Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Лицей № 8 "Олимпия" Дзержинского района Волгограда»

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры	на заседании НМС МОУ Лицей № 8 «Олимпия»	Директор МОУ Лицей № 8 «Олимпия»
Заведующий кафедрой	Председатель НМС Макарова Л.П.	Попков В.С.
Протокол № 1 от «27» августа 2025 г.	Протокол № 1 от «28» августа 2025 г.	Приказ № 213 от «29» августа 2025 г.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности:
«Школа здоровья»
для учащихся 1-9 классов

Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года определила первостепенные цели воспитания школьников. Одной из главных является создание в общеобразовательных учреждениях условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья обучающихся. В соответствии с Законом РФ "Об образовании" здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования.

Развитие школы идет по пути интенсификации, увеличения физических и психических нагрузок на ребенка. И сегодня уже необходимо говорить о начале глобальной катастрофы всей современной цивилизации. По данным НИИ педиатрии:

- 14 % детей практически здоровы;
- 50 % детей имеют отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата;
- 35 – 40 % детей страдают хроническими заболеваниями.

Таким образом, появилась острая необходимость решения данной проблемы в масштабе страны, региона, города школы и отдельно взятого класса.

Выявлены причинно-следственные факторы, негативно влияющие на здоровье детей данного класса:

- интенсификация учебного процесса и гиподинамия;
- стрессовая ситуация в семье и школе;
- несоблюдение санитарно-гигиенических требований к организации учебного процесса;
- недостаточная подготовка родителей и педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей;
- недостатки в существующей системе физического воспитания;
- низкий уровень медицинского обслуживания, направленного, как правило, только на оказание экстренной, необходимой медицинской помощи;
- отсутствие межведомственного подхода к решению данной проблемы

Попытки решить проблему сохранения и укрепления здоровья учащихся путем гигиенической регламентации учебного процесса (либо отдельных видов учебной деятельности), а также соблюдения санитарно-гигиенических норм при эксплуатации школьного здания, оборудования и мебели не могут дать должного результата.

Недостаточно эффективным является простое и количественное увеличение здоровьесберегающих элементов в школьной образовательной системе: введение системных уроков здоровья, создание специальной службы, увеличение количество уроков физкультуры, воспитательных и оздоровительных мероприятий и т.д.

Школьная образовательная система лишь в определенной мере адаптируется к ребенку и окружающей микросреде. Однако неизменными остаются содержательные и ценностно-ориентационные аспекты в деятельности педагогов и школьников. **В этой связи необходимо обновление целостного, содержательного, субъектного, средового компонентов школьной образовательной системы, обеспечивающей здоровье учащихся.**

Все сказанное выше и определило актуальность построения **целостной педагогической системы Школы Здоровья** на базе МОУ лицея № 8 «Олимпия» Дзержинского района Волгограда

Цели:

- Создание здоровьесбегрегающей образовательной среды, способствующей не только сохранению, но и развитию здоровья, обеспечивающая высокий потенциал творческого роста учащихся.
- Формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.
- Формирование позитивной «Я – концепции» ребенка, адекватной самооценки, избавление от неуверенности в себе, способности к самоконтролю, позволяющей избегать поведенческих рисков, опасных для здоровья, и способности приобретать полезные привычки.

Задачи:

1. Разработать концептуальный подход к укреплению и сохранению здоровья ребенка и учителя. Разработать и апробировать модель педагогической системы Школы здоровья;
2. Создать комплект диагностических методик: для практических психологов, для учителей, для родителей, для учащихся с целью диагностики и мониторинга физиологических изменений и динамики состояния здоровья детей;
3. Разработать критерии оценки эффективности педагогической системы Школы Здоровья;
4. Организовать повышение квалификации педагогов с целью освоения новых методов и технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
5. Разработать новые формы здоровьесбережения в учебном процессе;
6. Разработать и внедрить в жизнь системы взаимодействия ученика, школы и родителей по вопросам здоровьесбережения.

Педагогическая система школы здоровья - это взаимодействующее с внешней средой целостное явление, представляющее собой упорядоченную взаимосвязь систем:

- управления;
- педагогического процесса;
- школьных служб;
- предметно-пространственной школьной среды, объединенных единой целью воспитания, обучения и развития здорового человека.

Школа здоровья базируется на таких методологических **принципах**, как здоровьецентризм, сохранение, укрепление и формирование здоровья учащихся, гуманизация образования, интеграция, природо- и культуросообразность, системность.

