МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 9» С. КАМЕНКА

ЧУГУЕВСКОГО РАЙОНА ПРИМОРСКОГО КРАЯ

УТВЕРЖДАЮ:

Директор муниципального казённого

общеобразовательного учреждения «Средняя

общеобразовательная школа № 9»

с. Каменка Чугуевского района

Приморского края

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. А. Лосюк

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2015 г.

**ПРОГРАММА**

**ВОСПИТАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И ПРОФИЛАКТИКИ ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫМИ ВЕЩЕСТВАМИ**

**«МАЛЕНЬКИЙ ДОМ БОЛЬШОГО ЗДОРОВЬЯ»**

**на 2015 – 2020 годы**

с. Каменка

2015 г.

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| Паспорт………. ……………………………………………………. | 3 |
| Пояснительная записка……………………………………………. | 4 |
| Цели и задачи……………………………………………………….. | 6 |
| Система реализации программы…………………………………. | 7 |
| Основное содержание ……………………………………….……. | 10 |
| План работы | 16 |
| Планируемый результат реализации программы……………… | 29 |
| Оценка эффективности реализации программы.……………….. | 29 |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование образовательной организации | Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 9» с. Каменка Чугуевского района Приморского края |
| Юридический адрес: | 692608, Приморский край, Чугуевский район, с. Каменка, ул. Магистральная, д. 29 |
| e-mail | [school\_9\_07@mail.ru](mailto:school_9_07@mail.ru) |
| Адрес в сети «Интернет» | school9kamenka.ucoz.ru |
| Руководитель образовательной организации | Лосюк Екатерина Александровна |
| Лицензия | № 162 выдана департаментом образования и науки Приморского края 28 ноября 2013 года бессрочно |
| Свидетельство о государственной аккредитации | № 368 выдано департаментом образования и науки Приморского края на срок с 27 декабря 2010 года по 27 декабря 2015 года |
| Наименование программы | Программа воспитания здорового образа жизни и профилактики злоупотребления психоактивными веществами муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 9» с. Каменка Чугуевского района Приморского края «МАЛЕНЬКИЙ ДОМ БОЛЬШОГО ЗДОРОВЬЯ» на 2015 – 2020 годы |
| Срок реализации | 5 лет |
| Целевая группа | Обучающиеся 1-11 классов, родители (законные представители), педагогические работники |
| Разработчик | Лосюк Екатерина Александровна, директор |

***От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их***

***духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие,***

***прочность знаний, вера в свои силы…***

***В. А. Сухомлинский***

**I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа воспитания здорового образа жизни и профилактики злоупотребления психоактивными веществами детьми и подростками муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 9» с. Каменка Чугуевского района Приморского края «МАЛЕНЬКИЙ ДОМ БОЛЬШОГО ЗДОРОВЬЯ» на 2015 – 2020 годы (далее – Программа) призвана конкретизировать имеющиеся в образовательной организации программы духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся: при получении начального общего образования «Гармония»; при получении основного и среднего общего образования «Я в мире, мир во мне».

Здоровье детей и подростков является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны, а также одной из характеристик национальной безопасности. Вот почему так важно учить ребенка сохранять свое здоровье и заботиться о здоровье окружающих, учить безопасным для здоровья формам поведения и гармоничному сосуществованию с самим собою и миром, прививать культуру здорового образа жизни.

К сожалению, в иерархии потребностей, удовлетворение которых лежит в основе человеческого поведения, здоровье находится далеко не на переднем плане, а по сути своей именно оно должно стоять на первом месте, т.е. должно стать первейшей потребностью. И очень важно, начиная с самого раннего возраста воспитывать у детей активное отношение к собственному здоровью, понимание того, что здоровье – самая величайшая ценность, дарованная человеку Природой.  
Исходя из этого, современная школа должна не только давать учащимся определенный объем знаний, умений и навыков, но и формировать человека с высоким уровнем самосознания, мышления, т.е. обеспечить каждому школьнику возможности для выявления и развития способностей, талантов и изобретательности при должной охране и укреплении здоровья.

Воспитание потребности ЗОЖ может быть реализована учителем, как через программный учебный материал, так и через внеклассные и внешкольные формы (организация разнообразной жизнедеятельности, досуговых мероприятий, бесед, классных часов, родительских университетов здоровья и др.) и через личный пример.

Следовательно, сохранение и поддержание здоровья должно стать неотделимой частью всего учебно-воспитательного и педагогического процесса в образовательной организации. И наибольшая эффективность будет достигнута там, где она проводится по системе, элементы которой взаимосвязаны и дополняют друг друга.

