

Принято
на заседании
педагогического совета
пр.№ 19 от 27.09.2023 г.

Утверждаю
Директор МБОУ «Петропавловская
СОШ»
_____Ю.А. Солодких
Пр.№ 147 от 27.09.2023 г.

**Программа здоровьесбережения
«Здоровое поколение»
на 2023 – 2027 учебные годы
в МБОУ «Петропавловская СОШ»**

Паспорт программы

Название программы	Здоровое поколение
Сроки реализации	Сентябрь 2023 – июнь 2027 г.г.
Цели	-создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся школы.
Задачи	-вести разъяснительную и просветительскую работу с обучающимися, родителями; -формировать системы выявления уровня здоровья учащихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения; -формировать у школьников через цикл учебных дисциплин и внеурочную деятельность системы знаний о здоровьесбережении, мотивации на сохранение здоровья; -привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся; -осваивать педагогам новые методы деятельности в процессе обучения школьников, использовать технологии урока, сберегающие здоровье учащихся.
Сроки реализации программы	2023 – 2027 уч.г.г.
Ответственный за реализацию программы	Заместитель директора по ВР, руководитель ШСК, учителя физической культуры
Ожидаемые результаты реализации программы	-повышение уровня знаний по вопросам здоровьесбережения; -повышение приоритета здорового образа жизни; -повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья; -повышение мотивации к учебной деятельности; -снижение заболеваемости учащихся школы; -повышение уровня физической подготовки школьников;

Пояснительная записка

Самое ценное в жизни человека – здоровье. Одной из приоритетных целей модернизации образования является сохранение и укрепление здоровья всех участников учебного процесса в школе.

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня.

Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья на период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Последние статистические данные свидетельствуют о том, что проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение.

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

Занятия физическими упражнениями, многостороннее воздействие которых по своей силе превышает эффективность других средств оздоровления, - это наиболее рациональный способ подготовить себя к работе разного характера: к освоению будущей профессии, к учебе в учреждении профессионального образования, к занятиям любимым делом. Особенностью подбора средств на занятиях физическими упражнениями является насыщенность конкретным материалом, который позволяет влиять на те системы организма, которые в большей мере ослаблены у учащегося. Навыки, приобретенные на занятиях, дают возможность занимающимся самостоятельно подбирать и использовать необходимые оздоровительные и восстановительные упражнения. Программы по оздоровлению объединяют и согласовывают работу педагогических коллективов по формированию здорового образа жизни учащихся, их родителей и учителей, что выходит за рамки только физического воспитания. Они охватывают многие вопросы специальной подготовки, санитарии, гигиены, закаливания, борьбы с вредными привычками, досуга. Значительную роль в реализации оздоровительных программ играет семья ребенка, его родители.

Роль семьи в укреплении здоровья детей должна неуклонно возрастать. Ежедневная утренняя гимнастика, процедуры закаливания, соблюдение двигательного режима дня, игры на воздухе, прогулки, станут для детей необходимостью, если рядом с ними будут родители, своим примером показывающие ценность здоровья и значимость здорового образа жизни.

В укреплении здоровья детей и подростков первостепенное значение имеет преодоление гиподинамии и на этой основе – формирование необходимой скелетной мускулатуры, препятствующей нарушению осанки, появлению плоскостопия и других отклонений в состоянии здоровья.

Таким образом, программа «Здоровое поколение», носящая комплексный характер, может и должна объединить усилия педагогов, администрации, медицинского персонала ФАПА, родителей и самих учеников в деле поддержания здорового образа жизни и физического развития детей.

Цели и задачи программы

Цель программы:

Создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся школы.

Задачи программы

- вести разъяснительную и просветительскую работу с обучающимися, родителями;
- формировать системы выявления уровня здоровья учащихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- формировать у школьников через цикл учебных дисциплин и внеурочную деятельность системы знаний о здоровьесбережении, мотивации на сохранение здоровья;
- привлекать учащихся в систему кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни;
- осваивать новые методы деятельности в процессе обучения учащихся, использовать технологии урока, сберегающие здоровье;
- привлекать социальных партнеров для совместной деятельности;

Функции различных категорий работников школы

Функции медицинского персонала ФАПА:

- Проведение мероприятий, направленных на профилактику заболеваний учащихся и сотрудников школы;
- Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.

Функции администрации:

- Общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- Общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- Контроль уроков физкультуры;
- Обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- Разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- Организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- Организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- Организация работы службы примирения в школе;

Функции классного руководителя:

- Санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- Организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- Организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- Организация и проведение разъяснительной и профилактической работы с родителями;
- Организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками;

- Организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- Организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся;
- Организация и проведения диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Участники программы

- Учащиеся школы;
- Педагогический коллектив;
- Родители;
- Социальные партнеры (МБОУ «Муромцевский лицей», МБОУ «Низовская СОШ», МБУ ДО Муромцевского района Омской области «Муромцевская спортивная школа»).

Этапы реализации Программы «Здоровое поколение»

Первый этап: Подготовительный (сентябрь - октябрь 2023г.)

1. Оценка и анализ состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в школе.
2. Подготовка программно-методического обеспечения.
3. Психолого-педагогическая подготовка кадрового состава.
4. Ознакомление родителей и учащихся с Программой «Здоровое поколение».
5. Организация взаимодействия с медицинскими и другими учреждениями для реализации Программы «Здоровое поколение».

Второй этап: Основной (2023 – 2027 г.). Реализация Программы «Здоровое поколение».

Третий этап: Обобщение и оценка результатов деятельности (2027 г.)

1. Анкетирование родителей, учащихся, педагогов на предмет удовлетворенности результатами реализации Программы.
2. Мониторинг показателей состояния здоровья учащихся до и после реализации Программы «Здоровое поколение».
3. Мониторинг сформированности ценностных ориентаций у учащихся школы на здоровый образ жизни.
4. Обсуждение итогов реализации Программы «Здоровое поколение» в коллективе педагогов, родителей, учащихся.
5. Коррекция Программы «Здоровое поколение» по итогам реализации.
6. Размещение информации на сайте ОО, распространение опыта.