Принцип здоровьецентризма включает в себя: целевую ориентацию участников пед. процесса на здоровье, как приоритетную ценность и основной результат деятельности, направленность содержания и организации учебно-воспитательной работы на формирование потребности ученика в здоровье и ЗОЖ, методы и формы организации всех видов деятельности школьников, обеспечивающих снижение стоимости их здоровья; развитие культуры здоровья педагога; создание школьной службы здоровья, осуществляющей валеологическое сопровождение развития ребенка; оздоровление предметно-пространственной среды образовательного заведения; приобщение семьи и оздоровление микросоциальной среды; обновления механизма управления.

Основу принципа сохранения здоровья составляет гомеостаз как способность организма обеспечивать постоянство внутренней среды под влиянием внешних воздействий. В этой связи образовательная технология должна быть направлена на поддержание постоянства внутренней среды организма учащегося через: соблюдение гигиенических норм и требований при организации учебного процесса и эксплуатации школьного здания, оборудования, мебели, учет индивидуальных особенностей учащихся в определении темпов и уровня усвоения учебного материала на уроке и т.д.

Принцип увеличения резервов здоровья (или укрепления здоровья) предполагает наличие способов повышения адаптивности учащихся к стрессогенным факторам образовательного процесса.

Принцип формирования здоровья осуществляется через содержание учебного и воспитательного материала, раскрывающего сущность основных компонентов здоровья и ЗОЖ, через организацию взаимодействия участников педагогического процесса, в котором формируются ценности, идеалы здоровья и определенные способы его достижения.

- отработать систему выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- создать информационный банк о состоянии здоровья подростков;
- организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и учителями-предметниками;
- формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;

- осуществлять медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг и диагностики за состоянием здоровья подростков;

Идея проекта:

Содержание и организация взаимосвязанных компонентов педагогической системы школы здоровья (управление, педагогический процесс, школьные службы и предметно-пространственная среда) нацелены на обеспечение условий для воспитания, обучения и развитие здорового ученика.

Новизна проекта: заключается в том, что с позиции системного подхода обоснованы компоненты педагогической системы школы здоровья, определены целевой, содержательно-процессуальный аспекты ее деятельности, а также критерии оценки эффективности педагогической системы школы здоровья.

Суть проекта: заключается в качественном обновлении школьной педагогической системы, обеспечивающей сохранение, укрепление и формирование здоровья учащихся и учителей. В ходе формирования опыта реализуется замена существующей системы управления на четырехуровневую (общественный, административный, профессионально-педагогический и ученический), обновляются функциональные обязанности руководителей лицея, классных руководителей, учителей-предметников и специалистов школьных служб в контексте здоровьесберегающего подхода.

Ценностные приоритеты: здоровье учащихся, развитие личности лицеиста, профильное образование. В лицее учащиеся не только получают качественное образование в соответствии с профилем обучения, но и усваивают способы сохранения собственного здоровья.

Управление лицеем осуществляется в соответствии с мотивационным и рефлексивным подходами, которые позволяют самоорганизующейся системе развиваться на основе своих возможностей, ресурсов окружающей среды и обеспечивать условия для самоопределения и саморазвития здоровой личности учащегося и учителя. Учебно-воспитательный процесс обеспечивает не только глубокие и прочные знания учащихся, но сохраняет, укрепляет и формирует их здоровье, а также здоровье учителя. Эта задача реализуется за счет стремления к созданию оптимального режима обучения, применения здоровьесберегающих технологий обучения, введения системы непрерывного здоровьесберегающего образования, реализации здоровьесберегающего потенциала содержания учебных предметов, организации системы внеклассной воспитательной работы.

В настоящее время лицей находится на этапе становления педагогической системы Школы Здоровья. Данный этап характеризуется целенаправленным переходом с локальных преобразований к системным преобразованиям.

- интеграция на уровне ученического самоуправления;
- выделение самостоятельного направления управленческой деятельности - организация здоровьесберегающей работы в лицее;

Стратегия и механизм реализации проекта определяются его целью и задачами:

- разработка теоретических моделей развития потенциала личности ребенка в условиях проведения профилактических и оздоровительных мероприятий;
- разработка системы непрерывной диагностики состояния здоровья ребенка в условиях проведения профилактических и оздоровительных мероприятий;
- разработка общей концепция модернизации традиционного содержания образования применительно к задачам здоровьесбережения;
- создание и адаптация отдельных диагностических методик для всех участников образовательного процесса (психологи, педагоги, родители, дети)
- поиск путей эффективного взаимодействия основного (школьного) и вариативного (дополнительного) образования в развитии интеллектуально-творческого потенциала личности ребенка;

Сроки реализации программы. 2024 – 2030 гг.

