МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №21» ИМ.С.СТАЛЬСКОГО

ГОРОДСКОГО ОКРУГА «Г.ДЕРБЕНТ»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено и |  | Введено в действие |
| утверждено на |  | приказом №317а\_ |
| заседании педсовета |  | от «\_29\_\_»\_\_08\_\_2019\_\_\_г. |
| от «\_29\_\_»\_\_\_08\_\_2019г. |  | директор школы |
| протокол №\_1\_\_ |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_М.А.Бондарева |

**Программа здоровьесбережения**

***«Будем здоровы»***

на 2019-2023 учебные годы



г.Дербент

**Паспорт программы**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Педагогический коллектив |
| Основные разработчики | Зам.директора по ВР Алистанова И.М., социолог-Гамзаева А.М. |
| Цели | * Сохранение и укрепление здоровья учащихся школы.
* Формирование у учащихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья, формирование навыков здорового образа жизни.
 |
| Задачи | * Вести разъяснительную и просветительскую работу с обучающимися, родителями;
* Формирование 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 | 2019-2023 уч.г. |
| Ответственный за реализацию программы | Заместитель директора по ВР Алистанова И.М. |
| 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, что есть у человека, — это жизнь, а са­мое ценное в его жизни — здоровье, за которое бороть­ся всеми силами становится просто необходимо. Условия, когда болеть было выгоднее, чем работать, ушли в прошлое. Невежество в вопросах здорового образа жизни будет дорого обхо­диться тем, кто своевременно не позаботится о своем здоровье, здоровье своих детей и близких.

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 за 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. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения де­тей в школе состояние здоровья ухудшается в несколько раз. 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 относится 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 охватывает многие вопросы спе­циальной подготовки, санитарии, гигиены, закаливания, борьбы с вредными привычками, досу­га. Значительную роль в реализации оздоровительных программ игра­ет семья ребенка, его родители, находящиеся в тесном контакте со школой.

И сегодня 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 (недостаточности двигательной активности) и на этой основе — формирование необходимой скелет­ной мускулатуры, препятствующей нарушению осан­ки, появлению плоскостопия и других отклонений в со­стоянии здоровья.

Как и по другим общеобразовательным предметам, учащиеся должны получать домашние задания по фи­зической культуре, выполнение которых — неотъемле­мая черта здорового образа жизни. А родители, хоро­шо зная исходное состояние здоровья ребенка, путем контроля выполнения домашнего задания могут спо­собствовать его оздоровлению, физическому разви­тию, освоению двигательных навыков. Родители должны уделять достаточное внимание за­каливанию детей. Целенаправленное использование воздуха, воды и солнца позволяет закалить организм, повысить его сопротивляемость к неблагоприятным воздействиям внешней среды.

Таким образом, программа «Будем здоровы**!**», носящая ком­плексный характер, может и должна объединить усилия педагогов, администрации, школь­ной медицинской сестры, самих учеников в деле поддержания здорового образа жизни и физическо­го развития детей.

**Цели и задачи программы**

***Цели программы***

* формирование у учащихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;
* создание в школе организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья 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;
* обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
* разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

***Задачи программы***

* вести разъяснительную и просветительскую работу с обучающимися, родителями;
* формирование 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.
* четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
* гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домаш­них заданий и режима дня;
* планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся;
* развитие психолого-медико-педагогической службы школы для своевременной профилактики психологического и физического состояния учащихся;
* просвещение родителей в вопросах понимания значения здорового образа жизни;
* посещение научно-практических конференций, семина­ров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

**Нормативно-правовая и документальная основа**

* Конституция РФ.
* Конвенция о правах ребенка.
* Закон «Об образовании в РФ»
* ФГОС основного общего образования второго поколения.
* СанПин.

Функции различных категорий работников школы

***Функции  медицинской службы школы:***

* проведение диспансеризации учащихся и сотрудников школы;
* медосмотр учащихся школы,  определение уровня физического здоровья;
* выявление учащихся специальной медицинской  группы.