Модель личности ученика

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам школы 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 ученика:

Модель выпускника уровня НОО	Модель выпускника уровня ООО	Модель выпускника уровня СОО
Бережно относящийся к физическому здоровью, соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других	Понимающий ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила	Понимающий и выражающий в практической деятельности ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении и

людей образа жизни, в том числе в информационной среде. Владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе. Ориентированный на физическое развитие с учетом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом. Сознающий и принимающий свою половую принадлежность, соответствующие ей психофизические поведенческие особенности с учетом возраста.	безопасности, безопасного поведения, в том числе в информационной среде. Выражающий установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность). Проявляющий неприятие вредных привычек (курение, употребление алкоголя, наркотиков, игровой и иных форм зависимостей), понимание их последствий, вреда для физического и психического здоровья. Умеющий осознавать физическое и эмоциональное состояние (свое и других людей), стремящийся управлять собственным эмоциональным состоянием. Способный адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям.	укреплении своего здоровья и здоровья других людей. Соблюдающий правила личной и общественной безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной среде. Выражающий на практике установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремление к физическому совершенствованию, соблюдающий и пропагандирующий безопасный и здоровый образ жизни. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе и цифровой среде, понимание их вреда для физического и психического здоровья. Демонстрирующий навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), состояния других людей с точки зрения безопасности, сознательного управления своим эмоциональным состоянием, развивающий способности адаптироваться к стрессовым ситуациям в общении, в разных коллективах, к меняющимся условиям (социальным, информационным, природным).
---	---	--

Предполагаемый результат

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

Конечный результат: выпускник МБОУ «Петропавловская СОШ» владеет знаниями, умениями и навыками ЗОЖ, имеет потребность применять их в повседневной жизни.

Критериями эффективности реализации Программы являются:

- положительная динамика состояния здоровья детей и подростков, обучающихся в МБОУ «Петропавловская СОШ»;
- сформированность у всех категорий педагогических работников единых ценностных подходов к сохранению и укреплению здоровья учащихся;
- сформированность ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья у детей и подростков, наличие навыков здорового образа жизни;
- удовлетворенность организацией образовательного процесса и условиями обучения со стороны учащихся и их родителей;
- организация в школе здоровьесберегающего целесообразного режима функционирования и организации образовательного процесса.

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

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

Методы контроля над реализацией программы:

Контроль над реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет педагогический совет школы.

- Мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- Посещение и взаимопосещение уроков, занятий внеурочной деятельности.
- Контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни;

Основные направления деятельности программы

Медицинское направление предполагает:

- Гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- Планомерная организация питания учащихся;
- Составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- Проведение физкультминуток;
- Создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирования их здоровья;
- Четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы;
- Реабилитационную работу:
 - проведение плановых медицинских обследований;
 - соблюдение питьевого режима.

Просветительское направление предполагает:

- Организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- Организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- Пропаганда 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, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, окружающего мира, ОБЖ, физической культуры).

Психолого-педагогическое направление предполагает:

- Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- Формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- Предупреждение проблем развития ребенка;
- Обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- Развитие познавательной и учебной мотивации;
- Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся;

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- Организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- Привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- Широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнеров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных играх школьников «Президентские спортивные игры»;

Диагностическое направление предполагает:

- Проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- Режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.

Здоровьесберегающие образовательные технологии

- Здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- Здоровьесберегающие медицинские технологии;
- Здоровьеформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры

здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности;

- Здоровьесберегающие технологии административной работы в школе.

**План реализации Программы «Здоровое поколение»
на 2023-2027 уч.г.**

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
1. Медицинское направление				
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: -анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; -выявление учащихся специальной медицинской группы;	медицинский персонал ФАПА	ежегодно	Медицинские карты, информация о здоровье в классных журналах
1.2.	Проведение медицинского осмотра учащихся 1-11 классов	медицинский персонал ФАПА	ежегодно	План медосмотров
1.3.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся	медицинский персонал ФАПА	ежегодно	План прививок
1.4.	Оформление медицинских карт и информация о здоровье в классных журналах	медицинский персонал ФАПА, классный руководитель, учитель физической культуры	ежегодно	Классные журналы
1.5.	Анализ случаев травматизма в школе	Зам.директора по ВР	ежегодно	Материалы отчетов
1.6.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководители	ежегодно	Материалы отчетов
1.7.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом	Зам.директора по ВР	Ежедневно в течение года	
1.8.	Осмотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: • Проветривание; • Освещение; • Отопление; • Вентиляция; • Уборка;	Начальник хозяйственного отдела, учителя	Ежедневно в течение года	
1.9.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдений требований СанПиНа)	Ответственный за расписание	ежегодно	
1.10	Постоянный контроль за школьной столовой.	Директор школы, зам.директора по ВР	Ежедневно в течение года	Протокол совещание при директоре
1.11	Организация и проведение	Зам. директора по	По плану	Отчет на сайте ОО

	родительского контроля	ВР		
1.12	Диспансеризация сотрудников	Директор школы, зам.директора по ВР	Ежегодно	100% сотрудников прошли плановую диспансеризацию
2. Просветительское направление				
2.1.	Организация просветительской работы с родителями: -родительский семинар; -индивидуальное и групповое консультирование; -классные родительские собрания; -День открытых дверей;	Заместитель директора по ВР	ежегодно	График проведения мероприятий
2.2.	Разработка и проведение мероприятий для родителей по здоровому образу жизни	Заместитель директора по ВР	2023-2024 г.	Сценарии мероприятий
2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по охране труда, укрепления и сохранения здоровья детей.	Администрация школы	ежегодно	План работы
2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	Администрация лшколы	По плану	План работы
2.5.	Подготовка и проведение практико-ориентированного семинара по теме «Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе»	Заместитель директора	Октябрь, 2023 г.	Протокол
2.6.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы, уроки здоровья и т.д.)	Заместитель директора по ВР, классные руководители	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.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, окружающего мира, ОБЖ, физической культуры, обществознания.	Учителя- предметники	В течение года	Планы уроков
3. Психолого-педагогическое направление				
3.1.	Организация работы кабинета психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса	Зам.директора	ежегодно	План работы
3.2.	Выявление комфортности	Педагог - психолог	Октябрь,	Аналитическая

	ребенка в школе.		ежегодно	справка
3.3.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся с ОВЗ: -определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; -выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения; -изучение психологических возможностей и готовности к школе.	классные руководители, Педагог-психолог	ежегодно	Диагностические исследования
3.4.	Конференция по теме «Как создать здоровьесберегающее пространство для школьников?»	Заместитель директора	Январь , 2024 г	Материалы конференции
3.5.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	Учителя-предметники	ежегодно	Планы уроков

4. Спортивно-оздоровительное направление

4.1.	Организация спортивных мероприятий. Проведение Дней здоровья.	Руководитель ШСК «Триумф», администрация	ежегодно	План работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	Заместитель директора по ВР	ежегодно	План работы кружков и секций
4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнеров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	Заместитель директора по ВР	ежегодно	План работы
4.4.	Подготовка обучающихся к участию во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных играх школьников «Президентские спортивные игры»	Учителя физической культуры	ежемесячно	План работы
4.5.	Подготовка обучающихся к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»	Учителя физической культуры	ежемесячно	План работы

5. Диагностическое направление

5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	Заместитель директора по ВР	ежегодно	Результаты мониторинга
5.2.	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Особенности диагностики развития учащихся на каждой ступени обучения»	Заместитель директора по ВР, педагог-психолог	Март, 2024	Материалы семинары

**Календарный план реализации Программы «Здоровое поколение»
на 2023 – 2024 учебный год
Сентябрь**

- Общие мероприятия;
- Организация дежурства по школе и по классам;
- Проведение внутришкольных и участие в муниципальных спортивно-массовых соревнованиях;
- Организация работы кружков и секций;
- Включение в планы родительских собраний, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей;
- Организация питания учащихся;
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных играх школьников «Президентские спортивные игры»;
- «Уроки чистоты»;
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, классных часов по формированию здорового образа жизни;
- Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически);
- Организация субботника «Зеленая Россия»;
- Проведение туристических походов, экскурсий на природу;

Октябрь

- Организация работы учащихся по трудоустройству и поддержанию порядка на закрепленных участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества;
- Планирование занятости учащихся в каникулярный период;
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни;
- Физкультминутки (ежедневно);
- Участие обучающихся во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;

- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных играх школьников «Президентские спортивные игры»;

Ноябрь

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери»;
- Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме «Курение – вред». Итог – выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных играх школьников «Президентские спортивные игры»;
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически);
- Отчеты о проделанной работе по здоровьесбережению.

