» |  | Лекторий «Здоровая семья – здоровый образ жизни» | |
| 6 | Классный руководитель и учитель физической культуры | День здоровья. | День здоровья. | День здоровья. | День здоровья. | |

**«Здоровье – это победа над собой!» (7 класс**)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Сотрудничество | Учебные четверти | | | | | | |
| 1 триместр | 2 триместр | | 3 триместр | | |  |
| 1 | Классный руководитель | Диаграмма «Мои жизненные ценности»  Беседа «Алкоголь и его влияние на организм подростка» | Кл. час «Если хочешь быть здоров  Беседа «Шалость. Злонамеренный проступок. Вандализм» | | Практикум «Как бороться с конфликтами»  Беседа «Токсикомания». | | |  |
| 2 | Классный руководитель, педагог-психолог | Беседа с элементами анкетирования «Как я отношусь к себе, и как ко мне относятся другие» |  | |  | | |  |
| 3 | Классный руководитель, учителя-предметники | Физика. Урок. Трение в природе и технике (поведение в гололедицу)  Физика. Урок. Способы увеличения и уменьшения давления (правила поведения на болотистой местности, льду, рыхлом снегу; правила обращения с колюще-режущими предметами).  Физика. Урок. Атмосферное давление. Барометр – анероид (влияние атмосферного давления на жизнедеятельность человека)  Физика. Урок. Плавание тел (правила поведения на воде)  Биология. Урок «Профилактика нервных и психических заболеваний. Наркотики. Алкоголизм» | | | | | | |
| 4 | Классный руководитель, медицинские работники | Проведение профилактических прививок. | | | | | | |
| Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. | | | | | | |
| Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся. | | | | | | |
| Мониторинг санитарно-гигиенических условий | | | | | | |
| Мониторинг показателей здоровья обучающихся | | Беседа «Правильное питание – залог здоровья» | |  | Мониторинг показателей здоровья обучающихся | |
| 5 | Классный руководитель, родители | Дискуссия «Пока не поздно! Права и обязанности родителей, права и обязанности ребенка»  Поход в лес. | | Собрание «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей» | | Беседа «Навыки сохранения зрения» | «Воспитание культуры питания у подростков» | |
| 6 | Классный руководитель, учитель физической культуры | День здоровья | | День здоровья | | День здоровья | День здоровья | |

**«Здоровье – это умение общаться!» (8 класс)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Сотрудничество | Учебные четверти | | | | | | | | | | |
| 1 триместр | | 2 триместр | | | 3 триместр | | | | | |
| 1 | Классный руководитель |  | | | | | | | | | | |
| Театрализованная игра «Суд над сигаретой»  Анкета: употребление алкоголя, сигарет, наркотиков. | | Вопросы для викторины по СПИДу  «Наркотики – яд!» | | | Беседа «Мои проблемы»  Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!» | | | | |  |
| 2 | Классный руководитель, педагог-психолог |  | |  | | | Классный час «Эмоции и чувства. Их влияние на здоровье человека» | | | | |  |
| 3 | Классный руководитель, учителя-предметники | Физика. Урок. КПД теплового двигателя (экологические проблемы, возникающие при использовании тепловых двигателей)  Физика. Уроки. Сила тока. Единицы силы тока. Напряжение. Единицы напряжения. (опасные для жизни человека значения силы тока и напряжения).  Физика Урок. Электрические нагревательные приборы. Короткое замыкание предохранители. (правила обращения с электрическими приборами, опасности короткого замыкания, перегрузки электрических сетей).  Биология. Урок «Факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье». | | | | | | | | | | |
| 4 | Классный руководитель, медицинские работники | Проведение профилактических прививок. | | | | | | | | | | |
| Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. | | | | | | | | | | |
| Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся. | | | | | | | | | | |
| Мониторинг санитарно-гигиенических условий | | | | | | | | | | |
| Беседа «Последствия ранних половых связей девушек»  Мониторинг показателей здоровья обучающихся |  | | | Беседа «Правильное питание – залог здоровья» | | | Мониторинг показателей здоровья обучающихся | | | |
| 5 | Классный руководитель, родители | Беседа «В здоровом теле – здоровый дух!»  Поход в лес. | Собрание «Не дай нам Бог судьбу ребенка увидеть на конце иглы» | | | |  | | |  | | |
| 6 | Классный руководитель учитель физической культуры | День здоровья. | День здоровья. | | | | День здоровья. | | | День здоровья. | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |

