

<p align="center">ПРИНЯТА</p> <p align="center"><i>Управляющим советом МБОУ «Гавриловская ООШ» протокол № 4 от «31» <u>08 2021 г.</u></i></p>	<p align="center">ПРИНЯТА</p> <p align="center"><i>педагогическим советом МБОУ «Гавриловская ООШ» протокол № 11 от «31» <u>08 2021 г.</u></i></p>	<p align="center">УТВЕРЖДЕНА</p> <p align="center"><i>приказом директора МБОУ «Гавриловская ООШ» №- 96- од от «31» <u>08 2021 г.</u></i></p>
--	--	---



ПРОГРАММА

**формирования здорового
и безопасного образа жизни обучающихся**

Социальный педагог МБОУ
«Гавриловская ООШ»
Костылева Елена Сергеевна

п. Гаврилово
2021 г.

но все без здоровья – ничто

Сократ

Структура программы

1. Обоснование необходимости реализации программы
 2. Ресурсы
 3. Стратегические цели и задачи образовательного учреждения по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса, повышению культуры здоровья.
 4. Описывание основных направлений по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса, повышению культуры здоровья в образовательном учреждении.
 5. Условия реализации программы.
 6. Этапы и сроки реализации программы.
 7. Ожидаемые результаты реализации программы.
 8. Методика оценки эффективности реализации программы.
 9. Возможные сложности реализации программы и пути их преодоления.
 10. Нормативно-правовое и методическое обеспечение реализации программы.
 11. Основные термины и понятия программы.
-
1. Обоснование необходимости реализации программы:

Понятие «здоровье человека», на первый взгляд представляется простым и ясным. Здоровый человек вообще не задумывается над смыслом этого состояния. Не случайно Ф. Энгельс в свое время дал очень простое определение здоровья: «Здоровье это то, о чем мы вспоминаем, когда его нет». Задав установку в детстве, мы программируем модель поведения ребенка. Здоровье детей и подростков – это фундамент, на котором формируется здоровье взрослого человека. Перенесенные болезни в детстве подтачивают этот фундамент. Здоровье подрастающего человека – это проблема не только социальная, но и нравственная. Ребенок сам должен уметь быть здоровым. Приобщение школьника к проблеме сохранения своего здоровья, прежде всего процесс социализации – воспитания. Это сознание высокого душевного комфорта, который закладывается с детства на всю жизнь. Для формирования необходимы знания о законах развития своего организма, его взаимодействии с социальными факторами.

По данным официальной статистики заболеваемость детей до 14 лет за последние 10 лет увеличилась на 50%, среди подростков уровень заболеваемости возрос на 64%. Среди школьников старшего возраста наметилось заметное увеличение распространённости хронических болезней (у детей до 14 лет этот рост составил 23%, в 15 - 17 лет – 26%).

Важно не только приобщать ребят к спортивной жизни, но не менее важно формировать нравственные основы такие как, ценность человеческой жизни и здоровья, ценность общения. Когда гуманное, нравственное мировоззрение находится во взаимодействии с телом, влияют друг на друга – развивается гармоничная личность.

В этой связи актуальной становится проблема поиска эффективного пути укрепления здоровья, которая обеспечивала бы непрерывность физического развития и воспитательного процесса и охватывала все категории детей и подростков.

2. Ресурсы, которыми располагает образовательное учреждение для эффективного выявления проблем.

	Сильные стороны	Слабые стороны (риски)
Кадровый потенциал	<p>Осознание проблемы негативного воздействия образовательного учреждения на здоровье учащихся и необходимость ее незамедлительного разрешения</p> <p>Признание педагогами образовательного учреждения своей солидарной ответственности за неблагополучие состояния здоровья учащихся.</p> <p>Реализация педагогами ОУ на практике здоровьесберегающих и здоровьесозидающих технологий в тесном взаимодействии друг с другом, с медицинским персоналом, службами сопровождения, с самими</p>	<p>Недостаточная компетентность отдельных педагогов, а в особенности родителей в вопросах здоровья и здорового образа жизни;</p> <p>Недостаток двигательной активности</p> <p>Неблагополучное состояние здоровья педагогов</p>