Декабрь

- Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных Всемирному Дню борьбы со СПИДом;
- Первенство школы по баскетболу;
- Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно);
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных играх школьников «Президентские спортивные игры»;

Январь

- Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни»;
- «Веселые старты»;
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически);
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных играх школьников «Президентские спортивные игры»;

Февраль

- День защитника Отечества;
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически);
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных играх школьников «Президентские спортивные игры»;
- Проведение конкурсов «Папа, мама, я – спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи;

Март

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период;
- Подготовка ко Дню здоровья.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически);
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных играх школьников «Президентские спортивные игры»;
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей;

Апрель

- Неделя здоровья. Внеклассные мероприятия, посвященные
- Всемирному Дню здоровья. Спортивный праздник «Солнышко встречай!»
- Операция «Милосердие», операция «Память»;
- Благоустройство школьной территории;
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически);
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных играх школьников «Президентские спортивные игры»;

Май

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период;
- Мероприятия, посвященные Дню Победы;
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически);
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных играх школьников «Президентские спортивные игры»;

Июнь

- Международный день защиты детей;
- Всемирный день защиты окружающей среды;
- Работа по плану летнего пришкольного оздоровительного лагеря и летней трудовой бригады;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»;
- Подготовка обучающихся к участию во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» и Всероссийских спортивных играх школьников «Президентские спортивные игры»;

Здоровьесберегающая деятельность педагогического коллектива

Органы управления Программой	Мероприятия программы «Здоровое поколение»	Сроки исполнения			
		2023-2024	2024-2025	2025-2026	2026-2027
Администрация	1. Создание творческой группы по разработке Программы здоровьесбережения	Сентябрь 2023 г.			
	Анализ результатов медицинского осмотра участников образовательного процесса	После прохождения медосмотра			
	Анализ влияния состояния здоровья учащихся на качество знаний и уровень обученности				Январь 2027 г.
	Анализ дозировки учебной нагрузки: -учебные планы; -график оценочных процедур	Сентябрь 2023 г.	Август 2024 г.	Август 2025 г.	Август 2026 г.
	Анализ эффективности уроков физкультуры	Апрель 2024 г.	Апрель 2025 г.	Апрель 2026 г.	Апрель 2027 г.
	Итоговый анализ состояния здоровья учащихся	Май 2024 г.	Май 2025 г.	Май 2026 г.	Май 2027 г.
Педагогический Совет	Обсуждение и принятие Программы здоровьесбережения	Октябрь 2023 г.			
	Использование здоровьесберегающих и здоровьеформирующих технологий	Ежеурочно			
	Практико-ориентированный семинар теме «Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе»	Октябрь, 2023 г.			
	Здоровьесбережение при применении ИКТ	Ежедневно			
Методическое объединение	Обсуждение Программы «Здоровое поколение»	Сентябрь 2023 г.			
	Конференция по теме «Как создать здоровьесберегающее пространство для школьников?»		Январь, 2024 г.		
	Разработка критериев и индикаторов уровня	Сентябрь-октябрь 2023			

	здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования.	г.			
	Методическая панорама «Здоровье сберегающие технологии»			Март 2026 г.	
	Организация методической недели «Обучение и воспитание с успехом	Апрель, 2024 г.			
	Мониторинг влияния состояния здоровья обучающихся на качество знаний по предметам.	Июнь 2024 г.	Июнь 2025 г.	Июнь 2026 г.	Июнь 2027г.
Совет школы	Ознакомление родителей с деятельностью школы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни.	Май, 2024 г.	Май, 2025 г.	Май, 2026 г.	Май, 2027 г.
	Круглый стол «Здоровье наших детей»			.	Октябрь, 2026 г
	День семьи «Папа, мама и я – спортивная семья»	Февраль, 2024 г.	Февраль, 2025 г.	Февраль, 2026 г.	
	Ознакомление родителей с различными оздоровительными системами			Октябрь, 2025 г.	
	Анализ результатов работы школы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни	Май, 2024 г.	Май, 2025 г.	Май, 2026 г.	Май, 2027 г.
МО Мониторинг по здоровью сбережению	Разработка анкет и проведение анкетирования по определению самочувствия учащихся в школе	Сентябрь 2023 г.-май 2024 г.	Сентябрь 2024 г.-май 2025 г.	Сентябрь 2025 г.-май 2026 г.	Сентябрь 2026 г.-май 2027 г.
	Комплектование полного пакета документов по реализации Программы «Здоровое поколение»	Ноябрь, 2023 г.			
	Подготовка памяток для учащихся по формированию здорового образа жизни		Март, 2025 г.		

Тематика родительских собраний по программе здоровьесбережения

Класс	Название	Форма, содержание
-------	----------	-------------------

1 класс	Адаптация ребенка в школе.	Профилактика стресса у первоклассников.
2 класс	Режим дня второклассника	Укрепление здоровья и предупреждение заболеваемости.
3 класс	Правильное питание-залог здоровья	Несбалансированное питание как фактор риска заболеваний детей.
4 класс	Физиологическое взросление и его влияние на формирование познавательных и личностных качеств ребёнка.	Необходимость знаний о физическом и психическом развитии детей для успешного воспитания.
5 класс	Адаптация пятиклассника к средней школе.	Роль семьи в адаптации к условиям средней школы.
6 класс	Здоровый образ жизни в семье.	Круглый стол. Личный пример родителей по формированию ЗОЖ.
7 класс	Вредные привычки и подростковая среда	Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании
8 класс	Не запрет, а предупреждение вредных привычек.	Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании
9 класс	Психологическая помощь подросткам в экзаменационный период.	Итоговая аттестация и здоровье девятиклассника.