Первый этап – 2024 - 2026 уч. год.

Цель первого этапа: проведение пилотного исследования обучения и развития ребенка в

условиях применения здоровьесберегающих технологий.

Задачи первого этапа:

- уточнение программы исследования;
- отбор педагогических кадров, специалистов, медиков для работы с детьми по данной программе;
- анализ имеющегося уровня готовности педагогического и ученического коллективов к обучению по здоровьесберегающим технологиям;
- распределение обязанностей участников эксперимента;
- разработка и первичная проверка комплекта методик по здоровьесбережению.

Второй этап – 2026 - 2028 уч. год.

Цель второго этапа: Введение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий,
откорректированных в ходе пилотного эксперимента.

Задачи второго этапа:

- продолжение работы по подготовке администрации, педагогов, специалистов по работе с детьми, в условиях данного проекта;
- внедрение и первичная апробация системы психодиагностического обследования детей, обучающихся в школе;
- внедрение и апробация экспериментальных развивающих программ, как по линии горизонтального, так и вертикального обогащения;
- разработка психологических средств стимулирования творческой деятельности учащихся;
- поиск новых форм организации внеурочной работы в условиях образовательного учреждения;
- создание новой МТБ для реализации проекта.

Третий этап – 2028 - 2030 уч. год.

Цель третьего этапа: Углубленное изучение эффективности комплексной программы здоровьесберегающих технологий для сохранения и укрепления здоровья ребенка.

Задачи третьего этапа:

- уточнение концептуальных положений программы;
- углубление подготовки администрации, педагогов и специалистов в направлениях психодиагностики, развития интеллектуально-творческого потенциала личности ребенка и укреплению его здоровья;
- продолжение работ по использованию экспериментальных методик и системы здоровьесбережения продолжение работы в области создания форм, организации методов и технологии здоровьесбережения; поиск новых форм организации внеклассной и внеурочной работы;
- создание новой и укрепление имеющейся МТБ школы для внедрения программы

Исполнители. Педагоги школы

Ожидаемые результаты.

В результате реализации программы будут:

- снижена заболеваемость или стабилизация здоровья (в зависимости от первоначального диагноза),
- повышено качество обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус подростков;
- апробированы элементы методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам;
- увеличено число детей и подростков, соблюдающих нормы и требования здорового образа жизни;
- разработана школьная программа по здоровьесбережению и здоровьеформированию;
- разработаны рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения;

- организована система кружковых занятий и курсов внеурочной деятельности по формированию ЗОЖ.

Направления работы:

1. *Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения*
   - содержание здания и помещений школы в соответствии с гигиеническими требованиями;
   - оснащение учебных кабинетов, физкультурного зала и спортивной площадки необходимым оборудованием и инвентарем;
   - оснащение медицинского кабинета необходимым оборудованием;
   - оснащение необходимым оборудованием школьной столовой и организация качественного питания;
   - наличие в школе квалифицированных специалистов, обеспечивающих лечебно-профилактическую и коррекционно-развивающую работу с учащимися (медицинские работники, учитель ЛФК, социальный педагог, педагог-психолог, учитель-логопед и т.п.).
2. *Рациональная организация учебного процесса*
   - соблюдение гигиенических норм и требований к организации учебного процесса, объему учебной и внеурочной нагрузки учащихся на всех ступенях образования;
   - контроль за соблюдением требований к использованию технических средств обучения и компьютеров в образовательном процессе;
   - использование технологий и методик обучения, адекватных возрастным и психофизиологическим возможностям и особенностям учащихся;
   - медико-психолого-педагогический мониторинг образовательных инноваций;
   - организация индивидуального обучения учащихся на всех ступенях образования.
3. *Организация физкультурно-оздоровительной работы*
   - организация системной полноценной физкультурно-оздоровительной работы с учащимися всех групп здоровья;
   - организация занятий по ЛФК;
   - организация динамических перемен и физкультурных пауз на уроках;
   - организация работы разнообразных спортивных секций и привлечение к занятиям в них большинства учащихся школы;
   - регулярное проведение массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий.
4. *Просветительско-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни*
   - введение в образовательный процесс образовательных курсов, посвященных проблеме сохранения и укрепления здоровья;
   - регулярное проведение массовых воспитательных мероприятий, направленных на формирование у школьников ценности здоровья и здорового образа жизни.
   - организация регулярных встреч и консультаций учащихся с квалифицированными специалистами (медицинские работники, социальные педагоги, педагоги-психологи) по вопросам сохранения и укрепления здоровья во всех его формах и проявлениях.
5. *Организация системы просветительский и методической работы с педагогами и родителями*
   - организация регулярных встреч и консультаций педагогов и родителей с квалифицированными специалистами (медицинские работники, социальные педагоги, педагоги-психологи) по вопросам сохранения и укрепления здоровья ребенка в учебной деятельности и во внеурочное время;
   - систематическое привлечение родителей и общественности к организации и участию в массовых мероприятиях, посвященных формированию у школьников ценности здоровья и здорового образа жизни;
6. *Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья учащихся*
   - организация систематических лечебно-профилактических мероприятий со всеми учащимися;