	<p>учащимися и их родителями.</p>	
<p>Материально-техническое оснащение</p>	<p>На сегодняшний день школа располагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> • спортивным залом • залом для занятий ЛФК • стадион • пришкольная спортивная площадка. 	
<p>Наличие программы</p>	<p>Включение в учебный процесс здоровьесберегающих технологий:</p> <ul style="list-style-type: none"> - двигательная активность, - соблюдение температурного и светового режима, - образовательные программы с учетом индивидуальных особенностей и физических возможностей учащихся, - введение дистанционных форм обучения, - внедрение 	

	индивидуальных образовательных маршрутов сопровождения учащихся, требующих повышенного педагогического внимания	
--	---	--

3. Стратегические цели и задачи образовательного учреждения по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса, повышению культуры здоровья:

- Концептуальные положения, ведущие подходы и принципы, определяющие реализацию программы:

Концепция базируется на Конституции Российской Федерации; закона Российской Федерации нормативно – правовых актах, направленных на защиту здоровья граждан и определяющих ответственность образовательного учреждения за здоровье обучающихся и всех участников образовательного процесса. Концепция опирается на приоритетные направления развития системы образования, главной целью которой является достижение высокого качества образования, тесно связанное с такими категориями как развитие, самореализация, здоровье, благополучие.

Ведущие подходы, определяющие реализацию программы:

- холистический подход к индивидуальному здоровью человека, в основе которого лежит понимание здоровья как многомерной системы, состоящей из взаимозависимых компонентов (соматических, психических, социальных и нравственных)
- созидающий подход к обеспечению здоровья человека, сущность которого состоит в признании определяющей роли культуры здоровья как ценностно-мотивационной составляющей целенаправленного оздоровления образа жизни;

средовой подход к созданию условий для обеспечения здоровья человека в системе образования, в котором образовательная среда определяется как совокупность внешних и внутренних по отношению к образовательному учреждению факторов, которые оказывают влияние на здоровье человека.

Ведущие принципы деятельности образовательного учреждения:

- принцип совместной профессиональной деятельности, который предполагает, что построение открытой здоровьесозидающей среды образовательного учреждения рассматривается как коллективный «продукт» деятельности всех участников образовательного процесса;
 - принцип командного взаимодействия, который предполагает, что Служба здоровья является командой;
 - принцип приоритета деятельности специалистов, наличие организационных звеньев службы, на которые возлагаются определенные полномочия и ответственность;
 - принцип вертикального управления, в основе которого лежит понимание того, что создание Службы здоровья относится к системным управленческим преобразованиям и требует жесткого административного управления;
 - принцип сетевого взаимодействия, который требует выстраивания взаимосвязей между образовательным учреждением и всеми структурами;
 - принцип сетевого партнерства, который выражается в координации разнонаправленной взаимовыгодной деятельности образовательного учреждения с родителями обучающихся, общественностью, органами и организациями, деятельность которых непосредственно связана с решением проблем здоровья участников образовательного процесса.
- Цели программы формирования здорового и безопасного образа жизни всех участников образовательного процесса: - Создание здоровьесозидающей образовательной среды, функционирующей на основе идеологии культуры здоровья,

предполагающей формирование здорового образа жизни и организацию здоровьесозидающего уклада жизни.

- Задачи программы по формированию здорового и безопасного образа жизни всех участников образовательного процесса
- Повышение уровня культуры здоровья как компонента общей культуры среди всех субъектов образовательного процесса: учащихся, педагогов, родителей и формирование на ее основе готовности к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья других людей;
- Организация внутренней среды образовательного учреждения, обеспечивающей здоровьесозидающий характер образовательного процесса и личную (коллективную) безопасность учащихся;
- Создание условий, обеспечивающих уменьшение рисков заболеваемости учащихся (воспитанников) наиболее распространенными болезнями детей и подростков, в т.ч. обусловленными образовательным процессом и социально обусловленными заболеваниями.