ШАБЛОН

5 класс Программа здоровьесбережения «Здоровое поколение» (план работы)

№	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	О взаимоотношениях в коллективе. (кл.час) Туристический поход.	Поход на лыжах	Поход в тренажерный зал	Поход в бассейн
2	Педагог-психолог	Сопровождение адаптационного процесса.	Адаптационная игра «Правила трех С – сотрудничество, сочувствие, самоконтроль	Психологический Тренинг «Ребята, давайте жить дружно»	Психологическое занятие «Дружеский десерт»
3	Классный руководитель и учителя – предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Работа по созданию и представлению проекта в области здоровьесбережения. 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» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающие нездоровый образ жизни)			
4	Классный руководитель и медицинский персонал ФАПА	Проведение профилактических прививок			
		Мониторинг санитарно-гигиенических	Регулярное проведение профилактических	Мониторинг показателей здоровья	Регулярное проведение пролактических

		условий. Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся	медицинских осмотров обучающихся.	обучающихся 1-11 классов.	медицинских осмотров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья»
5	Классный руководитель	Родительское собрание «Адаптация пятиклассника к средней школе»	Психологическая беседа «Трудности приспособления к темпу школьной жизни и их причины»	Собрание «Как сохранить здоровье ребенка?»	Составление кроссвордов о здоровье «Веселая минутка»
6	Классный руководитель и педагоги дополнительного образования	Запись на дополнительные образовательные программы по спортивному направлению.	Контроль за посещением кружков и секций.	Контроль за посещением кружков и секций.	Контроль за посещением кружков и секций.
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	Участие в мероприятиях, проводимых учителями физической культуры. Неделя здоровья.			

**Программа
мониторинга состояния здоровья учащихся**

*«Потерял деньги – жалко,
Потерял время – досадно,
Потерял здоровье – безнадежно!»
Г.Ратнер*

Пояснительная записка

Жизнь в XXI веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой **актуальной** на сегодняшний день является **проблема сохранения здоровья**. Чтобы быть здоровым нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Кроме того, нужно постоянно помнить о том, что сейчас идеально здоровых детей не много. Поэтому, оздоровление детей должно вестись целенаправленно, через систематическую спланированную работу всего коллектива образовательного учреждения на длительный период. Разработка эффективных мер по укреплению здоровья детей и подростков имеет исключительное значение для современной общеобразовательной школы. Установление гармонической связи между обучением и здоровьем обеспечивает качественный сдвиг в сторону повышения эффективности учебного процесса, то есть осуществления комплексного подхода к проблеме, и имеет прямое отношение к обучению. Можно выделить несколько компонентов здоровья:

- ❖ Соматическое здоровье - текущее состояние органов и систем организма человека.
 - ❖ Физическое здоровье - уровень роста и развития органов и систем организма.
 - ❖ Психическое здоровье - состояние психической сферы, душевного комфорта.
 - ❖ Нравственное здоровье - комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информативной сферы жизнедеятельности, основу которой определяет система нравственных ценностей.
- Чтобы наиболее полно представить картину здоровья каждого ребёнка, необходимо ежегодно проводить мониторинг состояния здоровья учащихся.

Но проблема остается: нет системы сбора, хранения, анализа и использования полученной информации для решения проблем здоровьесбережения. Наиболее трудным моментом остается систематизация и обобщение полученных сведений, их наглядное оформление и отслеживание какой бы то ни было динамики. На начальном этапе следует создать и оформить Паспорт здоровья каждого класса, что позволит в будущем создать Паспорт здоровья для каждого учащегося. Паспорт здоровья класса является новой формой организации здоровьесберегающей деятельности, содержащей данные о состоянии здоровья класса и направленной на охрану и укрепление здоровья учащихся, на формирование у них мотивации на здоровый образ жизни с раннего школьного возраста. Он позволяет организовать лично – ориентированный подход к сохранению и укреплению здоровья учащихся.

Цель мониторинга: Оценить уровень здоровья учащихся, выявить факторы, влияющие на состояние здоровья учащихся и определить основные приоритеты дальнейшего развития деятельности школы в области здоровьесбережения.

Задачи:

- ❖ формировать базы данных о физическом, соматическом, психологическом здоровье учащихся, создание которых является необходимым условием для прогнозирования дальнейшего развития школы, коррективки ее здоровьесформирующей и здоровьесберегающей деятельности;
- ❖ вести сравнительный анализ по годам, что позволит отследить динамику здоровья учащихся;
- ❖ выявлять факторы, влияющие на здоровье учащихся.

Реализация задач возможна при таких условиях:

- 1.Тесное взаимодействие и взаимопонимание всех участников мониторинга здоровья учащихся;
- 2.Наличие высокой компетентности в области здоровьесбережения у всех участников образовательного процесса;
- 3.Реализация здоровьесформирующего, здоровьесберегающего и рекреативного подхода в моделировании процесса обучения.

Объект мониторинга

Система учебно-воспитательного процесса, цели и результаты, направленные на сохранение физиологического, психологического и социального здоровья учащихся и педагогов образовательного учреждения.

Субъект мониторинга

Учебный процесс, воспитательный процесс, учащиеся и педагоги школы.

Участники мониторинга

Участниками мониторинга состояния здоровья учащихся являются:

1. учащиеся;
2. классные руководители;
3. родители;
4. учителя физической культуры;
5. педагог-психолог;
6. медицинский персонал ФАПА.

Основные методы и средства сбора и хранения информации

Основными методами и средствами диагностики здоровья учащихся являются:

1. ежегодный медицинский осмотр;
2. тестирование;
3. анкетирование;
4. ИКТ-технологии.

Получатели информации

Сбор информации об уровне здоровья учащихся возлагается на медицинский персонал ФАПА, психолога, учителей физической культуры, родителей, классных руководителей. Полученная информация заносится в паспорт здоровья каждого класса, хранится в методическом кабинете и должна быть доступна для всех участников образовательного процесса. В конце учебного года паспорта здоровья распечатываются, и выдаются классным руководителям.

Планируемые результаты

1. Оформление паспорта здоровья для каждого класса (см. Приложение 7).
2. Определение уровня здоровья всех учащихся.
3. Выявление причин снижения уровня здоровья учащихся.
4. Использование рекреативных технологий в реализации программы «Здоровье».
5. Выбор наиболее адекватных форм и методов работы по сохранению и укреплению здоровья учащихся (формирование здоровьесберегающей среды в школе).

Состав рабочей группы

В экспертную группу по проведению мониторинга здоровья учащихся входят:

- ❖ классные руководители;
- ❖ медицинский персонал ФАПА;
- ❖ педагог- психолог.

Принятие управленческих решений

Управленческие решения принимает администрация. Куратором проекта мониторинга здоровья учащихся является заместитель директора.

Сроки исполнения

Сроки проведения ежегодного мониторинга здоровья учащихся: сентябрь – май.