***Функции администрации:***

* общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
* общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
* 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 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 психологической  службы 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 детского травматизма на дорогах;
* организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании,  токсикомании, табакокурения;
* организация и проведение 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 проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

**У**

**Оптимизация образовательного процесса**

**Охрана здоровья учащихся**

**частники программы:**

* учащиеся школы;
* педагогический коллектив;
* родители;
* социальные партнеры (ОБУЗ «Кореневская ЦРБ»)

**Этапы реализации Программы«Будем здоровы!»**

**Первый этап:** Подготовительный (2019-2020г.)

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 **«**Будем здоровы!»
5. Организация взаимодействия с медицинскими и другими учреждениями для реализации Программы **«**Будем здоровы!»

**Второй этап:** Практический (2020-2023г.). Реализация Программы**«**Будем здоровы!»

**Третий этап:** Обобщение и оценка результатов деятельности (2022-2023 г.).

1. Анкетирование родителей, учащихся, педагогов на предмет удовлетворённости результатами реализации Программы.
2. Мониторинг показателей состояния здоровья учащихся до и после реализации Программы «Будем здоровы!»
3. Мониторинг сформированности ценностных ориентаций у учащихся школы на здоровый образ жизни.
4. Обсуждение итогов реализации Программы «Будем здоровы!» в коллективе педагогов, родителей, учащихся.
5. Коррекция Программы «Будем здоровы!» по итогам реализации.
6. Публикации, распространение опыта

**8Модель 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 первой ступени обучения | Модель выпускника второй ступени обучения | Модель выпускника третьей ступени обучения |
| - знание основ личнойгигиены;- выполнение  правил гигиены;- владение основамиличной гигиены издорового образажизни. | - знание основ строения ифункционирования организма человека;- знание изменений в организме человека впубертатный период;- умение оценивать своефизическое и   психическое состояние;- знание влияния алкоголя, курения,   наркомании на здоровье человека;- поддержание физической формы;- гигиена умственноготруда. | - стремление к самосовершенствованию,   саморазвитию и профессиональнойпригодности  через физическое  совершенствование изаботу о своем здоровье;- убеждение в пагубностидля здоровья и   дальнейшей жизни вредных привычек;- знание различных оздоровительных систем;- умение поддерживать здоровый образ жизни,  индивидуальный для каждого человека;- способность вырабатыватьиндивидуальный  образжизни;- гигиена умственного труда. |

**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 своём здоровье, соблюдать правила ЗОЖ.
3. Учащиеся научаться управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими.
4. Стабилизация состояния здоровья 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 «СОШ №21» 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 МБОУ «СОШ№21»;

- 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;

- удовлетворённость 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 за 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;
* контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни;
* проведение заседаний Методического совета школы;
* создание методической копилки опыта;
* сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.

**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 формирование их здоровья:
* четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
* реабилитационную работу:
	+ обязательное медицинское обследование;
	+ 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 в учебной деятельности, 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 партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