4. Основные направления по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса, повышению культуры здоровья в образовательном учреждении:

1) Создание внутренней среды Образовательного учреждения, обеспечивающей здоровьесозидающий характер образовательного процесса и безопасность учащихся и педагогов. К этим условиям относятся:

- внедрение во все предметные области здоровьесберегающих и здоровьесозидающих образовательных технологий;
- построение научно обоснованного учебного режима на основе функциональной диагностики состояний учащихся;
- обеспечение двигательной активности учащихся в течение учебного дня, физкультурно-оздоровительная работа;

- санитарно – гигиеническое обеспечение учебного процесса;
- создание условий для здорового питания в образовательном учреждении;

2) Повышение уровня культуры здоровья как компонента общей культуры учащихся, педагогов, родителей и формирование на ее основе готовности к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья других людей. К этим условиям относятся:

- повышение готовности педагогов к здоровьесозидающей профессиональной деятельности, в том числе готовности к сохранению и укреплению собственного здоровья и здоровья учащихся, формированию здорового образа жизни;
- повышение культуры здоровья учащихся посредством различных моделей обучения и воспитания;
- повышение активности родителей в формировании здорового образа жизни детей, становления здоровой и социально благополучной семьи;

3) Создание условий для оздоровления учащихся, ослабленных наиболее распространенными, в том числе социально обусловленными болезнями детей и подростков. К этим условиям относятся:

- выявление групп учащихся соматического и социального риска;
- разработка рекомендаций по обучению учащихся, включенных в группы соматического и социального риска, а также интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья и детей – инвалидов в образовательную среду детей, не имеющих нарушений в развитии;
- разработка и реализация индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуальных и групповых профилактических и коррекционных оздоровительных программ, в том числе профилактика зависимого поведения и социально обусловленных болезней;
- индивидуальное и групповое психологическое сопровождение;
- социальная защита и помощь, укрепление семейных отношений.

5. Условия реализации программы:

- 1) Совершенствуется научно – методическое и информационное обеспечение реализации программы.
- 2) Совершенствуется инновационная деятельность образовательного учреждения, в том числе за счет организации научно – методического сопровождения.
- 3) Участие в сети образовательных учреждений, решающих проблему здоровья участников образовательного процесса: оптимизация деятельности школы за счет включения в систему дистанционных и прямых связей, доступа к совместным ресурсам, взаимобмена опытом.
- 4) Выстраивание эффективного социального партнерства образовательного учреждения с учреждениями:
Психолого-педагогическим центром содействия развитию личности
г. Выборг
- 5) Кадровое обеспечение деятельности образовательного учреждения за счет подготовки и повышения квалификации специалистов и педагогов.
- 6) Отслеживание результативности реализации программы (внешний и внутренний мониторинг, единый районный мониторинг).
- 7) Материально – техническое обеспечение реализации программы (за счет увеличения оснащенности в данной области).

- оптимальный режим образовательного учреждения;
- рациональное питание;
- личная гигиена;
- положительные эмоции;
- отказ от вредных привычек.

Формирование здорового образа жизни среди детей будет эффективным при условии, если:

- Учитывать возрастные особенности детей.
- Создать условия для формирования здорового образа жизни.

- Совершенствовать формы работы образовательного учреждения по формированию здорового образа жизни.
6. Осуществление мер по повышению эффективности работы ОУ в области здоровьесозидания детей и подростков. (Постановление Правительства Ленинградской области от 29 января 2020 года № 26 Об утверждении региональной программы Ленинградской области «Укрепление общественного здоровья»)
7. Ожидаемые результаты:
- характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств;
 - использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования;
 - анализировать состояние здоровья школьника и принимать меры по его сохранению;
 - соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья;
 - использовать здоровьесберегающие технологии для сохранения и укрепления здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющей.
8. Методика оценивания эффективности реализации программы:
Согласовать с Постановлением Правительства Ленинградской области от 29 января 2020 года № 26 Об утверждении региональной программы Ленинградской области «Укрепление общественного здоровья»
9. Оценка эффективности реализации Программы
Эффективность реализации Программы оценивается по следующим показателям:
- разработка разноуровневой и многоаспектной системы показателей оценки качества, которая включает в себя оценку результатов, оценку процесса,

оценку условий и оценку управления на основе разных источников (ведомственная и общественная оценка, результаты лицензирования, государственная аккредитация);

- разработка способов анализа и оценивания полученной информации;
- внедрение автоматизированных систем процедур сбора информации о результатах, процессах и условиях деятельности системы образования;
- увеличение возможностей имеющихся процедур сбора информации за счет оптимизации имеющихся баз данных и создания новых РБД;
- оптимизация процедур получения информации;
- разработка соответствующих нормативных актов, позволяющих совершенствовать систему управления образованием на основе современных технологий с использованием оперативной информации о состоянии системы и качестве образования;
- совершенствование способов взаимодействия различных ОУ дошкольного образования, общего образования, дополнительного образования детей и ОУ дополнительного профессионального образования (повышения квалификации) специалистов.