**II. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

**Цель программы:**

Развитие концептуально-обоснованного системного подхода к работе по воспитанию здорового образа жизни и профилактике злоупотребления ПАВ для формирования психически здорового, социально-адаптивного, физически развитого выпускника.

**Задачи:**

1. Формирование потребности здорового образа жизни у обучающихся.
2. Формирование здоровых взаимоотношений с окружающим миром, обществом и самим собой.
3. Создание условий для открытого доверительного общения, восприятия информации, творческой атмосферы работы.
4. Развитие личностных ресурсов, способствующих формированию здорового жизненного стиля:

- формирование позитивного отношения к себе, критической самооценки и позитивного отношения к возможностям своего развития;

- формирование умения адекватно оценивать проблемные ситуации и разрешать жизненные проблемы, управлять собой;

- формирование умения контролировать свое поведение и изменять свою жизнь.

1. Развитие стратегий и навыков поведения, ведущего к здоровью и препятствующего злоупотреблению ПАВ:

- навыков принятия решений и преодоления жизненных проблем;

- навыков оценки ситуации и принятия ответственности за собственное поведение в ней;

- навыков отстаивания своих границ и защиты своего персонального пространства;

- навыков избежания ситуаций, связанных с употреблением ПАВ.

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

**III. СИСТЕМА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**Целевые группы программы:**

младший школьник (1–4 классы),

подросток (5–9 классы),

старшеклассник (10–11) класс.

**Срок реализации:** 4 года

**Участники:**

Реализация воспитания здорового образа жизни и профилактики ПАВ в МКОУ СОШ № 9 с. Каменка осуществляется педагогами школы, которые активно включают в свои рабочие программы и программы воспитательной работы здоровьесберегающую составляющую.

Существенную поддержку оказывают родители (законные представители), сельский дом культуры, ФАП с. Каменка, Центральная районная больница с. Чугуевка.

**Этапы реализации программы**

Реализация Программы рассчитана на 5 лет.

**I этап: проектный – июнь – декабрь 2015 года**

***Цель:*** подготовка условий создания системы воспитания здорового образа жизни и профилактики ПАВ в школе.

***Задачи:***

1. Изучить нормативную базу.

2. Разработать, обсудить и утвердить программу воспитания здорового образа жизни и профилактики ПАВ.

3. Проанализировать материально-технические, педагогические условия реализации программы.

4. Подобрать диагностические методики по основным направлениям программы.

**II этап: практический – 2016, 2017, 2018, 2019, 2020 годы.**

***Цель:*** реализация программы воспитания здорового образа жизни и профилактики ПАВ.

***Задачи:***

1. Отработать содержание деятельности, наиболее эффективные формы и методы воспитательного воздействия.

2. Обогащать содержание воспитания здорового образа жизни и профилактики ПАВ.

3. Расширять и укреплять связи и отношения школы с учреждениями дополнительного образования и культуры, спортивными и медицинскими учреждениями района и села.

4. Вовлекать в систему воспитания здорового образа жизни и профилактики ПАВ представителей всех субъектов образовательной деятельности.

5. Проводить мониторинг реализации программы.

6. Принимать участие в мероприятиях по воспитанию здорового образа жизни и профилактики ПАВ в школе, селе, районе.

**III этап: аналитический – сентябрь-декабрь 2020 года**

***Цель:*** анализ итогов реализации программы.

***Задачи:***

1. Обобщить результаты работы школы.

2. Провести коррекцию затруднений в реализации программы.

3. Спланировать работу на следующий период.

**ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

**1. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса**

- обновление и пополнение нормативно-правовой базы школы;

- обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических норм при организации образовательного процесса, норм по охране труда и технике безопасности;

- обеспечение здоровьесберегающего режима работы школы;

- организация рациональной системы питания учащихся;

- обеспечение оптимального режима двигательной активности учащихся;

- разработка комплекса мероприятий по выявлению уровня физического здоровья обучающихся.

**2. Инструктивно-методическая работа с обучающимися, их родителями и учителями.**

- организация семинаров для педагогов школы;

- организация родительского всеобуча;

- конференции, лектории, викторины для учащихся на валеологические темы;

- проведение инструктажей по технике безопасности, охране труда, противопожарной безопасности и учебных тренировок.