***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 по реализации Программы «Будем здоровы!»**

**на 2019-2023 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;- ведение строгого учета детей по группам здоровья.- формирование групп здоровья по показателям. | Врач, медсестры школы | ежегодно | Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах |
| 1.2. | Проведение диспансеризации сотрудников и учащихся школы. | Врач, медсестры школы | ежегодно |   |
| 1.3. | Проведение  медицинского осмотра учащихся 9-х,11-х классов. | Врач, медсестры школы | ежегодно | план медосмотров |
| 1.4. | Медосмотр учащихся школы,  определение уровня физического здоровья. | Врач, медсестры школы | ежегодно | план медосмотров |
| 1.5. | Обеспечение и организация профилактических прививок  учащихся. | Врач, медсестры школы | ежегодно | план прививок |
| 1.6. | Оформление медицинских карт и листков здоровья в классных журналах. | Врач, медсестры школы ,классный руководитель, учитель физкультуры | ежегодно | классные журналы |
| 1.7. | Анализ случаев травматизма в школе.  | Зам.директора по УВР | ежегодно | материалы отчетов |
| 1.8. | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни. | Классные руководители, мед.персонал школы | ежегодно | материалы отчетов |
| 1.9. | Контроль за качеством питания и питьевым режимом. | Фельдшер школы | ежедневно в течение года |   |
| 1.10. | Осмотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:* проветривание;
* освещение;
* отопление
* вентиляция
* уборка
 | Зам. директора по АХЧ, фельдшер школы, учителя | ежедневно в течение года | *
 |
| 1.11. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа) | Ответственный за расписание | ежегодно | справка по оценке расписания |
| 1.12. | Постоянный контроль за школьной столовой. | Директор школы, фельдшер школы, ответственный за организацию питания | ежедневно в течение года | * Протокол административного совещания
* Протокол совещания при директоре
 |
| * **2. Просветительское направление**
 |
| 2.1. | Организация просветительской работы с родителями (лекторий). | Заместитель директора по ВР | ежегодно | график проведения лектория |
| 2.2. | Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни. | Заместитель директора по ВР | 2019-2020 уч.г. | тематика лектория |
| 2.3. | Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, 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 школы | ежегодно | план работы |
| 2.5. | Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни» | Заместители директора | 2019-2020уч.г. | протокол педсовета |
| 2.6. | Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др.виды работ). | 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.**  |
| 3.1.3. | Организация работы кабинета психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса. | администрация школы | ежегодно | план работы |
| 3.2. | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся по экспериментальным программам:- определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье  детей; -  изучение психологических возможностей и готовности детей   к школе; -  выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения. | Врач, медсестры школы, классные руководители, психолог | ежегодно | диагностические исследования |
| 3.3. | Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.  | Классные руководители | ежегодно |  |
| 3.4. | Конференция по  теме «Здоровьесберегающие технологии обучения» | заместитель директора по ВР | 2019-2020уч.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. | Организацию спортивных мероприятий. Проведение Дней здоровья.  | учителя физической культуры, 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 партнёров школы  к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы. | заместитель директора по ВР | ежегодно | план работы |
| **5. Диагностическое направление**  |
| 5.1. | Мониторинг состояния здоровья детей. | Врач, медсестры школы | ежегодно | результаты мониторинга |
| 5.2. | Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития». | Врач, медсестры школы, психологи | 2019-2020 уч.г. | материалы семинара |

**Календарный план реализации Программы**

**«Будем здоровы!»**

**на 2019-2023 учебный год**

 **Сентябрь**

* Общие мероприятия
* Организация дежурства по школе и по классам.
* Проведение внутришкольных и участие в городских спортивно-массовых соревнованиях.
* Налаживание работы кружков и секций, организация клубной деятельности.
* Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровье сбережению детей.
* Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровье сбережению.
* Организация питания учащихся.
* Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
* «Уроки чистоты».
* Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
* Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).

**Октябрь**

* Организация работы учащихся по трудоустройству и поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.
* Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
* Подготовка классов к зиме.
* Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
* Физкультминутки (ежедневно).
* Подвижные игры на переменах (ежедневно).

**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.
* Экскурсии.
* Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
* Отчёты о проделанной работе по здоровьесбережению.

**Декабрь**

* Проведение   открытых   воспитательных   часов,   мероприятий,   посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
* Первенство школы по баскетболу.
* Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.
* Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
* Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

**Январь**

* Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».
* «Весёлые старты».
* Физкультминутки и динамические паузы.

**Февраль**

* День защитника Отечества.
* Физкультминутки и динамические паузы.

**Март**

* Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
* Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
* Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

**Апрель**

* Всемирный день здоровья.
* Операция «Милосердие», операция «Память».
* Благоустройство школьной территории.
* Динамические паузы, физкультминутки.

**Май**

* Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний
* период.
* Мероприятия, посвященные Дню Победы.
* Проведение экскурсий на природу.
* Презентация уроков чистоты.

**Июнь**

* Международный день защиты детей.
* Всемирный день защиты окружающей среды.
* Работа по плану- работа на пришкольных участках.

**Перечень основных мероприятий по реализации**

**программы по здоровьесбережению на 2019-2023 годы (начальная школа)**

**1 класс.**

**«Будем здоровы!»**

(план работы)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **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 |

**2 класс.**

**«Будем здоровы!»**

(план работы)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Мероприятие, форма** | **Цель** | **Срок** | **Ответственный** |
| **Классные часы по программе здоровьесбережения** |
| 1. | Осенний калейдоскоп (беседа о здоровой и полезной пище) | Пробудить заботу о здоровье, осознать важность правильного питания | Сентябрь | Классный руководитель |
| 2. | Как сохранить зрение (беседа)Работа по созданию проекта | Познакомить с причинами глазных болезней и их профилактикой, разучить упражнения для профилактики глазных заболеванийИсследовательская работа в области здоровьесбережения | 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. | Представление проектаКулинарные традиции моей семьи (разработка проектов) | Исследовательская работа в области здоровьесбереженияФормировать навыки сбора данных и оформления проектов | АпрельАпрель-май | Классный руководитель |