10. Возможные сложности реализации программы и пути их преодоления.

Запрос государства на повышение качества образования без нанесения вреда здоровью школьников.

Проблема разрешения следующих противоречий:

- между необходимостью достижения нового качества образования в соответствии с требованиями нового образовательного стандарта и постоянно присутствием факторов, вызывающих перегрузку учащихся;
- между требованиями к профессиональной компетенции педагогических кадров по конструированию здоровьесберегающего процесса обучения и их недостаточной компетентностью в области здоровьесберегающих образовательных технологий;

между пониманием здоровья как приоритетной ценности всеми субъектами образовательного процесса (детьми, родителями, педагогами) и характером образовательной среды, нивелирующей эту ценность.

11. Нормативно-правовое и методическое обеспечение реализации программы.

- Федеральный закон «Об образовании»
 - Национальная образовательная стратегия «Наша новая школа» Министерства образования и науки РФ;
 - Федеральные государственные образовательные стандарты;
 - Федеральная целевая программа развития образования до 2024 г.;
 - Государственная программа Ленинградской области «Развитие физической культуры и спорта Ленинградской области» на 2019-2024 годы
 - Региональная система оценки качества подготовки обучающихся
- Распоряжение комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 27 ноября 2018 года № 2609-р «Об утверждении Концепции региональной системы оценки и управления качеством образования Ленинградской области»

12. В понятие **здорового образа жизни** входят следующие составляющие:

- Здоровый образ жизни – адекватный образ жизни. В переводе с латинского «modus Vivendi» - образ жизни – это система взаимоотношения человека с самим собой и факторами внешней среды
- «Образ жизни – устойчивая, долговременная система отношений человека с природой и социальной средой, представлений о нравственных и материальных ценностях, намерений, поступков, стереотипов поведения, реализация стратегий, направленных на удовлетворение разнообразных потребностей, на основе адаптации к правилам, законам и традициям общества» В.В.Колбанов

- Здоровье – состояние организма человека, когда функции всех его органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-либо болезненные изменения (БМЭ)
- Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов (Устав ВОЗ)
- Соматическое здоровье – текущее состояние организма и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития
- Физическое здоровье – уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные периоды
- Психическое здоровье – состояние психической сферы, основу которого составляет состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую реакцию
- Нравственное здоровье – комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной сферы и изнедательности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе
- Социальное здоровье – это благополучие человека, умение ладить с окружающими, осознавая полноценной личностью в том слое общества, где находится человек, когда его взаимодействие с окружающими полноценно и не несет страдания, не принижает достоинства и не ведет к психосоматическим заболеваниям

ПЛАН работы школы

по формированию здорового и безопасного образа жизни обучающихся на 2021 год

План по формированию здорового и безопасного образа жизни всех участников образовательного процесса является частью воспитательной

работы образовательного учреждения, которая позволяет повысить качество образовательного процесса в школе.

План предполагает:

- равные возможности для всех участников образовательного процесса
- индивидуальный подход с учетом интересов, здоровья, физических возможностей
- разнообразие форм и методов в организации физкультурно-спортивной деятельности
- включение родителей в формирование потребности в здоровом образе жизни

Основное содержание:

1. Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья учащихся и педагогов
2. Воспитание потребности вести ЗОЖ, формирование культуры здоровья
3. Практическое владение здоровьесберегающими технологиями
4. Организация работы по совершенствованию питания школьников
5. Информационное обеспечение деятельности, направленной на укрепление здоровья

<i>№ П/П</i>	<i>Мероприятия</i>	<i>Сроки</i>	<i>Ответственные</i>
<i>1. Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья учащихся и педагогов</i>			
2.	Приобретение школьной мебели согласно санитарно-гигиеническим нормам (по необходимости)	Начало учебного года	Администрация
3.	Контроль за санитарно-гигиеническими условиями ОУ:	По графику	Медицинский работник, администрация,