**3. Учебно-воспитательная работа.**

- использование на уроках и во внеурочной деятельности здоровьесберегающих технологий;

- разработка валеологической тематики классных часов;

- организация работы спортивных кружков и секций школы;

**4. Профилактика и коррекция здоровья.**

- физкультминутки, зарядка для глаз;

- проведение дней здоровья;

- проведение спортивно-массовых мероприятий.

**IV. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ**

Основное содержание здоровьесберегающего образования строится с учетом возрастных особенностей учащихся и опирается на **принципы**:

1. Доступности.

Принцип доступности предполагает соотнесение содержания, характера и объема учебного материала с уровнем развития, подготовленности детей.

2. Непрерывности.

На нынешнем этапе образование призвано сформировать у подрастающего поколения устойчивый интерес к постоянному пополнению своего интеллектуального багажа и совершенствованию нравственных чувств.

3. Научности.

Одним из важных принципов программы является ее научность.

4. Системности.

Принцип системного подхода, который предполагает анализ взаимодействия различных направлений воспитания.

5. Преемственности.

Воспитание здорового образа жизни дошкольников продолжается в начальной школе, затем основной и средней.

6. Культуросообразности.

Этот принцип выстраивает содержание программы как последовательное усвоение и выработке на этой основе ценностных ориентаций.

**Начальная школа (I-IV классы)**

первоначальные представления о здоровье человека как абсолютной ценности, его значения для полноценной человеческой жизни, о физическом, духовном и нравственном здоровье;

формирование начальных представлений о культуре здорового образа жизни;

базовые навыки сохранения собственного здоровья, использования здоровьесберегающих технологий в процессе обучения и во внеурочное время;

первоначальные представления о ценности занятий физической культурой и спортом, понимание влияния этой деятельности на развитие личности человека, на процесс обучения и взрослой жизни;

элементарные знания по истории российского и мирового спорта, уважение к спортсменам;

отрицательное отношение к употреблению психоактивных веществ, к курению и алкоголю, избытку компьютерных игр и интернета;

понимание опасности, негативных последствий употребления психоактивных веществ, алкоголя, табака, наркотических веществ, бесконтрольного употребление лекарственных препаратов, возникновения суицидальных мыслей.

**Ценности:**

здоровье физическое, духовное и нравственное, здоровый образ жизни, здоровьесберегающие технологии, физическая культура и спорт

**Виды деятельности и форма занятий:**

получают первоначальные представления о здоровье человека как абсолютной ценности, его значении для полноценной человеческой жизни, о физическом, духовном и нравственном здоровье, о природных возможностях организма человека, о неразрывной связи здоровья человека с его образом жизни в процессе учебной и внеурочной деятельности;

участвуют в пропаганде здорового образа жизни (в процессе бесед, тематических игр, театрализованных представлений, проектной деятельности);

учатся организовывать правильный режим занятий физической культурой, спортом, туризмом, рацион здорового питания, режим дня, учебы и отдыха;

получают элементарные представления о первой доврачебной помощи пострадавшим;

получают представление о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека (в рамках бесед с педагогами, школьными психологами, медицинскими работниками, родителями), в том числе к аддиктивным проявлениям различного рода - наркозависимость, игромания, табакокурение, интернет-зависимость, алкоголизм и др., как факторам ограничивающим свободу личности;

получают элементарные знания и умения противостоять негативному влиянию открытой и скрытой рекламы ПАВ, алкоголя, табакокурения (научиться говорить «нет») (в ходе дискуссий, тренингов, ролевых игр, обсуждения видеосюжетов и др.);

участвуют в проектах и мероприятиях, направленных на воспитание ответственного отношения к своему здоровью, профилактику возникновения вредных привычек, различных форм асоциального поведения, оказывающих отрицательное воздействие на здоровье человека (лекции, встречи с медицинскими работниками, сотрудниками правоохранительных органов, детскими психологами, проведение дней здоровья, олимпиад, конкурсов и пр.);

разрабатывают и реализуют учебно-исследовательские и просветительские проекты по направлениям: здоровье, здоровый образ жизни, физическая культура и спорт, выдающиеся спортсмены;

регулярно занимаются физической культурой и спортом (в спортивных секциях и кружках, на спортивных площадках, в детских оздоровительных лагерях и лагерях отдыха), активно участвуют в школьных спортивных мероприятиях, соревнованиях.

**Основная и средняя школа (V - XI классы)**

Формирование осознанного отношения к собственному здоровью, устойчивых представлений о здоровье и здоровом образе жизни; факторах, оказывающих позитивное и негативное влияние на здоровье; формирование личных убеждений, качеств и привычек, способствующих снижению риска здоровью в повседневной жизни, включает несколько комплексов мероприятий.