- организация постоянного мониторинга за состоянием физического и психологического здоровья школьников в учебной деятельности;
- создание системы комплексной помощи детям со школьными проблемами;
- систематические привлечение медицинских работников к реализации всех компонентов комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья школьников

Система общих мер по реализации программы

Организационно-педагогические:

- ежедневное соблюдение санитарно-гигиенического режима школьных помещений (световой, воздушный, тепловой режим);
- организация оптимального двигательного режима (проведение утренней зарядки, физминуток, динамических перемен, функционирование спортивных секций);
- врачебно-педагогическое наблюдение за проведением уроков физической культуры, основной, подготовительной и специальной медицинской групп, а также занятий ЛФК;
- проведение мониторинга состояния физического и психического здоровья школьников;
- организация медицинского обслуживания;
- организация горячего питания.

Психолого-педагогические:

- зонирование образовательного пространства на рабочие зоны,
- технология восстановления работоспособности школьников,
- построение урока в соответствии с динамикой внимания учащихся,
- использование формы интегрированного урока в виде блоков,
- гибкие режимы полного дня с учётом возможностей детей,
- интерактивные формы обучения,
- дифференциация учащихся по индивидуальным траекториям обучения,
- «конструирование индивидуальных программ развития»,
- определение «зоны тревог» и коррекция учебных трудностей.

Учебно-воспитательные:

- организация уроков ритмики и хореографии в 1-4 классах;
- организация спортивных секций, хореографической студии для учащихся 1-11 кл.;
- активные формы просветительской работы в области здоровья;
- проведение дней здоровья, семейных спортивно-оздоровительных праздников;
- активизация досуговой деятельности каникулярного времени и летнего отдыха детей;
- использование технологий социального проектирования;
- открытие и функционирование в лицее тренажёрного зала, зоны самомассажа и релаксации.

Приложение к Программе «Школа Здоровья»

Программа «Я –здоровый человек»
(1-4 класс)

В соответствии с Законом "Об образовании" здоровье детей и подростков относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования.

Понятие здорового образа жизни рассматривается как сочетание видов деятельности, обеспечивающее оптимальное взаимодействие с окружающей средой. Здоровый образ жизни, направленный на предупреждение возникновения какого-либо заболевания, обеспечивает полноценное развитие и реализацию возможностей индивида, способствует его социализации и является необходимым условием воспитания гармоничной личности.

В основе организации всех видов деятельности используется принцип индивидуально-дифференцированного подхода - в играх, на уроках, во время внеклассной работы, в самостоятельной деятельности при проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Чтобы обеспечить воспитание здорового ребёнка работа в начальной школе строится по следующим **направлениям**:

- Создание условий для физического развития и снижения заболеваемости детей;
- Повышение педагогического мастерства и деловой квалификации педагогов начальной школы;
- Комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач в тесном контакте с медицинскими работниками;
- Воспитание здорового ребёнка совместными усилиями школы и семьи.

Система мер по сохранению и укреплению здоровья школьников внедряется в учебно-воспитательный процесс с учётом возрастных и индивидуальных морфофизических и психологических особенностей детей. Существенное значение имеет и адекватная оценка психологической ситуации в семье, классе, неформальном объединении школьников.

Понятие здоровьесберегающей деятельности включает в себя формы и методы нравственно-гигиенического воспитания, условия выполнения правил и требований психогигиены, организацию рационального питания и личной гигиены, активного двигательного режима и систематических занятий физической культурой, проведение эффективного закаливания, продуманную организацию досуга.