**3 класс.**

**«Будем здоровы!»**

(план работы)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **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)Работа по созданию проекта | Добиться уяснения учащимися правил поведения в столовой, проработать правила хорошего тона за столомИсследовательская работа в области здоровьесбережения | 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)Представление проекта | Закрепить полученные знания о правильном питанииИсследовательская работа в области здоровьесбережения | Апрель | Классный руководитель |
| 9. | Секреты поваренка (круглый стол) | Формировать представление о последствиях неправильного питания для организма | Май | Классный руководитель |

**4 класс.**

**«Будем здоровы!»**

(план работы)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **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)Работа по созданию проекта | Формировать у учащихся представления о том, что здоровье – главная ценность в жизниИсследовательская работа в области здоровьесбережения | 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. | Представление проектаКафе «Здоровейка» (разработка проектов) | Исследовательская работа в области здоровьесбережения 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** | Встреча взрослого и ребенка | Круглый стол, посвященный трудностям адаптационного периода |
| **2 класс** | Трудности обучения | 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 |

**Перечень основных мероприятий по реализации**

**программы по здоровьесбережению на 2019-2023 годы (среднее звено).**

**5 класс**

**«Будем здоровы!»**

(план работы)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Сотрудничество | Учебные четверти |
| 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть |
| 1 | Классный руководитель | Сочинение-рассуждение «Что такое здоровье?» | Кл. час «Как живешь, пятиклассник?»Поход в бассейнКонкурс рисунков о здоровье | Диаграмма «Мои жизненные ценности» (1 этап) | ПДД. Дорожные «ловушки»Поход в бассейн |
| 2 | Классный руководитель, по возможности психолог | Сопровождение адаптационного процесса | Психологический тренинг «Ребята, давайте жить дружно!» | Психологическое занятие «Дружеский десерт» |
| Проведение дней психологической адаптации | Адаптационная игра «Правила трех С – сотрудничество, сочувствие, самоконтроль» |
| Игра «Наши учителя» |
| 3 | Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии) | Работа по созданию и представлению проекта в области здоровьесбереженияПриродоведение.«Закаливание организма»«Питание и здоровье человека».«Роль режима труда и отдыха в сохранении здоровья человека» 5 класс.Литература.Урок «Устное народное творчество. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающие употребление спиртного), 5 класс. |
| 4 | Классный руководитель и медицинские работники | Проведение профилактических прививок. |
| Мониторинг санитарно-гигиенических условийСбор данных о состоянии здоровья обучающихся. | Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся. | Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Составление кроссвордов о здоровье «Веселая минутка», 5 – 6 кл. | Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл. |
| 5 | Классный руководитель и родители | Психологическая беседа «Особенности адаптационного периода» | Психологическая беседа «Трудности приспособления к темпу школьной жизни и их причины» | Собрание «Как сохранить здоровье ребенка?» | Родительское собрание «Семейное воспитание и здоровье наших детей» |
| 6 | Классный руководитель (педагоги дополнительного образования) | Конкурсная программа «Посвящение в пятиклассники» | Беседа «Остановись у преступной черты» | Беседа «Чума XX века – СПИД» | Сказка «Репка» о вредных привычках |
| 7 | Классный руководитель и учитель физической культуры | День здоровья. | День здоровья. | День здоровья. | День здоровья. |