**«Здоровье – это жизнь!» (9 класс)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Сотрудничество | Учебные триместры | | | | | | |
| 1 триместр | 2 триместр | | | 3 триместр | | |
| 1 | Классный руководитель |  | | | | | | |
| Беседа «Законы жизни».  Беседа «Свобода выбора – это уход от зависимости» | | Анкета информированности по вопросам ВИЧ – СПИДа | | Беседа для девочек «Влияние стиля жизни на репродуктивное здоровье женщины»  Беседа «Как не стать жертвой преступления» | | |
| 2 | Классный руководитель, педагог-психолог |  | | | | Классный час с элементами тестирования «Стрессоустойчивость».  Тренинг «Уверенность» (подготовка к экзаменам, повышение самооценки» | | |
| 3 | Классный руководитель, учителя-предметники | Физика. Урок. Перемещение при прямолинейном равноускоренном движении (опасности на проезжей части, тормозной путь автомобиля).  Физика Урок. Электромагнитное поле. Электромагнитные волны (защита от электромагнитного излучения).  Физика. Уроки. Преобразование внутренней энергии ядер в электрическую энергию. Атомная энергетика. Биологическое действие радиации (радиационная опасность и способы защиты от радиации).  Обществознание. Урок «Семья и наркотики».  Химия. Урок «Оксид углерода (II) и оксид углерода (IV)» (образование угарного газа при курении и действии его на организм). | | | | | | |
| 4 | Классный руководитель, медицинские работники | Проведение профилактических прививок. | | | | | | |
| Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся | | | | | | |
| Мониторинг санитарно-гигиенических условий | | | | | | |
| Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. | | | | | | |
| Беседа врача- гинеколога «Заболевания, передающиеся половым путем»  Мониторинг показателей здоровья обучающихся | | | Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ».  Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья» | |  | Мониторинг показателей здоровья обучающихся |
| 5 | Классный руководитель, родители | «Организация рационального питания старшеклассников»  Поход в лес. | | | Собрание «Роль и ответственность семьи в профилактике табакокурения и алкоголизма» | |  | «Особенности питания подростков во время экзаменов при интенсивных учебных нагрузках» |
| 6 | Классный руководитель  **Красота и здоровье** **(10-11 класс)** | День здоровья. | | | День здоровья | | День здоровья |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема мероприятия** | **Форма** | **сроки** | **ответственные** |
| 1. | «Красота и здоровье» | Беседа | сентябрь | Классный руководитель, учитель физической культуре |
| 2. | «В гостях у богини Имидж» | Встречи с людьми, чьи профессии формируют образ красивого человека | октябрь | Классный руководитель |
| 3. | «Красота внешняя» | Беседа о ЗОЖ | ноябрь | Классный руководитель, медицинский работник |
| 4. | «Я и косметика» | Конкурс красоты | декабрь | Классный руководитель |
| 5. | «Мой стиль» | Беседа, диспут | январь | Классный руководитель |
| 6. | «Быть здоровым и красивым» | Беседа. Спортивный праздник | февраль | Классный руководитель, учитель физической культуры |
| 7. | «Привычка свыше нам дана» | Беседа | март | Классный руководитель |
| 8. | «Мой образ жизни» | Дебаты | апрель | Классный руководитель |
| 9. | «Здоровье и выбор образа жизни» | Конкурс плакатов | май | Классный руководитель, медицинский работник |

Приложение 2.

**Модель формирования здоровьесберегающей среды в лицее с учетом индивидуального подхода к обучающимся**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **СУБЪЕКТЫ** | | | | | | | | | | | |
| **Обучающийся** | | | | **Члены семьи**  **обучающегося** | | | **Педагоги** | | | **Привлеченные специалисты и организации** | |
| **ЦЕННОСТИ** | | | | | | | | | | | |
| Осознание причин своих личностных, и других переживаний, особенностей формирования межличностных отношений | | | | Осмысление мотивов, потребностей, устремлений, установок, отношений, особенностей поведения и эмоционального реагирования ребенка | | | Открытие системы ценностей подростка внутреннего происхождения | | | Достижение соответствия между декларируемыми и реально-действующими ценностями | |
| **ЦЕЛЬ** | | | | | | | | | | | |
| Сохранение и укрепление здоровья обучающихся | | | | | | | | | | | |
| **ЗАДАЧИ** | | | | | | | | | | | |
| Осознание ценности здоровья и активно-познавательное стремление к его совершенствованию, индивидуальная информированность и способность принимать ответственные эффективные решения, определяющие структуру и качество жизни | | | Удовлетворение потребностей обучающегося в здоровом образе жизни, формирование потребности в соблюдении элементарных гигиенических норм и правил, выведение подростка в режим саморазвития, самовоспитания | | | | | Сохранение и развитие здоровья обучающегося при его оптимальной трудоспособности и социальной активности, формирование системы умений и здоровьеформирующих технологий и стратегий | | Формирование доминантной установки на восприятие позитивных сторон реальности и защиту от негативных влияний среды. | |
| **ФУНКЦИИ** | | | | | | | | | | | |
| Самореализации | | | Психофизиологическая | | | | | Эстетически-познавательная | | Психотерапевтическая | |
| **АСПЕКТЫ** | | | | | | | | | | | |
| Личностный | | | Командный | | | | | Образовательный | | Деятельностный | |
| **ФОРМЫ** | | | | | | | | | | | |
| Консультации, беседы, инструктажи, тренинги, семинары-практикумы, дни открытых дверей, конференции | | | | | | | | | | | |
| **РЕЗУЛЬТАТЫ**  (с позиций трех уровней отношения обучающегося к своему здоровью) | | | | | | | | | | | |
| Когнитивный | | | Эмоциональный | | | | | | Поведенческий | | |
| Позитивное отношение обучающегося  к себе, самоуважение | | | Формирование дифференцированных обобщенных знаний о себе в процессе деятельности и общения с окружающими | | | | | | Включенность в культурно-оздоровительную деятельность | | |
|  |  |  | |  |  |  |  | |  | |  | |