Для более углублённого изучения психического здоровья детей и своевременной его коррекции в классах проводятся диагностические срезы эмоционально-чувственной сферы. Важнейшим фактором развития психического здоровья является создание благоприятного психологического климата и взаимоотношений учителей с детьми, с родителями, родителей с учителями.

Цель: Эффективное использование здоровъесберегающей деятельности в образовательном учреждении, совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода к детям.

Задачи программы:

1. Разработка комплекса мероприятий по воспитанию здорового образа жизни, охране и укреплению здоровья.
2. Осуществление адресной социально-педагогической, психологической, реабилитационной, медицинской помощи детям и их родителям.
3. Создание системы учёта и контроля состояния здоровья детей в разные периоды развития.
4. Создание системы закаливания и физической культуры для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья и психическом развитии.
5. Создание необходимых условий для детей с отклонениями в здоровье.

Первое направление - повышение квалификации педагогов по оптимизации учебно-воспитательного процесса, использованию системы мер по сохранению и укреплению здоровья школьников в образовательном процессе. Роль педагогов в создании таких условий в образовательном учреждении, которые бы обеспечили все составляющие "состояния полного благополучия" - крепкое тело, здоровую психику, умение общаться с людьми. К этим условиям относятся: комфортный психологический климат в коллективе, рациональный режим дня, полноценное питание, соблюдение правил личной гигиены, профилактика заболеваний, понимание ребёнка, готовность и умение помочь ему в трудных ситуациях.

Второе направление - мониторинг состояния здоровья детей образовательного учреждения, то есть создание системы учёта и контроля состояния здоровья на основе комплексных психологических, социально-педагогических, морфофункциональных и медицинских обследований детей.

Третье направление - разработка комплексной стратегии, направленной на улучшение состояния здоровья детей и педагогов, организация их активного отдыха.

Данное направление предполагает формирование потребности в здоровом образе жизни; рациональную организацию режима труда (учёбы) и отдыха, основанного на индивидуальных биоритмологических особенностях; стимулирование оптимальной и физической активности; осуществление комплекса психологических и психопрофилактических воздействий.

Четвёртое направление - создание адаптивной среды и обеспечение оптимальных условий для полноценного образования и воспитания детей, имеющих недостатки физического и психического развития.

Комплекс лечебно-оздоровительных мероприятий составляется в соответствии с результатами мониторинга состояния здоровья и предполагает индивидуально ориентированное использование здоровъесберегающей деятельности в процессе образования.

Механизм реализации программы

- Разработка и апробация комплекса диагностических методик для определения эффективности здоровъесберегающей деятельности, используемых в начальной школе .
- Мониторинг состояния здоровья детей, проводимый периодичностью 2 раза в год (сентябрь, май). Учёт заболеваемости детей, контроль физической подготовленности.
- Комплексная профилактика, развивающая и диагностико - коррекционная работа, направленная на предупреждение и преодоление недостатков психического развития.
- Создание благоприятного психологического климата в классах.
- Пропаганда здорового образа жизни среди школьников, их родителей.
- Организация работы спортивных секций, кружков. Вовлечение родителей в активный досуг. Оборудование в классах уголков двигательной активности.
- Организация лечебно-профилактической работы в начальной школе.
- Формирование основ здорового образа жизни.
- Обсуждение проблем здоровья на педагогических советах, конференциях, семинарах, консультациях.
- Обмен опыта работы по сохранению здоровья детей с педагогами других образовательных учреждений.

Ожидаемые результаты реализации программы

- Повышение квалификации педагогов и медицинских работников, осуществление обмена опыта работы с другими образовательными учреждениями по охране и укреплению здоровья учащихся.
- Создание модели комплексного мониторинга состояния здоровья детей.
- Разработка системы лечебно-оздоровительных мероприятий для детей от 6 до 11 лет по сохранению и укреплению здоровья.
- Улучшение состояния здоровья детей, отслеживание в динамике показателей их физического и психического развития.
- Разработка рекомендаций специалистов по укреплению здоровья отдельных категорий детей: с заболеваниями сердечно-сосудистой системы; с нарушением зрения; с заболеваниями органов дыхания; с нарушением осанки; с нарушением веса.
- Использование возможностей службы социальных педагогов, медицинской и психологической службы в пропаганде здорового образа жизни.