<ul style="list-style-type: none"> -воздушно-тепловой режим -освещенность классов -соблюдение требований к организации и объему учебной и внеурочной нагрузки учащихся на всех этапах обучения -составление рационального расписания для учителей -обеспечение учителей возможностью санаторно-курортного лечения -увеличение ассортимента блюд в школьной столовой для учащихся 	<p>классные руководители</p>
--	----------------------------------

II. Воспитание потребности вести здоровый образ жизни, формирование культуры здоровья

2.	Пропаганда здорового образа жизни через проведение мероприятий по формированию здорового образа жизни школьника	В течение всего времени	Классные руководители, учителя-предметники
3.	Работа школьного ППк в ОУ	В течение всего времени	Администрация
4.	Активизация деятельности родителей по изучению и использованию современных методик, пропагандирующих ЗОЖ	В течение всего времени	Администрация

III Практическое овладение здоровьесберегающими технологиями

1.	<p>Организация работы социально-психологической службы ОУ:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Консультации психолога, социального педагога, тренинги, диагностика 	В течение всего времени	Психолог ПП Ц социальный педагог
2.	Проведение дней здоровья	В течение всего времени	Администрация, классные руководители, учитель физической культуры
3.	Организация спортивных секций на базе ОУ для учащихся и учителей	Начало учебного года	Администрация, учитель физической культуры
4.	<p>Внеклассная работа с учащимися:</p> <ul style="list-style-type: none"> -спортивные соревнования -спартакиады, встречи -Дни здоровья -многообразие спортивных секций 	В течение всего времени	Администрация, учитель физической культуры
5.	<p>Ежегодное проведение диагностики здоровья каждого учащегося медицинскими работниками и введение в поурочное планирование упражнений по профилактике заболеваний:</p> <ul style="list-style-type: none"> -распределение учащихся по группам здоровья -составление индивидуального плана оздоровления для детей, состоящих в 3-ей группе здоровья 	В течение всего времени	Администрация, медицинский работник

Российская Федерация

ИП «Разинг Е.В.»

муниципальное образование

«Выборгский район»

ЗАЯВКА НА ПОЛУЧЕНИЕ ЛЬГОТНОГО
ПИТАНИЯ И МОЛОКА ОБУЧАЮЩИМИСЯ
МБОУ «ГАВРИЛОВСКАЯ ООШ»

Ленинградской области

муниципальное бюджетное

общеобразовательное учреждение

«Гавриловская основная

общеобразовательная школа»

188870, РФ, Ленинградская область,

Выборгский район, улица Школьная, дом 11

Тел./факс: (81378)7-88-88

gavrilovskayaooosh@yandex.ru

№ б/н от 04.12.2020 г.

Прошу предоставить на время каникул с 14.02.2022 г. по 23.02.2022г. сухие пайки в количестве:

- 1-4 класс	45 шт.
- 5-9 класс	31 шт.
- молоко	63 литра

Отв. по питанию



Е. С. Костылева

	популяризации здорового образа жизни		
4.	Организация и проведение родительского всеобуча по популяризации здорового образа жизни		Классные руководители

Диагностика

1. Мониторинг физического здоровья
2. Контроль заболеваемости учащихся
3. Мониторинг, учащихся, занимающихся физической культурой и спортом в свободное время
4. Диагностика уровня «эмоционального выгорания» педагогов

Методы диагностики основаны на собеседовании, анкетировании, наблюдениях и анализе документальных материалов

Критерии отслеживания результатов работы по формированию здорового и безопасного образа жизни всех участников образовательного процесса

1. Сохранение показателей состояния здоровья всех участников учебно-воспитательного процесса
2. Динамика мотивации к ведению здорового образа жизни
3. Использование в учебно-воспитательном процессе здоровьесберегающих и здоровьесозидающих технологий

В данном документе прошнуровано
и скреплено печатью

19 (девятнадцать)
листа (ов).

Директор МБОУ «Гавриловская ООШ»

Тимошик И. И.
Тимошик И. И.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 506007919238457772130328223527430359021468958057

Владелец Тимошик Ирина Ивановна

Действителен с 11.11.2022 по 11.11.2023