**6 класс**

**«Будем здоровы!»**

(план работы)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Сотрудничество | Учебные четверти |
| 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть |
| 1 | Классный руководитель | Кл. час. «Здоровое питание» | Кл. час «Хорошие и плохие привычки»Поход в бассейн | Беседа «Чистота – залог здоровья» | Викторина «Я выбираю жизнь» |
| 2 | Классный руководитель, по возможности психолог | Анкетирование «Это сладкое слово «успех» | Анкетирование «Хорошие и плохие привычки» | Тренинг «Привычки и воля» | Игра по развитию толерантности |
| 3 | Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии) | Работа по созданию и представлению проекта в области здоровьесбереженияБиология. Урок «Особенности высшей нервной деятельности» (физиология труда, нагрузки, профилактика переутомления), 6 класс.Литература. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающие употребление спиртного)Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1- 11кл. |
| 4 | Классный руководитель и медицинские работники | Проведение профилактических прививок. |
| Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. | Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся. | Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Составление кроссвордов здоровье «Веселая минутка», 5 – 6 кл. | Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл. |
| 5 | Классный руководитель и родители | Круглый стол «Первые проблемы подросткового возраста» (психолог) | Собрание «Компьютер в жизни школьника» | Родительское собрание «Физическое развитие школьников» | Лекторий «Здоровая семья – здоровый образ жизни» |
| 6 | Классный руководитель и педагоги дополнительного образования | Беседа инспектора КДН «»Разрешение конфликтов без насилия» | И снова о вреде курения | Беседа инспектора КДН «Уголовная ответственность несовершеннолетних» | Дискуссия «Согласны ли вы с тем, что в жизни надо пробовать все?» |
| 7 | Классный руководитель и учитель физической культуры | День здоровья. | День здоровья. | День здоровья. | День здоровья. |

**7 класс**

**«Будем здоровы!»**

(план работы)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Сотрудничество | Учебные четверти |
| 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть |
| 1 | Классный руководитель | Диаграмма «Мои жизненные ценности» (2 этап) | ПоходКл. час «Если хочешь быть здоров | Практикум «Как бороться с конфликтами» | ПоходБеседа «Что для меня ценно?» |
| 2 | Классный руководитель и педагог-психолог | Беседа с элементами анкетирования «Как я отношусь к себе, и как ко мне относятся другие» | Психологическая игра «на пути к образованному человеку» | Классный час «Конфликты и пути их разрешения» | Тренинг «Как подготовиться к экзаменам и сохранить здоровье?» |
| 3 | Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии) | Работа по созданию и представлению проекта в области здоровьесбереженияФизика. 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 и медицинские работники | Проведение профилактических прививок. |
| Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. | Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся. | Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. | Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл. |
| 5 | Классный руководитель и родители | Дискуссия «Пока не поздно! Права и обязанности родителей, права и обязанности ребенка» | Собрание «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей» | Лекторий «Подготовка к взрослости»Беседа «Навыки сохранения зрения» | Собрание «Положительные эмоции в жизни человека» (психолог) |
| 6 | Классный руководитель и социальный педагог, инспектор ОДН | Беседа «Алкоголь и его влияние на организм подростка» | Беседа инспектора КДН «Шалость. Злонамеренный проступок. Вандализм» | Беседа «Токсикомания». | История о вредных привычках |
| 7 | Классный руководитель и учитель физической культуры | День здоровьяШкольные олимпийские игры | День здоровья | День здоровья | День здоровьяДень спортивной семьи. |

**8 класс**

**«Будем здоровы!»**

(план работы)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Сотрудничество | Учебные четверти |
| 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть |
| 1 | Классный руководитель | Походы |
| Театрализованная игра «Суд над сигаретой» | Беседа «Мои проблемы» | Кл. час «Я хочу пожелать вам «Здравствуйте!» | Вопросы для викторины по СПИДу |
| 2 | Классный руководитель, по возможности психолог | Урок толерантности «Толерантность к проявлению чувств к другим людям» | Тренинг «В гармонии с собой и окружающими» | Классный час «Эмоции и чувства. Их влияние на здоровье человека» | Анкета «Насколько ты эмоционален» |
| 3 | Классный руководитель и учителя-предметники | Работа по созданию и представлению проекта в области здоровьесбереженияФизика. 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», 8 класс.Литература. Урок. Н.В.Гоголь «Ревизор» (опьянение Хлестакова), 8 класс. |
| 4 | Классный руководитель и медицинские работники | Проведение профилактических прививок. |
| Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.Беседа мед. работника «Последствия ранних половых связей и беспорядочной половой жизни для здоровья женщины» | Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся.Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ». | Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья». | Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл. |
| 5 | Классный руководитель и родители | Собрание «Не дай нам Бог судьбу ребенка увидеть на конце иглы» | Беседа «В здоровом теле – здоровый дух!» | Психологическая беседа с результатами исследования «Агрессия: ее причины и последствия» | Родительское собрание «Ребенок становится трудным» (социальный педагог) |
| 6 | Классный руководитель и педагоги дополнительного образования | Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!» | Беседа инспектора КДН «Юридическая ответственность за злоупотребление ПАВ» | «Наркотики – мой яд!» | Анкета: употребление алкоголя, сигарет, наркотиков. |
| 7 | Классный руководитель и учитель физической культуры | День здоровья. | День здоровья. | День здоровья. | День здоровья. |