Программа «Я –здоровый человек» (5-9 класс)»

Цель программы — формирование у обучающихся второй ступени понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

Задачи:

- отработать систему выявления уровня здоровья обучающихся и целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- создать информационный банк о состоянии здоровья подростков;
- организовать систему профилактической работы по формированию ЗОЖ, вести просветительскую работу с обучающимися, родителями и учителями-предметниками;
- формировать у обучающихся потребности ЗОЖ через урочную и внеурочную деятельность;
- осуществлять медико-физиологический и психолого-педагогический мониторинг и диагностику состояния здоровья подростков.

Основные блоки программы:

- педагогический (работа классного руководителя, учителя физической культуры, учителей-предметников);
- психологический (работа педагога-психолога);
- социальный (взаимодействие с родителями, учреждениями дополнительного образования);
- блок двигательной активности (физическое развитие).

Задача классного руководителя в педагогическом блоке – стать организатором, координатором совместного творчества (сотворчества) детей, родителей, педагогов-предметников, медиков, которое помогало бы каждому его ученику осознать здоровье как самоценность, выбрать здоровый образ жизни, поддерживало и развивало детские инициативы в этой области. Эта совместная деятельность может быть не только интересной и увлекательной, она выгодна с точки зрения здоровья для каждого участника этого процесса.

Социально-профилактическая работа в социальном блоке по формированию ценностного отношения к здоровью из эпизодической должна перейти на уровень системы. Данная профилактика должна стать частью всей системы воспитания.

Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни должно также стать одним из основных направлений работы психолого-социальной службы школы. Проведение мониторингов по выявлению учащихся “группы риска” поможет педагогу-психологу наметить формы и методы избирательной профилактики с разными группами учащихся, что даст позитивный результат. Комплексный психолого-педагогический подход к проблеме позволит аккумулировать эффект от взаимодействия всех специалистов.

Блоки реализуются чёрез основные направления работы, представленные по годам

5 класс – “Здоровье – это здорово!”, под девизом “Твой завтрашний успех начинается сегодня”;

6 класс – “Здоровье – это спорт!” под девизом “Не тешься успехом долго, намечай новую цель, снова добивайся, снова побеждай”;

7 класс – “Здоровье – это победа над собой!” под девизом “Не стремись победить других, все победы начинаются с победы над самим собой”;

8 класс – “Здоровье – это умение общаться!” под девизом “Для успеха в жизни умение общаться с людьми не менее важно, чем обладание талантом”;

9 класс – “Здоровье – это жизнь!” под девизом “Успешный человек тот, кто научился учиться и знает, как изменить себя”.

В учебной деятельности здоровьесберегающий компонент реализуется в ходе уроков. Во внеурочной деятельности программа “Я – здоровый человек!” опирается на школьную программу воспитательной работы “Будущее в настоящем

Основные направления и предполагаемые результаты реализации программы

Направления работы	Исполнители	Предполагаемые результаты
5 класс – "Здоровье – это здорово!", по девизом "Твой завтрашний успех начинается сегодня";	Классный руководитель, педагог-психолог школы, учителя-предметники	- создание благоприятного психо-эмоционального фона; -развитие адаптационных возможностей; - формирование у обучающихся потребности ЗОЖ.
6 класс – "Здоровье – это спорт!" под девизом "Не тешься успехом долго, намечай новую цель, снова добивайся, снова побеждай";	Классный руководитель, учитель физической культуры	- совершенствование физических качеств; - формирование приоритетного отношения к своему здоровью.
7 класс – "Здоровье – это победа над собой!" под девизом "Не стремись победить других, все победы начинаются с победы над самим собой";	Классный руководитель, педагог-психолог школы, учителя-предметники	- развитие самопознания; - формирование психологической культуры личности.
8 класс – "Здоровье – это умение общаться!" под девизом "Для успеха в жизни умение общаться с людьми не менее важно, чем обладание талантом";	Классный руководитель, педагог-психолог школы, учителя-предметники	- совершенствование коммуникативных навыков, качеств толерантной личности.
9 класс – "Здоровье – это жизнь!" под девизом "Успешный человек тот, кто научился учиться и знает, как изменить себя".	Классный руководитель, педагог-психолог школы, учителя-предметники	Формирование здоровой целостной личности

Приложение к Программе «Школа Здоровья»

Перечень основных мероприятий по реализации программы «Я – здоровый человек» на 2003 - 2010 годы.

5 класс «Здоровье – это здорово!»