План проведения мониторинга

№ п/п	Мероприятия	Исполнители	Сроки
1	Разработать и утвердить план мероприятий по реализации мониторингового исследования	члены рабочей группы	сентябрь
2	Информирование коллектива о мониторинговом исследовании	администрация	сентябрь
3	Подготовка измерителей, таблиц, тиражирование анкет	члены рабочей группы	октябрь
4	Организация и проведение анкетирования учащихся, родителей	члены рабочей группы	октябрь
5	Организация и проведение медицинского осмотра учащихся	медработник школы	октябрь
6	Обработка результатов анкет	члены рабочей группы	ноябрь
7	Организация и проведение самообследования учащихся	члены рабочей группы	декабрь
8	Изучение валеологической кривой расписания	члены рабочей группы	октябрь, февраль
9	Посещение уроков с целью выявления использования здоровьесберегающих технологий на уроке	администрация	сентябрь - апрель
10	Обработка результатов медицинского осмотра учащихся	члены рабочей группы	январь
11	Оформление паспорта здоровья для каждого класса, внесение результатов медицинского осмотра, тестирования, анкетирования	классные руководители	октябрь-май
12	Собрание классных руководителей с учителями физкультуры и классными руководителями по выявлению замечаний, дополнений, предложений по мониторинговому исследованию	администрация	апрель
13	Разработка рекомендаций для создания здоровьесберегающей среды в ОУ	члены рабочей группы	апрель
14	Корректировка плана работы ОУ на следующий учебный год	администрация	май
15	Информирование коллектива о результатах мониторингового исследования	администрация	май

Критерии и показатели мониторинга здоровья учащихся

Объект мониторинга	Критерии оценки	Показатели оценки	Методики сбора информации
Здоровье учащихся	уровень здоровья учащихся	1.Количество уроков, пропущенных по болезни 2. Медицинские статистические данные: ➤ Количество часто болеющих детей. ➤ Распределение детей для занятий	медицинское обследование, анкетирование учащихся и родителей, тестирование учащихся, ведение классного журнала,

		физкультурой по состоянию здоровья. ➤ Количество детей с хроническими заболеваниями. ➤ Количество детей с нарушениями состояния здоровья, вызванными адаптацией к школе. ➤ Количество детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях: 1-4 кл. -5-9 кл. -10-11 кл. Сколько детей охвачено оздоровительными мероприятиями и какими? ➤ Динамика травматизма ➤ Контроль физического развития и двигательной подготовленности	мониторинг физической подготовленности учащихся
	валеологические ресурсы	➤ валеологическая кривая расписания; ➤ количество учащихся в классе; ➤ использование здоровьесберегающих технологий на уроке.	Гигиенические требования к расписанию уроков, комплектование классов, посещение уроков
	нагрузка учащихся	➤ число проверочных, контрольных работ и других видов аттестации в единицу времени (четверть, год); ➤ время, затраченное на подготовку домашнего задания, их трудоемкость (по предметам, по четвертям, по параллелям)	Учебный план ОУ, проверка рабочих тетрадей учащихся.
	Обучаемость	➤ легкость освоения материала (отсутствие напряжения, утомления) ➤ гибкость в переключении на новые способы и приемы работы ➤ прочность сохранения освоенного материала	Диагностика психолога

Теоретическая значимость программы

Состоит в том, что её результаты способствуют дальнейшему научному осмыслению проблемы формирования здорового образа жизни школьников на основе использования здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий.

Практическая значимость программы

Состоит в том, что отслеживание показателей здоровья учащихся в мониторинге позволит определить уровень здоровья всех школьников. Систематическое и своевременное внесение результатов в паспорт здоровья даст наглядную картину состояния здоровья учеников в классах, поможет выявить причины снижения уровня здоровья учащихся и выбрать наиболее адекватные формы и методы работы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, сэкономит время для оперативного нахождения требуемой информации по конкретному ученику.

ПРИЛОЖЕНИЯ

В приложениях 1-7 приведены примерные анкеты для определения уровня здоровья школьников, для анализа отношения детей к своему здоровью, здоровому образу жизни.

Приложение 1

Анкета для учащихся 1 – 11 классов «Моё здоровье»

Ф.И.О. _____ класс _____

Ребята! Внимательно прочитайте вопросы и предложенные варианты ответов. Выберите несколько, наиболее подходящих именно Вам. Отметьте их крестиком в графе «ответы». Если вы выбрали ответ «другое» - напишите, что именно.

№ п/п	Вопросы и варианты ответов	Ответы
1	В чём проявляется неблагополучие твоего здоровья? 1) Плохо сплю 2) Часто болит живот 3) Физические недостатки 4) Часто болит голова 5) Плохое настроение 6) Часто простываю 7) Плохой аппетит 8) Болезненный внешний вид 9) Боюсь сквозняков 10) Другое	
2	От кого ты получаешь информацию о здоровье? 1) От специалистов, врачей 2) От родителей 3) От учителей на уроке 4) От классного руководителя 5) От учителя физической культуры 6) От учителя ОБЖ 7) От одноклассников 8) Читаю специальную литературу 9) Ни от кого 10) Другое	
3	Что ты делаешь, чтобы быть здоровым? 1) Хорошо отношусь к другим 2) Соблюдаю режим дня 3) Правильно питаюсь 4) Занимаюсь физкультурой 5) Закаляюсь 6) Стараюсь много двигаться 7) Сплю при открытой форточке 8) Мою руки перед едой 9) Ничего не делаю 10) Другое	

Анкета для учащихся 1 – 11 классов «Мой режим дня»

Ф.И.О. _____ класс _____

Ребята! Внимательно прочитайте вопросы и предложенные варианты ответов. Проконтролируйте в течение недели свой режим дня, записывая каждый день продолжительность ночного сна, время выполнения домашнего задания и время, затраченное на прогулку. Подсчитайте среднее значение за неделю по всем трем вопросам. Выберите наиболее подходящее число из предложенных вариантов. Запишите в графе «ответы».

№ п/п	Вопросы и варианты ответов	Ответы
1	Какова продолжительность Вашего ночного сна в среднем за неделю? 1. Менее 9ч 2. Менее 9ч30м 3. От 10ч25м до 9ч30м 4. 10ч30м и боле	
2	Сколько времени Вы тратите на выполнения домашних заданий в среднем за неделю? 1. Менее 1ч 2. 1ч30м и менее 3. От 1ч до 1ч30м 4. От 1ч35 м до 2ч 5. Более 1ч30м 6. Более 2ч	
3	Сколько времени занимает прогулка на свежем воздухе (в часах и минутах) в среднем за неделю? 1. 4ч и более 2. 3ч30м и более 3. 3ч и более 4. От 3ч55м до 3ч30м 5. От 3ч25м до 3ч 6. От 2ч55м до 2ч30м 7. Менее 3ч30м 8. Менее3ч 9. Менее2ч30м	

Анкета для родителей «Здоровье моего ребенка»

Уважаемые родители! Внимательно ознакомьтесь с содержанием анкеты. В зависимости от характера ответа вам следует подчеркнуть да или нет.