**Первый комплекс мероприятий** формирует у обучающихся: способность составлять рациональный режим дня и отдыха; следовать рациональному режиму дня и отдыха на основе знаний о динамике работоспособности, утомляемости, напряженности разных видов деятельности; выбирать оптимальный режим дня с учетом учебных и внеучебных нагрузок; умение планировать и рационально распределять учебные нагрузки и отдых в период подготовки к экзаменам; знание и умение эффективно использовать индивидуальные особенности работоспособности; знание основ профилактики переутомления и перенапряжения.

**Второй комплекс** мероприятий формирует у обучающихся: представление о необходимой и достаточной двигательной активности, элементах и правилах закаливания, выбор соответствующих возрасту физических нагрузок и их видов; представление о рисках для здоровья неадекватных нагрузок и использования биостимуляторов; потребность в двигательной активности и ежедневных занятиях физической культурой; умение осознанно выбирать индивидуальные программы двигательной активности, включающие малые виды физкультуры (зарядка) и регулярные занятия спортом. Для реализации этого комплекса существует интеграция с курсом физической культуры.

**Третий комплекс** мероприятий формирует у обучающихся: навыки оценки собственного функционального состояния (напряжения, утомления, переутомления) по субъективным показателям (пульс, дыхание, состояние кожных покровов) с учетом собственных индивидуальных особенностей; навыки работы в условиях стрессовых ситуаций; владение элементами саморегуляции для снятия эмоционального и физического напряжения; навыки самоконтроля за собственным состоянием, чувствами в стрессовых ситуациях; представления о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, факторах, их вызывающих, и условиях снижения риска негативных влияний; навыки эмоциональной разгрузки и их использование в повседневной жизни; навыки управления своим эмоциональным состоянием и поведением.

В результате реализации данного комплекса обучающиеся получают представления о возможностях управления своим физическим и психологическим состоянием без использования медикаментозных и тонизирующих средств.

**Четвертый комплекс** мероприятий формирует у обучающихся: представление о рациональном питании как важной составляющей части здорового образа жизни; знания о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья; готовность соблюдать правила рационального питания; знание правил этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности; представление о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа; интерес к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа; чувство уважения к культуре своего народа, культуре и традициям других народов.

В результате реализации данного модуля обучающиеся должны быть способны самостоятельно оценивать и контролировать свой рацион питания с точки зрения его адекватности и соответствия образу жизни (учебной и внеучебной нагрузке).

**Пятый комплекс** мероприятий обеспечивает профилактику разного рода зависимостей: развитие представлений подростков о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему; расширение знаний обучающихся о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила; формирование адекватной самооценки, развитие навыков регуляции своего поведения, эмоционального состояния; формирование умений оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих; формирование представлений о наркотизации как поведении, опасном для здоровья, о неизбежных негативных последствиях наркотизации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности самореализации, достижения социального успеха; вовлечение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности; ознакомление подростков с разнообразными формами проведения досуга; формирование умений рационально проводить свободное время (время отдыха) на основе анализа своего режима; развитие способности контролировать время, проведенное за компьютером.

В образовательной организации при организации работы повоспитанию здорового и безопасного образа жизни используется **модель профилактической работы,** которая предусматривает определение «зон риска» (выявление обучающихся, вызывающих наибольшее опасение; выявление источников опасений – групп и лиц, объектов и т. д.), разработку и реализацию комплекса адресных мер, используются возможности профильных организаций – медицинских, правоохранительных, социальных и т. д. Профилактика чаще всего связана с употреблением психоактивных веществ обучающимися, а также с проблемами детского дорожно-транспортного травматизма. В ученическом классе профилактическую работу организует классный руководитель.

**Основные векторы реализации программы**

1. Введение в учебный план элективных курсов:

- «Полезная химия» (11 класс)

- «Мед глазами химика» (10 класс)

- «Основы рационального питания» (10 класс)

- «Природные факторы здоровья населения Приморского края» (9 класс)

2. Разработка учебных программ с включением тем здоровьесберегающей направленности.

3. Внедрение системы приемов, методов и мероприятий, направленных на воспитание ЗОЖ и профилактику злоупотребления ПАВ учащихся через предметные недели, месячники, декады.

4. Исследовательская и проектная деятельность учащихся, направляемая педагогами школы.