**9 класс**

**«Будем здоровы!»**

(план работы)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Сотрудничество | Учебные четверти |
| 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть |
| 1 | Классный руководитель | Походы |
| Беседа «Законы жизни». | Анкета информированности по вопросам ВИЧ – СПИДа | Беседа для девочек «Влияние стиля жизни на репродуктивное здоровье женщины» | Игра «Степень риска» |
| 2 | Классный руководитель, по возможности психолог | Классный час с элементами тестирования «Лидер на все времена» | Классный час с элементами тестирования «Стрессоустойчивость» | Тренинг «Уверенность» (подготовка к экзаменам, повышение самооценки) |
| 3 | Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии) | Работа по созданию и представлению проекта в области здоровьесбереженияФизика. 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).ОБЖ. «Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей. Основы здорового образа жизни. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Понятие о привычках здорового образа жизни», 9 класс.Обществознание. Урок «Семья и наркотики», 9 класс.Химия. Урок «Оксид углерода (II) и оксид углерода (IV)» (образование угарного газа при курении и действии его на организм), 9 класс |
| 4 | Классный руководитель и медицинские работники | Проведение профилактических прививок. |
| Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.Беседа врача- гинеколога «Заболевания, передающиеся половым путем» | Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся.Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ». | Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов.Беседа «История контрацепции, виды контрацепции». Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья», 7 - 11 классы. | Регулярное проведение профилактических медицинских осмот­ров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл. |
| 5 | Классный руководитель и родители | Вечер «Твое свободное время и твое здоровье» | Конференция «Роль и ответственность семьи в профилактике табакокурения и алкоголизма» | Собрание «Жизненный ценности подростков» (психолог) | Беседа «Как подготовить себя и ребенка к будущим экзаменам?» |
| 6 | Классный руководитель и старшая вожатая, инспектор ОДН | Ток – шоу «Большая перемена» (о проблеме табакокурения) | Беседа «Причины пристрастий» | Беседа инспектора ОДН «Как не стать жертвой преступления» | Беседа «Свобода выбора – это уход от зависимости» |
| 7 | Классный руководитель и учитель физической культуры | День здоровья. | День здоровья. | День здоровья. | День здоровья. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Класс** | **Название** | **Форма, содержание** |
| **5 класс** | «Семейное воспитание и здоровье наших детей» | Круглый стол, посвященный трудностям и проблемам воспитания, а также здоровью ребенка |
| **6 класс** | «Здоровая семья – здоровый образ жизни» | Лекторий с родителями, с привлечением мед. работников |
| **7 класс** | Навыки сохранения здоровья | Беседа врача |
| **8 класс** | Не запрет, а предупреждение вредных привычек | Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании |
| **9 класс** | Причина пристрастий | Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании |

**Перечень основных мероприятий по реализации**

**программы по здоровьесбережению на 2019-2023 годы (старшее звено)**

**10 класс**

**«Будем здоровы!»**

(план работы)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № **п\п** | **Тема мероприятия** | **Форма** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1. | «Красота и здоровье» | Беседа | сентябрь | Классный руководитель |
| 2. | «В гостях у богини Имидж»Работа по созданию проекта | Встречи с людьми, чьи профессии формируют образ красивого человекаИсследовательская работа в области здоровьесбережения | октябрь | Классный руководитель.Учителя физкультуры. |
| 3. | «Красота внешняя» | Беседа о ЗОЖ | ноябрь | Классный руководитель.Медработник |
| 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.Учителя физкультуры |
| 7. | «Привычка свыше нам дана» | Беседа | март | Классный руководитель |
| 8. | «Мой образ жизни»Представление проекта | ДебатыИсследовательская работа в области здоровьесбережения | апрель | Классные руководители |
| 9. | «Здоровье и выбор образа жизни» | Информ-дайджестКонкурс плакатов | май |  |