№	Вопросы		Ответы	
1	Бывают ли головные боли (беспричинные, при волнении, после школы, после физической нагрузки).		да	нет
2	Бывает ли слезливость.		да	нет
3	Бывает ли слабость, утомляемость после занятий в школе и дома.		да	нет
4	Бывает ли нарушение сна (плохое засыпание, чуткий сон, ночное недержание мочи, трудное вставание).		да	нет
5	Отмечается ли при волнении повышенная потливость или появление красных пятен.		да	нет
6	Бывают ли головокружения, неустойчивость при перемене положения тела.		да	нет
7	Бывают ли обмороки.		да	нет
8	Бывают ли боли, неприятные ощущения в сердце, сердцебиения, перебои.		да	нет
9	Отмечалось ли когда-либо повышение давления.		да	нет
10.	Бывает ли часто:	насморк	да	нет
		кашель	да	нет
		потеря голоса	да	нет
11	Бывают ли боли в животе.		да	нет
12	Бывают ли боли в животе после приёма пищи.		да	нет
13	Бывают ли боли в животе до еды.		да	нет
14	Бывают ли тошнота, отрыжка, изжога.		да	нет
15	Бывают ли нарушения стула (поносы, запоры).		да	нет
16	Бывала ли дизентерия.		да	нет
17	Была ли болезнь Боткина (желтуха).		да	нет
18	Бывают ли боли в пояснице.		да	нет
19	Бывают ли когда-нибудь боли при мочеиспусканиях.		да	нет
20	Бывают ли реакции на какую-нибудь пищу, запахи, цветы, пыль, лекарства (сыпь, отёки, затруднение дыхания).		да	нет
21	Бывает ли реакция на прививки (сыпь, отёки, затруднение дыхания).		да	нет
22	Часто ли бывают жалобы на боли в мышцах после физкультурных занятий, тренировок?		да	нет

Данная анкета предлагается родителям учащихся 1-х, 4-х, 8-х, классов, а также родителям выпускников школы. Анкета анонимна.

Изменения физического развития и физической подготовленности учащихся также являются важными показателями здоровья на протяжении всей жизни.

Физическое развитие детей - это один из наиболее часто используемых обобщающих гигиенических показателей состояния здоровья и индикатор социального благополучия общества. Регулярное исследование физического развития детей и молодежи в образовательных учреждениях проводится на основании Приказа МО РФ от 15.03.2002 г. № 867 и Постановления Правительства Российской Федерации от 29.12.2001 г. № 916 «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи».

Показатели физического развития школьников легко измеряются и дают много информации, особенно, если исследования проводятся регулярно (не менее 1 раза в год) и рассматриваются в динамике. Для анализа физического развития учащихся оценивают длину, массу тела, окружность грудной клетки и могут быть дополнены измерением кистевой динамометрии.

Физическая (двигательная) подготовленность. Для всех обследуемых учащихся проводятся общепринятые в практике физического воспитания тесты: бег 30 м, челночный бег 3x10 м, подтягивание на высокой перекладине для юношей и в висе лежа для девушек, прыжок в длину с места, 6-минутный бег. Учителя физической культуры имеют подробную инструкцию для проведения тестирования двигательной подготовленности. По результатам определения физического развития и физической подготовленности школьников заполняется следующая таблица:

Месяц	Кол-во учащихся	Низкий	%	Ниже среднего	%	Средний	%	Выше среднего	%	Высокий	%
сентябрь											
май											

Оценка изменения отношения детей к своему здоровью, здоровому образу жизни. Анализ знаний выпускников общеобразовательных школ показал, что практически каждый из них владеет информацией о здоровье и формирующих его факторах. Однако знания сами по себе не могут автоматически обеспечить в реальной жизни адекватное здоровьесберегающее поведение. Пока не будут сформированы определенные эмоционально-ценностные ориентации, а освоенные умения и навыки не станут привычкой, нормой поведения будет сохраняться возможность нездоровых проявлений в жизни человека.

Имеющиеся многочисленные программы, способствующие организации здорового образа жизни (ЗОЖ), как правило, не учитывают психолого-педагогические особенности формирования личного отношения ребенка к своему здоровью. Важно не только вооружить ребенка знаниями о сохранении здоровья, но и сформировать у него потребность применения полученных знаний и умений на практике. В образовательной модели необходимо делать гораздо больший акцент на личностных и социальных аспектах, которые зачастую значительно важнее для ребенка, чем факторы, связанные с возможным будущим заболеванием.

Анкета для учащихся 3—4 классов «Здоровый образ жизни»

Класс _____ Пол М ☐ Ж ☐ Дата заполнения анкеты 20__ г.

1. Представь, что ты приехал в летний лагерь. Твой лучший друг, который приехал вместе с тобой, забыл дома сумку с вещами и просит тебя помочь. Отметь, какими из перечисленных ниже предметов не стоит делиться даже с лучшим другом?

мыло ☐ зубная щетка ☐ полотенце для рук ☐
 мочалка ☐ зубная паста ☐ шампунь ☐
 тапочки ☐ полотенце для тела ☐

2. На дверях столовой вывесили два расписания приема пищи – одно из них правильное, а другое содержит ошибки. Отметь правильное расписание.

Завтрак	08.00	09.00
Обед	13.00	15.00
Полдник	16.00	18.00
Ужин	19.00	21.00
	☐	☐

3. Оля, Вера и Таня не могут решить — сколько раз в день нужно чистить зубы. Как ты думаешь, кто из девочек прав. Отметь тот ответ, который тебе кажется верным:

Зубы нужно чистить по вечерам, чтобы удалить ☐
 Из рта все скопившиеся за день остатки пищи ☐
 Зубы нужно чистить утром и вечером ☐
 Зубы нужно чистить по утрам, чтобы дыхание было свежим весь день ☐

4. Тебя назначили дежурным. Тебе нужно проследить за тем, как соблюдаются правила гигиены твоими друзьями. Отметь, в каких случаях ты посоветуешь им вымыть руки:

Перед чтением книги ☐ Перед посещением туалета ☐
 После посещения туалета ☐ После того, как заправил постель ☐
 Перед едой ☐ Перед тем, как идешь гулять ☐
 После игры в баскетбол ☐ После того, как поиграл с кошкой или собакой ☐

5. Как часто ты посоветуешь своим друзьям принимать душ? Отметь:

Каждый день ☐ Два-три раза в неделю ☐ 1 раз в неделю ☐

6. Твой товарищ поранил палец. Что ты ему посоветуешь? Отметь:

Положить палец в рот ☐
 Подставить палец под кран с холодной водой ☐
 Намазать ранку йодом и накрыть чистой салфеткой ☐

Анкета для учащихся 5 – 7 классов «Здоровый образ жизни»

Класс _____ Пол М ☐ Ж ☐ Дата заполнения анкеты 20__ г.

1. Какие из перечисленных условий ты считаешь наиболее важными для счастливой жизни? Оцени их, проставив баллы от 8 (самое важное) до 1 (наименее важное для тебя).