5. Организация и проведение разнообразных мероприятий:

- встречи и беседы с медицинскими работниками

- социально-психологическое тестирование

- профилактические медицинские осмотры

- спортивные соревнования

- конкурсы рисунков, плакатов

- тематические классные часы (1 раз в месяц)

- День здоровья

- выставки книг.

7. Освещение в средствах массовой информации, на сайте школы результативности работы.

8. Организация кружков и секций здоровьесберегающей направленности:

- спортивная секция «Волейбол» (5-11 классы)

- кружок «Веселый мяч» (1-4 классы)

- кружок «Тропинка к здоровью» (1-4 классы)

**IV. ПЛАН РАБОТЫ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Содержание работы** | **Сроки** | **Ответственные** | **Система целесообразных форм и мер организации работы** |
|  | **1.Организация здоровьесберегающего образовательного процесса** | | | |
| 1. | Составление списков:  - учащихся «группы риска»;  - социально-опасных семей;  - многодетных семей;  - малообеспеченных семей;  - неполных семей;  - детей с заболеваниями | Сентябрь | Социальный педагог, классные руководители |  |
| 2. | Профосмотры детей в условиях школы | В течение года | Заведующая ФАП |  |
| 3. | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни | В течение года | Социальный педагог, классные руководители |  |
| 4. | Контроль состояния здоровья школьников по итогам диспансеризации | Апрель | Классные руководители, координатор работы |  |
| 5. | Анализ случаев травматизма в школе | В течение года | Завуч |  |
| 6. | Участие в социально-психологическом тестировании | Октябрь-ноябрь | Директор |  |
| 7. | Оформление медицинских карт, листков здоровья в классных журналах. Комплектация на их основе физкультурных групп. | Сентябрь | Классные руководители, учителя физкультуры |  |
| 8. | Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон); организация дежурства. | В течение года | Директор школы, завхоз |  |
| 9. | Эстетическое оформление интерьера класса, школы (разведение цветов) | Постоянно | Директор школы, заведующие кабинетами |  |
| 10. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок | Ежегодно сентябрь - январь | Зам. директора по УВР |  |
| 11. | Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям | Ежегодно | Директор школы, заведующие кабинетами |  |
| 12. | Организация активного отдыха на переменах (подвижные игры) | Постоянно | Дежурные учителя, классные руководители, вожатые |  |
| 13. | Проведение «здоровых уроков» разнообразие форм проведения уроков | Постоянно | Администрация школы, учителя - предметники | Педсовет |
| 14. | Введение учебных предметов, элективных курсов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни |  | Администрация  Школы | Педсовет |
| 15. | Проведение мероприятий по охране зрения учащихся | Повседневно | Учителя - предметники | Мероприятия по охране зрения учащихся |
| **2. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в образовательной организации** | | | | |
| 1. | Соблюдение воздушного и светового режима в школе | Постоянно | Директор |  |
| 2. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок  (соблюдение требований Сан ПиНа) | В течение года | Завуч |  |
| 3. | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:  - проветривание;  - освещение;  - отопление;  - уборка | постоянно | Зам. директора по АХЧ, завучи, мед. работник |  |
| 4. | Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности в школе | Постоянно | Директор |  |
| 5. | Содержание в исправности всех средств пожаротушения | Постоянно | Завхоз |  |
| 6. | Обеспечение хранения спортивного инвентаря | Постоянно | Учитель физкультуры |  |
| 7. | Организация ремонта учебных кабинетов | Летний период | Директор, заведующие кабинетами |  |
| 8. | Подготовка актов по приемке школы к новому учебному году | Июль-август | Директор |  |
| 9. | Приемка школы к новому учебному году | Август | Директор школы |  |
| 10. | Рейды:  - по проверке внешнего вида обучающихся;  - по сохранности библиотечных учебников;  - по выполнению школьниками режима дня | По отдельному плану | Социальный педагог, педагог, ведущий работу с библиотечным фондом, совет старшеклассников, завуч по УВР. |  |
| 11. | Регулярно проведение учебных пожарных тревог | По графику | Директор, учитель ОБЖ |  |
| 12. | Приобретение сантехнического оборудования. | В течение года | Директор |  |
| 13. | Заключение договоров на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов | В течение года | Директор |  |
| 14. | Приобретение моющих и чистящих средств | Постоянно | Завхоз |  |
| 15. | Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов | Август-сентябрь | Директор школы |  |
| 16. | Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды | Май | Учитель начальных классов |  |
| 17. | Проверка состояния охраны труда в школе и документации по технике безопасности в учебных кабинетах | По отдельному плану | Администрация школы, профком |  |
| 18. | Обеспечение требований техники безопасности во время ремонта школы и временного трудоустройства несовершеннолетних | В летний период | Начальник лагеря, директор |  |