**11 класс**

**«Будем здоровы!»**

(план работы)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № **п\п** | **Тема мероприятия** | **Форма** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1. | «Что значит быть красивым» | Беседа | сентябрь | Классный руководитель |
| 2. | «В гостях у богини Имиспо»Работа по созданию проекта | Встречи с людьми, чьи профессии формируют образ красивого человекаИсследовательская работа в области здоровьесбережения | октябрь | Классный руководитель.Учителя физкультуры. |
| 3. | «Красота внешняя и внутренняя» | Беседа о ЗОЖ | ноябрь | Классный руководитель.Медработник |
| 4. | «Косметика в нашей жизни» | Конкурс красоты | декабрь | Классный руководитель |
| 5. | «Мой стиль, или встречают по одёжке…» | Беседа, диспут | январь | Классный руководитель. |
| 6. | «Если хочешь быть здоров – закаляйся!» | Спортивный праздник | февраль | Классный руководитель.Учителя физкультуры |
| 7. | «Привычка свыше нам дана, или от чего зависит здоровье человека» | Беседа | март | Классный руководитель |
| 8. | «Факты в защиту жизни»Представление проекта | ДебатыИсследовательская работа в области здоровьесбережения | апрель | Классные руководители |
| 9. | «Похититель рассудка» | Информ - дайджестКонкурс плакатов | май | Классный руководитель |
| 10. | «Я выбираю жизнь без вредных привычек» | Подготовка и защита проекта | май | Классный руководитель, участники проекта |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Класс** | **Название** | **Форма, содержание** |
| **10 класс** | «Здоровье и выбор образа жизни» | Лекторий, посвященный трудностям и проблемам воспитания, а также здоровью ребенка |
| **11 класс** | «Привычка свыше нам дана, или от чего зависит здоровье человека» | Лекторий с родителями, с привлечением мед. работников |

**Примерные темы**

**для разработки учебных проектов**

**по здоровому образу жизни.**

* 1. «Сказка ложь, да в ней намек…» (например, сочинение сказки или формирование минисборника сказок о здоровье, о пользе здорового образа жизни, создание презентаций своей работы).
	2. «Народная мудрость гласит…» (поиск пословиц и поговорок о здоровье, спорте, правильном питании).
	3. «Не в бровь, а в глаз…» (сочинение или сбор четверостиший, стихов, слоганов о здоровье и ЗОЖ, правильном питании, спорте).
	4. «Олимпийские игры в древности. Олимпиада 2012 года в Сочи».
	5. «Спартанское воспитание».
	6. «Всемирная организация здравоохранения».
	7. «Здоровая экология – здоровое человечество».
	8. «Задачи о спорте, правильном питании, режиме дня» (математика)
	9. «Решение прикладной задачи» (рассчитать длину беговой дорожки, размеры ямы для прыжков, размеры спортивной площадки и т.д.)
	10. «Стадион» (разработать проект, начертить схему или изготовить макет).
	11. «Мы – то, что мы едим».
	12. «Физика в медицине».
	13. «Чтобы быть здоровым».
	14. «Здоровье – ценность международная».
	15. «Спорт и здоровье».
	16. «Полезное питание».
	17. «Рецепты вкусной и здоровой пищи» (сборник рецептов народных блюд, книжки – малышки).
	18. «Витамины круглый год»
	19. «О спорт, ты – мир!» (разработка моделей спортивной одежды, исследование в области любимого вида спорта, макеты и зарисовки стадионов, спортивных площадок, рекламные проспекты и видеоролики).
	20. «Комнатные цветы. Их влияние на наше здоровье».

**Список литературы**

* Г. П. Попова «Классные часы 1-2 классы». Издательство «Учитель». 2010г.
* Г. Т. Дьячкова, Е. в. Волкова «Родительские собрания в начальной школе». Разработки. Лекции. Беседы.
* Издательство «Учитель». 2008 г.
* Т. А. Волжанина и др. «Родительские собрания в начальной школе». Издательство «Учитель». 2008 г.
* О. в. Павлова «Родительские собрания 4 классс». На пути понимания ребенка. Издательство «Учитель». 2018 г.
* «Классные часы 4 класс» Москва «Вако» 2018 г.