- | | |
|--|---|
| Иметь много денег ☐ | Много знать и уметь ☐ |
| Быть здоровым ☐ | Иметь любимую работу ☐ |
| Иметь интересных друзей ☐ | Быть красивым, привлекательным ☐ |
| Быть самостоятельным (самому решать, | что делать и самому обеспечивать себя) ☐ |
| Жить в счастливой семье ☐ | |

2. Какие условия для сохранения здоровья ты считаешь наиболее важными?

Из приведенного перечня условий выбери и отметь 4 наиболее важных для тебя.

- Регулярные занятия спортом ☐
- Хороший отдых ☐
- Знания о том, как заботиться о своем здоровье ☐
- Хорошие природные условия (чистый воздух, вода и т.д.) ☐
- Возможность лечиться у хорошего врача ☐
- Деньги, чтобы хорошо питаться, отдыхать, посещать спортивный зал и т.д. ☐
- Ежедневное выполнение правил здорового образа жизни (соблюдение режима дня, регулярное питание, занятия физкультурой и т.д.) ☐

3. Что из перечисленного присутствует в твоем распорядке дня?

	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко, никогда
Утренняя зарядка, пробежка	☐	☐	☐
Завтрак	☐	☐	☐
Обед	☐	☐	☐
Ужин	☐	☐	☐
Прогулка на свежем воздухе	☐	☐	☐
Сон не менее 8 ч	☐	☐	☐
Занятия спортом	☐	☐	☐
Душ, ванна	☐	☐	☐

4. Можно ли сказать, что ты заботаешься о своем здоровье? (отметь нужное).

Да, конечно ☐ Скорее да, чем нет ☐ Скорее нет, чем да ☐ Нет ☐

5. Интересно ли тебе узнавать о том, как заботиться о своем здоровье? Отметь один ответ.

- | | |
|--|---|
| Да, очень интересно ☐ | Скорее интересно, чем не интересно ☐ |
| Скорее неинтересно, чем интересно ☐ | Не интересно ☐ |

6. Откуда ты узнаёшь о том, как заботиться о здоровье?

	Часто	От случая к случаю	Никогда
В школе	☐	☐	☐
Дома	☐	☐	☐
От друзей	☐	☐	☐
Из книг и журналов	☐	☐	☐
Из передач радио и телевидения	☐	☐	☐

7. Как ты оцениваешь сведения о здоровье, которые узнаёшь...

	Интересно	Не всегда интересно	Не интересно
В школе	☐	☐	☐
Дома	☐	☐	☐
От друзей	☐	☐	☐
Из книг и журналов	☐	☐	☐
Из передач радио и телевидения	☐	☐	☐

8. Какие мероприятия по охране и укреплению здоровья проводятся в твоём классе?

Какие из них ты считаешь интересными и полезными?

	Проводятся	Интересно	Не интересно
Уроки, обучающие здоровью	☐	☐	☐
Лекции о том, как заботиться о здоровье	☐	☐	☐
Показ фильмов о том, как заботиться о здоровье	☐	☐	☐
Спортивные соревнования	☐	☐	☐
Викторины, конкурсы, игры на тему здоровья	☐	☐	☐
Праздники, вечера на тему здоровья	☐	☐	☐

Анкета для учащихся 8 - 11 классов «Здоровый образ жизни»

Класс _____ Пол М ☐ Ж ☐ Дата заполнения анкеты 20 ____ г.

1. Какие из ценностей, приведенных ниже, для вас наиболее важны? Оцените их, проставив баллы от 8 (самое важное) до 1 (наименее важное).

Материальное благополучие ☐

Качественное образование ☐

Привлекательная внешность ☐

Хорошее здоровье ☐

Возможность общаться с интересными людьми ☐

Благополучная семья ☐

Свобода и независимость (возможность самому планировать жизнь и реализовывать желания) ☐

Любимая работа ☐

2. Какие условия для сохранения здоровья вы считаете наиболее важными? Из приведенного перечня условий выберите и отметьте четыре наиболее важных для вас.

Хорошая наследственность ☐

Хорошие экологические условия ☐

Выполнение правил здорового образа жизни (режим, зарядка и т.д.) ☐

Возможность консультации и лечения у хорошего врача ☐

Знания о том, как заботиться о своем здоровье ☐

Отсутствие физических и умственных перегрузок ☐

Регулярные занятия спортом ☐

Достаточные материальные средства для хорошего питания, занятий спортом и т.д. ☐

3. Что из перечисленного присутствует в вашем распорядке дня?

	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко
Утренняя зарядка, пробежка	☐	☐	☐
Завтрак	☐	☐	☐
Обед	☐	☐	☐
Ужин	☐	☐	☐
Прогулка на свежем воздухе	☐	☐	☐
Сон не менее 8 ч	☐	☐	☐
Занятия спортом	☐	☐	☐
Душ, ванна	☐	☐	☐

4. Достаточно ли вы заботитесь о своем здоровье?

Вполне достаточно ☐

Не вполне достаточно ☐

Недостаточно ☐

5. Как вы относитесь к информации о том, как заботиться о здоровье?

Очень интересна и полезна ☐ Довольно интересна и полезна ☐
Не очень интересна и полезна ☐ Не интересна и не нужна ☐

6. Откуда вы узнаете о том, как заботиться о здоровье?

	Часто	От случая к случаю	Никогда
От родителей	☐	☐	☐
От друзей	☐	☐	☐
В школе	☐	☐	☐
Из журналов, книг	☐	☐	☐
Из передач ТВ	☐	☐	☐
Через интернет	☐	☐	☐

7. Как вы оцениваете сведения о здоровье, которые получаете?

	Интересны	Не всегда интересны	Не интересны
От родителей	☐	☐	☐
От друзей	☐	☐	☐
В школе	☐	☐	☐
Из журналов, книг	☐	☐	☐
Из передач ТВ	☐	☐	☐
Через интернет	☐	☐	☐

8. Какие мероприятия по охране и укреплению здоровья проводятся в вашем классе?

Какие из них вы считаете интересными и полезными?

	Проводятся	Интересно	Не интересно
Специальные уроки	☐	☐	☐
Лекции	☐	☐	☐
Показ видеофильмов	☐	☐	☐
Спортивные соревнования	☐	☐	☐
Работа спортивных секций	☐	☐	☐
Тематические вечера	☐	☐	☐

Паспорт здоровья класса

1. Классный руководитель оформляет обложку паспорта, который храниться в папке.
2. Данные о состоянии здоровья класса в паспорт заносит классный руководитель и медицинский персонал ФАПА на основе данных медицинских карт учащихся.
3. Информацию о функциональной подготовленности организма учащихся фиксирует и записывает медицинский персонал ФАПА.
4. Информацию о физической подготовленности вносит в паспорт учитель физической культуры по результатам контроля двигательной подготовленности, проводимого на уроках физкультуры.
5. Листы паспорта с 3 страницы распечатываются в начале каждого учебного года.
6. Классные руководители вправе вносить предложения по оформлению паспорта и его дополнению важной информацией, используемой в работе (в графе «Заметки»).
7. В конце учебного года, заполненный паспорт подписывают: классный руководитель, медицинский персонал ФАПА и директор. Вся информация заверяется печатью.
8. Паспорт храниться в папке классного руководителя и дублируется в электронном варианте в методическом кабинете.