| 19. | Разработка плана мероприятий по охране труда и технике безопасности в школе | Сентябрь | Администрация школы, профком |  |
| 20. | Контроль за качеством питания и питьевым режимом | постоянно | Бракеражная комиссия, завхоз |  |
| 21. | Диагностика загруженности учащихся домашними заданиями | В течение года | Завуч |  |
| 22. | Контроль физического воспитания учеников | По отдельному плану | Администрация школы, учителя физкультуры |  |
| 23. | Контроль преподавания ОБЖ | По отдельному плану | Администрация школы |  |
| 24. | Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий | Постоянно | Директор |  |
| 25. | Организация дежурства по школе | Постоянно | Классные руководители, администрация |  |
| 26. | Контроль за витаминизацией блюд | постоянно | Бракеражная комиссия |  |
| **3. Уровень здоровья учащихся,**  **мероприятия по сохранности и укреплению здоровья детей** | | | | |
| 1. | Состояние здоровья учащихся (анализ на основе углубленного осмотра) | В течение года | Администрация школы | Педсоветы, родительские собрания. Выступление врачей с рекомендациями по его восстановлению |
| 2. | Улучшение качества медицинского обслуживания:  Программа деятельности медицинского работника с детьми, профилактическая работа через беседы, «уголки здоровья» | Постоянно  Не реже 1 раза в месяц | Заведующая ФАП |  |
| 3. | Организация горячего питания | постоянно | Администрация школы |  |
| 4. | Оздоровительная программа с детьми в летний период | Июнь-июль | Администрация школы | Организация и работа школьного оздоровительного лагеря |
| **4. Гигиеническое, санитарно-просветительное воспитание учащихся** | | | | |
| 1. | Проведение бесед, классных часов, круглых столов, диспутов | В течение года | Классные руководители | Индивидуальные консультации специалистов для родителей и учащихся |
| 2. | Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни |  | Педагог, ведущий работу с библиотечным фондом, классные руководители |  |
| **5. Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)** | | | | |
| 1. | Результаты тестирования учащихся по выявлению склонностей учащихся к вредным привычкам. Определение дальнейшей деятельности школы | Ежегодно | Зам. директора по УВР, классные руководители | Вопросы и анкеты |
| 2. | Участие в проведении Международного дня борьбы со СПИДом,  Международного дня борьбы с курением | 1.12  19.11 | Зам. директора по УВР, классные руководители, учитель ОБЖ, социальный педагог | Конкурсное сочинение «СПИД – чума века»  Тест «Что мы знаем о курении»  Беседа со специалистом |
| 3. | Родительские лектории | По плану | Зам. директора по УВР |  |
| 4. | Проведение школьной акции «Мы – против наркотиков» | Ежегодно | Зам. директора по УВР, учитель ОБЖ, социальный педагог, учитель ИЗО | В программе:  Конкурс рисунков и плакатов.  Конкурс сочинений.  Обзорные книжные выставки и материалы СМИ. |
| 5. | Тематические классные часы | В течение года | Классные руководители |  |
| 6. | Тематические родительские собрания | В течение года | Классные руководители |  |
| 7. | Встречи с сотрудниками наркологического диспансера | По плану | Зам. дир. по УВР, социальный педагог |  |
| 8. | Проведение бесед о вреде курения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств(5-11-е классы) | По плану | Социальный педагог, классные руководители, зам. директора по УВР |  |
| 9. | Конкурсы, викторины | По плану | Классные руководители |  |
| **6. Физкультурно-массовая оздоровительная работа** | | | | |
| 1. | Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом |  | Зам. директора по УВР, учитель физкультуры | Расписание работы секций |
| 2. | Школьные программы спортивно-массовой оздоровительной работы | Учебный год | Директор школы | Дни здоровья,  работа школьных спортивных секций,  подвижные игры, конкурсы,  турслеты, походы |
| 3. | Летняя оздоровительная программа |  | Начальник оздоровительного лагеря | Школьный оздоровительный лагерь. |
| 4. | Организация летнего оздоровительного лагеря на базе школе | Июнь-июль | Завуч, директор лагеря |  |
| 5. | Озеленение учебных кабинетов и территории школы | Май-сентябрь | Директор, учитель биологии |  |
| 6. | Проведение месячника по очистке школьной территории | Май | Директор |  |
| 7. | Проведение Дня здоровья | Май | Учитель физкультуры |  |
| 8. | Проведение подвижных школьных перемен | Постоянно | Классные руководители |  |
| 9. | Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья | Октябрь | Учителя физкультуры |  |
| 10. | Работа спортивных секций | В течение года | Учителя физкультуры |  |
| 11. | Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива | Постоянно | Директор школы, профком |  |
| **7.Профилактика травматизма** | | | | |
| 1. | Занятия по правилам дорожного движения (выступления сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, викторины, конкурсы рисунков) | В течение года | Классные руководители, преподаватель ОБЖ |  |
| 2. | Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках урока ОБЖ | По программе | Преподаватель ОБЖ |  |
| 3. | Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности | сентябрь | Директор школы, завхоз |  |
| 4. | Статистика и анализ случаев травматизма в школе | В течение года | Завуч |  |