(план работы)

Твой завтрашний успех начинается сегодня

№ п/п	*Сотрудничество*	*Учебные триместры*		
		I триместр	*II триместр*	*III триместр*
1	Классный руководитель	Сочинение-рассуждение «Что такое здоровье?»	Кл. час «Как живешь, пятиклассник?» Поездка в бассейн Конкурс рисунков о здоровье	Диаграмма «Мои жизненные ценности» (1 этап) ПДД. Дорожные «ловушки» Поездка в бассейн
2	Классный руководитель и педагог-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»		
		Факультативный курс «Психология личности»		
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Природоведение. Урок «Закаливание организма». Литература. Урок «Устное народное творчество. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающие употребление спиртного), 5 класс.	Природоведение. Урок «Питание и здоровье человека».	Природоведение. Урок «Роль режима труда и отдыха в сохранении здоровья человека» 5 класс. ОБЖ. Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1- 11кл.
4	Классный руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.		
		Фиточай.		
		Мониторинг санитарно-гигиенических условий Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Мини - исследование «Много ли ты употребляешь витаминов?»,5 – 8 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Составление кроссвордов о витаминах «Веселая минутка», 5 – 6 кл.
5	Классный руководитель и родители	Психологическая беседа «Особенности адапатационного периода» (педагог-психолог)	Психологическая беседа «Трудности приспособления к темпу школьной жизни и их	Собрание «Как сохранить здоровье ребенка?» Родительское собрание «Семейное

			причины» (психолог)	воспитание и здоровье наших детей» (психолог)
6	Классный руководитель и педагог-организатор, ПДО	Конкурсная программа «Посвящение в пятиклассники»	Беседа «Остановись у преступной черты» Сказка «Репка» о вредных привычках	Беседа «Чума XX века – СПИД»
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	Неделя туризма. «Путешествие в страну «Витаминию»	День здоровья. Игровая программа «Спортлото»	День здоровья. «Богатырские игрища» День здоровой семьи.

6 класс «Здоровье – это спорт!»
(план работы)

Не тешься успехом долго,
намечай новую цель,
снова добивайся, снова побеждай.

№ п/п	*Сотрудничество*	*Учебные триместры*		
		I триместр	*II триместр*	*III триместр*
1	Классный руководитель	Беседа «Определение здорового образа жизни» Викторина «В плену вредных привычек» Поездка в бассейн	Кл. час «Курение – медленная смерть» Поездка в бассейн	Беседа «Как противостоять влиянию подростковых антиобщественных группировок»
2	Классный руководитель и педагог-психолог	Факультативный курс «Психология личности»		
		Анкетирование «Это сладкое слово «успех»	Анкетирование «Хорошие и плохие привычки»	Тренинг «Привычки и воля» Игра по развитию толерантности «Волшебный кристалл»
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Биология. Урок «Особенности высшей нервной деятельности» (физиология труда, нагрузки, профилактика переутомления), 6 класс.	ОБЖ. Урок-фантазия «Витамины и наш организм». Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1- 11кл.	Литература. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающие употребление спиртного)
4	Классный руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.		
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Мини - исследование «Много ли ты употребляешь витаминов?»,5 – 8 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Составление кроссвордов о витаминах «Веселая минутка», 5 – 6 кл.
5	Классный руководитель и родители	Круглый стол «Первые проблемы подросткового возраста» (психолог)	Собрание «Компьютер в жизни школьника» Лекторий «Здоровая семья – здоровый образ жизни»	Родительское собрание «Физическое развитие школьников»
6	Классный руководитель и педагог-организатор, ПДО	Беседа инспектора ОДН «»Разрешение конфликтов без насилия»	И снова о вреде курения Дискуссия «Согласны ли вы с тем, что в жизни надо пробовать все?»	Беседа инспектора ОДН «Уголовная ответственность несовершеннолетних»
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья. Праздник пяти олимпийских колец.	День здоровья. «Папа, мама, я – здоровая семья»	День здоровья. «Зимние забавы»