1. Состояние здоровья учащихся _____ класса в 20__ - 20__ уч. году

№	Наименование	Начало учебного года	Конец учебного года
1	Количество учащихся в классе		
2	Количество мальчиков		
3	Количество девочек		
4	Отнесённость к группам здоровья	1 группа _____ 2 группа _____	1 группа _____ 2 группа _____
5	Отнесённость к физкультурным группам	Основная _____ Подготовительная _____ Специальная _____ Освобождённые _____	Основная _____ Подготовительная _____ Специальная _____ Освобождённые _____
6	Уровень физического развития	Высокий _____ Средний _____ Низкий _____	Высокий _____ Средний _____ Низкий _____
7	Телосложение по уровню физического развития	Гармонические _____ Дисгармонические _____ С избытком веса _____ С дефицитом веса _____ Низкий рост _____	Гармонические _____ Дисгармонические _____ С избытком веса _____ С дефицитом веса _____ Низкий рост _____
8	Виды патологий	Болезни крови, кроветворных органов и системы кровообращения _____ Болезни эндокринной системы _____ Психические расстройства _____ Болезни нервной системы _____	Болезни крови, кроветворных органов и системы кровообращения _____ Болезни эндокринной системы _____ Психические расстройства _____ Болезни нервной системы _____

		Болезни глаз _____ Болезни уха _____ Болезни органов дыхания _____ Болезни органов пищеварения _____ Болезни мочеполовой системы _____ Состояние после травмы и операции _____ Болезни кожи и подкожной клетчатки _____ Болезни костно-мышечной системы _____ Нарушение осанки _____ Сколиозы _____ Плоскостопие _____	Болезни глаз _____ Болезни уха _____ Болезни органов дыхания _____ Болезни органов пищеварения _____ Болезни мочеполовой системы _____ Состояние после травмы и операции _____ Болезни кожи и подкожной клетчатки _____ Болезни костно-мышечной системы _____ Нарушение осанки _____ Сколиозы _____ Плоскостопие _____
9	Выявлено всего заболеваний (количество/%)		
10	Травмы	В образовательном учреждении _____ Вне образовательного учреждения _____	В образовательном учреждении _____ Вне образовательного учреждения _____
11	Отравления	В образовательном учреждении _____ Вне образовательного учреждения _____	В образовательном учреждении _____ Вне образовательного учреждения _____
12	Врождённые аномалии (чел.)		
13	Новообразования (чел.)		
14	Дети-инвалиды (чел.)	Инвалиды, посещающие школу _____ Инвалиды, обучающиеся на дому _____	Инвалиды, посещающие школу _____ Инвалиды, обучающиеся на дому _____
15	Заболевания школьников, обучающихся на дому (не являющихся инвалидами)	Болезни крови, кроветворных органов и системы кровообращения _____ Болезни эндокринной системы _____ Психические расстройства _____ Болезни нервной системы _____ Болезни глаз _____ Болезни уха _____ Болезни органов дыхания _____ Болезни органов пищеварения _____ Болезни мочеполовой системы _____ Состояние после травмы и операции _____	Болезни крови, кроветворных органов и системы кровообращения _____ Болезни эндокринной системы _____ Психические расстройства _____ Болезни нервной системы _____ Болезни глаз _____ Болезни уха _____ Болезни органов дыхания _____ Болезни органов пищеварения _____ Болезни мочеполовой системы _____ Состояние после травмы и операции _____

		Болезни кожи и подкожной клетчатки _____ Болезни костно-мышечной системы – Нарушение осанки _____ Сколиозы _____ Плоскостопие _____	Болезни кожи и подкожной клетчатки _____ Болезни костно-мышечной системы Нарушение осанки _____ Сколиозы _____ Плоскостопие _____
16	Количество детей, прошедших оздоровление в текущем году	Всего _____ <u>в том числе:</u> в пришкольных лагерях _____ в выездных лагерях _____ от поликлиники _____ в санаториях округа и области _____ в санаториях МЗ РФ _____	Всего _____ <u>в том числе:</u> в пришкольных лагерях _____ в выездных лагерях _____ от поликлиники _____ в санаториях округа и области _____ в санаториях МЗ РФ _____
17	Количество детей, нуждающихся в оздоровлении		

2. Организация образовательного процесса

Итоги 20__ - 20__ учебного года по четвертям	
Пропущено дней по болезни	Всего учебных дней
Всего по классу _____ <u>в том числе:</u> 1 четверть _____ 2 четверть _____ 3 четверть _____ 4 четверть _____	Всего по классу _____ <u>в том числе:</u> 1 четверть _____ 2 четверть _____ 3 четверть _____ 4 четверть _____

3. Организация питания учащихся

№	Наименование	На начало учебного года	На конец учебного года
1	Количество детей, получающих питание	Человек _____ % _____	Человек _____ % _____
2	Количество детей льготной категории, получающих питание: <u>в том числе:</u> из малообеспеченных семей; из многодетных семей; детей-сирот.	Человек _____ % _____ Человек _____ % _____ Человек _____ % _____ Человек _____ % _____ Человек _____ % _____	Человек _____ % _____ Человек _____ % _____ Человек _____ % _____ Человек _____ % _____ Человек _____ % _____
3	Продолжительность перемены для приема пищи (мин)		

4. Организация досуга школьников

№	Наименование	Начало учебного года	Конец учебного года
1	Количество учащихся, охваченных организованными формами досуга оздоровительной направленности, в соотношении от общего количества детей в классе:	Всего в классе ____ % <u>в том числе:</u> при проведении мероприятий в классе ____ % при проведении общешкольных мероприятий ____ % в учреждениях дополнительного образования ____ %	Всего в классе ____ % <u>в том числе:</u> при проведении мероприятий в классе ____ % при проведении общешкольных мероприятий ____ % в учреждениях дополнительного образования ____ %
2	Количество детей, занимающихся спортом:	В самом образовательном учреждении ____ % В учреждениях дополнительного образования ____ %	В самом образовательном учреждении ____ % В учреждениях дополнительного образования ____ %
3	Количество проведенных краеведческих, туристических экскурсий, походов		
4	Количество организованных встреч с медицинскими работниками учреждений здравоохранения		
5	Количество мероприятий оздоровительной направленности (спортивные соревнования, праздники, эстафеты, Дни здоровья, классные часы, познавательные программы и др.), в которых участвовал класс в течение учебного года	—	

5. Профилактические прививки

Наименование	Подлежало в начале учебного года (человек)	Сделано к концу учебного года (человек)
Охват профилактическими прививками:		
- против гриппа		
- против дифтерии		
- против краснухи		
- против столбняка		
Количество детей с медицинскими отводами от профилактических прививок, из них:		
- временные медицинские отводы		
- постоянные медицинские отводы		
Отказ от прививок		
Охват диагностикой туберкулёза		