**Система классных часов для 1 – 4 классов по формированию навыков ЗОЖ и профилактике злоупотребления ПАВ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Класс** | **Месяц** | **Тематика занятий** |
| **1 класс** | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | «Доктор Чистая вода».  «Доктор Правильная осанка».  «Доктор Разум».  «Режим дня».  «Доктор Свежий воздух».  «Доктор Правильное питание».  «Доктор Активный воздух».  «Доктор Солнышко».  «Доктор Физические упражнения». |
| **2 класс** | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | «Режим дня».  «Лекарственные препараты».  «Друзья Мойдодыра».  «Табак. Пассивное курение».  «Безопасность на льду».  «Пожарная безопасность».  «Как справиться с инфекцией».  «Можно ли уберечься от травм».  «Итоговое занятие. КВН. Тестирование». |
| **3 класс** | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | «Оптимальный двигательный режим».  «Личная гигиена».  «Правильное дыхание».  «Закаливание».  «Профилактика заболеваний у младших школьников».  «Оказание первой доврачебной помощи при травмах».  «Упражнения для исправления нарушения осанки».  «Вредные привычки» (беседа-диалог).  Подвижные игры на свежем воздухе. |
| **4 класс** | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | «Режим дня школьников».  «В здоровом теле – здоровый дух».  Викторина с царицей Гигиеной, Расчёской и его величеством Одеколоном.  «Чисто не там, где убирают, а там, где не мусорят».  «Генномодифицированные продукты питания – их влияние на растущий организм».  «Будьте здоровы».  «Первая помощь при травмах (ожогах)».  «Полноценное и правильное питание. Составление меню на день».  «Закаливание это ЗДОРОВО!». |