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

Не стремись победить других,
все победы начинаются
с победы над самим собой

№ п/п	*Сотрудничество*	*Учебные триместры*		
		I триместр	*II триместр*	*III триместр*
1	Классный руководитель	Диаграмма «Мои жизненные ценности» (2 этап)	Поездка в бассейн Кл. час «Если хочешь быть здоров	Практикум «Как бороться с конфликтами» Поездка в бассейн Беседа «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)	ОБЖ. Урок «Наше питание. Что и как мы едим» Технология. Изготовление офтальмологических тренажеров	ОБЖ. Урок-игра «Как перехитрить грипп», 7 класс. Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1- 11кл	Биология. Урок «Профилактика нервных и психических заболеваний. Наркотики. Алкоголизм»
4	Классный руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.		
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Мини - исследование «Много ли ты употребляешь витаминов?»,5 – 8 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Встреча с врачом-офтальмологом Юдкиным А.В.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья» Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.
5	Классный руководитель и родители	Дискуссия «Пока не поздно! Права и обязанности родителей, права и обязанности ребенка» Собрание «Положительные эмоции в жизни человека» (психолог)	Собрание «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»	Лекторий «Подготовка к взрослости» Беседа «Навыки сохранения зрения и его коррекция»
6	Классный руководитель и педагог-организатор, ПДО	Беседа «Алкоголь и его влияние на организм подростка»	Беседа инспектора ОДН «Шалость. Злонамеренный проступок. Вандализм»	Беседа «Токсикомания». История о вредных привычках

7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья Школьные олимпийские игры	День здоровья День бегуна	День здоровья «Ледовые забавы»

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

Для успеха в жизни
умение общаться с людьми
не менее важно, чем обладание талантом.

№ п/п	*Сотрудничество*	*Учебные триместры*		
		I триместр	*II триместр*	*III триместр*
1	Классный руководитель	Поездка в бассейн		
		Театрализованная игра «Суд над сигаретой»	Беседа «Мои проблемы» Вопросы для викторины по СПИДу	Кл. час «Я хочу пожелать вам «Здравствуйте!»
2	Классный руководитель и педагог-психолог	Факультативный курс «Психология общения»		
		Урок толерантности «Толерантность к проявлению чувств другими людьми» Анкета «Насколько ты эмоционален»	Тренинг «В гармонии с собой и окружающими»	Классный час «Эмоции и чувства. Их влияние на здоровье человека»
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	ОБЖ. Распространение буклетов среди обучающихся о необходимости употребления витаминов, 1-11кл	Биология. Урок «Факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье», 8 класс.	Литература. Урок. Н.В.Гоголь «Ревизор» (опьянение Хлестакова), 8 класс. Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1- 11кл.
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» Мини - исследование «Много ли ты употребляешь витаминов?»,5 – 8 кл.	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». Беседа школьного врача «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!» Родительское собрание «Ребенок становится трудным» (социальный педагог)	Психологическая беседа с результатами исследования «Агрессия: ее причины и последствия»

6	Классный руководитель и педагог-организатор, ПДО	Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!»	Беседа инспектора ОДН «Юридическая ответственность за злоупотребление ПАВ»	«Наркотики – мой яд!» Анкета: употребление алкоголя, сигарет, наркотиков.
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья. «Сильные, ловкие, дружные, смелые»	День здоровья. «От спорта к здоровью»	День здоровья. Клуб веселых спортсменов Праздник на воде. (бассейн)

9 класс «Здоровье – это жизнь!»
(план работы)

Успешный человек тот,
кто научился учиться и знает,
как изменить себя

№ п/п	*Сотрудничество*	*Учебные триместры*		
		I триместр	*II триместр*	*III триместр*
1	Классный руководитель	Поездка в бассейн		
		Беседа «Законы жизни». Игра «Степень риска»	Анкета информированности по вопросам ВИЧ – СПИДа	Беседа для девочек «Влияние стиля жизни на репродуктивное здоровье женщины»
2	Классный руководитель и педагог-психолог	Курс по выбору «Культура эмоций»		Курс по выбору «Конфликтология»
		Тренинг «Уверенность» (подготовка к экзаменам, повышение самооценки	Классный час с элементами тестирования «Лидер на все времена»	Классный час с элементами тестирования «Стрессоустойчивость»
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	ОБЖ. Распространение буклетов среди обучающихся о необходимости употребления витаминов, 1-11кл Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1- 11кл.	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» Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.	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.
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 педагог-организатор, ПДО	Ток – шоу «Большая перемена» (о проблеме табакокурения)	Беседа «Причины пристрастий» Беседа «Свобода выбора – это уход от зависимости»	Беседа инспектора ОДН «Как не стать жертвой преступления»
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья. Научно-спортивная экспедиция «В мире здоровья»	День здоровья. Игровая программа «Все дело в спорте»	День здоровья. Школа выживания.