**Система классных часов для 5 – 11 классов по формированию навыков ЗОЖ и профилактике злоупотребления ПАВ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Класс** | **Месяц** | **Тема классного часа** | **Ответственный** |
| **5 класс** | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | «Быть воспитанным – что это значит» (о культуре общения).  «Что значит быть здоровым». Первичная диагностика.  «Наследство Ж.Нико» (о вредных привычках).  «Безопасность на дороге».  «Мы живём среди людей».  «Режим дня».  «Гигиена тела».  «Формула здоровья».  «Ростки нашей дружбы». | Кл. руководитель  Кл. руководитель  Фельдшер ФАП  Инспектор ГИБДД  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Фельдшер ФАП  Кл. руководитель  Кл. руководитель |
| **6 класс** | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | «Межличностное общение».  «Что такое дружба?»  «Как избежать конфликтной ситуации».  «Моя семья».  «Я и другие. Как я отношусь к критике».  «Правильное питание».  «Гигиена тела».  «Ещё раз о вредных привычках» (мифы).  «Личная безопасность». | Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Фельдшер ФАП  Фельдшер ФАП  Кл. руководитель  Кл. руководитель |
| **7 класс** | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | «Безопасное поведение в школе».  «Я и другие. Возможные конфликты с родителями, друзьями, учителями».  «Безопасное поведение на дорогах и в транспорте».  «Влияние наркотиков на жизненный стиль человека».  «Стресс, его психологические и физиологические проявления. Способы совладения со стрессом».  «Потребности организма подростка в основных веществах и энергии».  «Личная гигиена подростка».  «Гигиена учебного труда и отдыха».  «Правила безопасного обращения с огнём. Доврачебная помощь при ожогах». | Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Фельдшер ФАП  Фельдшер ФАП  Кл. руководитель  Кл. руководитель |
| **8 класс** | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | «Нет вредным привычкам».  «Бытовой и уличный травматизм».  «Правила выбора гигиенических средств ухода за телом».  «Признаки утомления органов зрения и слуха. Способы снять утомление».  «Пищевая гигиена».  «Болезни, передаваемые через пищу».  «Употребление психоактивных веществ, как слабость воли, болезнь».  «Инфекционные заболевания и иммунитет подростка».  «Безопасное поведение на дорогах и в природе». | СДК  Кл. руководитель  Фельдшер ФАП  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Фельдшер ФАП  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель |
| **9 класс** | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | «Самооценка личности».  «Конфликты и способы их разрешения».  «Гигиена тела – основа ЗОЖ».  «Режим дня и оптимальные условия функционирования организма человека».  «Питание – основа жизни».  «Безопасное поведение. Травматизм».  «Поведение в экстремальных ситуациях».  «Психоактивные вещества, как фактор риска в жизни человека».  «Правила безопасности на экскурсии и в походе». | Кл. руководитель  Кл. руководитель  Фельдшер ФАП  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель |
| **10 класс** | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | «Юридическая и моральная ответственность за употребление ПАВ».  «Отклоняющееся поведение. Причины, меры борьбы».  «Мифы о наркотиках».  «Конформизм, самостоятельность, лидерство».  «Компьютерные игры и компьютеромания».  «Человек в семье. Психологический климат в семье».  «Ответственность за нарушение правил дорожного движения».  «Психологические ловушки».  «Этикет и мы». | Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Учитель-преподаватель ОБЖ.  Кл. руководитель  Кл. руководитель |
| **11 класс** | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | «В здоровом теле – здоровый дух».  «Уход за кожей лица».  «Психологический микроклимат семьи» - тестирование.  «В порядке ли у тебя нервы» - тестирование, беседа.  «Расскажи мне обо мне» - тест-игра.  «Разнообразьте меню».  «Алкоголь и потомство».  «Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения».  «Умей сказать НЕТ». | Кл. руководитель  Фельдшер ФАП  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель  Кл. руководитель |

**План спортивно-оздоровительной работы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название мероприятия | Классы | Сроки проведения | Место проведения | ответственные |
| 1 | Соревнование по лёгкой атлетике (бег, встречная эстафета, прыжки в длину, метание мяча). | 5 - 11 | сентябрь | Территория школы | Учитель физической культуры. |
| Соревнования «Веселая скакалочка» | 1 - 4 класс | октябрь | Спортзал | Учитель физической культуры. |
| 2 | Соревнования по пионерболу | 5 – 6 класс | ноябрь | Спортзал | Учитель физической культуры. |
| Соревнования по настольному теннису. | 7 – 11 класс | ноябрь | Спортзал | Учитель физической культуры. |
| 3 | Соревнования  « Мама, папа, я – спортивная семья!» | 1 - 2 класс | декабрь | Спортзал | Учитель физической культуры, физорги классов. |
| Президентские состязания «Спортивное многоборье» (гимнастический этап) | 5 – 10 класс | декабрь | Спортзал | Учитель физической культуры. |
| 4 | День Здоровья «Всем классом на лыжню». | 5 - 11 класс | январь | Территория школы | Учитель физической культуры |
| Соревнования по волейболу | 9 – 11 класс | январь | Спортзал | Учитель физической культуры |
| 5 | Военно-спортивная игра «Зарница» | 1– 11 класс | февраль | Территория с. Каменка | Учитель физической культуры, классные руководители |
| 6 | Шашечный турнир | 5 – 9 класс | март | Спортзал | Учитель физической культуры |
| 7 | Всемирный день здоровья «Движение – это жизнь». | 1 - 11 | апрель | Спортзал | Учитель физической культуры, классные руководители. |
| 8 | Соревнование по лёгкой атлетике (бег, встречная эстафета, прыжки в длину, метание мяча). | 1 – 11 класс | Май | Стадион | Учитель физической культуры, физорги классов |

**VI. ПЛАНИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

* Повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей;
* Повышение уровня профилактической работы;
* Формирование отношения детей и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
* Введение оптимального режима труда и отдыха детей;
* Улучшение условий обучения обучающихся.

**VII. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Оценка результативности реализации Программы осуществляется на основе использования системы объективных критериев, представленных нравственно-духовными и количественными параметрами.

Инструментарий: анкетирование, наблюдение, собеседование, изучение документации через ВШК и мониторинг воспитательной системы школы.