

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА САРАПУЛ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 21"

РАССМОТРЕНО

На педагогическом совете

Протокол №1 от «30» августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

директором "МБОУ СОШ №21"

_____ Шайхутдинов Р.В.

от 30 августа 2022 г.

ПРОГРАММА

по здоровому образу жизни

"Скажи жизни -Да."

г. Сарапул,

2022 г

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт программы	3
2. Введение.....	5
3. Основные цели и задачи программы.....	5
4. Ожидаемые результаты	6
5. Основные направления программы.....	6
6. Участники программы.....	6
7. Методы реализации программы.....	6
8. Механизмы реализации программы	7
10. Тематический план реализации программы.....	10
11. Индикаторы оценки эффективности реализации программы.....	14

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа «Скажи жизни - ДА» (далее - программа)
Разработчик программы	Заместитель директора по ВР – Фадеева Лариса Владимировна.
Заказчик программы	МБОУ СОШ №21.
Основание для разработки программы	Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 (Распоряжение Правительством РФ от 29.05.2015г. №996-р) Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012-2017 годы (Указ Президента РФ от 01.06.2012 г. №761) Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» (утверждена Президентом РФ от 04.02.2010 г. Пр-271) Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012г. №273-ФЗ (ред. от 23.07.2013) Федеральный закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изменениями, внесёнными Федеральным законом от 3 декабря 2011 г. N 378-ФЗ) Федеральный закон от 23 февраля 2013г. №15-ФЗ "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака" Программа развития воспитательной компоненты в общеобразовательной школе (Письмо МОиН РФ от 13.05.2013 г. № ИР-352/09) Закон УР от 18 октября 2011 г. N 59-РЗ "О мерах по защите здоровья и развития детей в Удмуртской Республике" Программа воспитания и социализации школы.
Исполнители программы	Администрация школы, педагоги, обучающиеся, родительская общественность школы.
Сроки реализации	2022 - 2025 гг.
Цель программы	- формирование и утверждение позитивного отношения к здоровью, убежденности в возможности его сохранения и улучшения; - освоение навыков здорового образа жизни, а также содействие тому, чтобы выбор поведения, полезного здоровью, стал прочной мотивацией в дальнейшей жизни.
Задачи программы	1. Дать понятие и представление о здоровье и его значимости. 2. Сформировать отношение к своему здоровью и здоровью окружающих как важнейшей социальной ценности. 3. Выработать умения и навыки сохранения и укрепления здоровья, безопасного и ответственного поведения. 4. Обучить умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.
Источники финансирования	-
Механизм контроля и отчетности	Доклад на Педагогическом Совете школы Сводный отчет на общем родительском собрании (сентябрь 2022г., 2023г., 2024г., 2025г.) Итоговый отчет на сайте, на Педагогическом Совете школы (август 2025 г.)
Ожидаемые результаты реализации программы	Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни ученик.

2. Введение

Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения, определяющего здоровье нации, уровень благосостояния и стабильности общества, его будущее - один из главных приоритетов современной государственной социальной политики в России.

С каким запасом здоровья вступят дети во взрослую жизнь, во многом зависит от эффективности совместной работы органов власти всех уровней, заинтересованных ведомств, институтов гражданского общества, семьи. Особая роль в сохранении и формировании ресурсов здоровья, наряду со здравоохранением, принадлежит системе образования. Состояние здоровья детей, их воспитание и образование неразрывно связаны друг с другом. В стенах образовательного учреждения в процессе приобретения знаний дети проводят большую часть своего времени. Нередко приходится слышать мнение обеспокоенных родителей и преподавателей о том, что здоровье детей в процессе обучения ухудшается. Поэтому сегодня перед системой образования России поставлена важная задача по сохранению здоровья детей и молодежи, формированию у них навыков здорового образа жизни, мотивации быть здоровыми, воспитанию общей культуры здоровья, созданию условий здоровьесберегающей образовательной среды, внедрению в образовательный процесс эффективных здоровьесформирующих технологий.

Новый федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» одним из основных принципов государственной политики в сфере образования определил гуманистический характер образования, приоритет жизни и здоровья человека, создание условий для его самореализации.

Таким образом, сохранение и укрепление здоровья учащихся, формирование здорового образа жизни в процессе обучения и воспитания является неотъемлемой частью образовательного процесса, одной из первоочередных задач образовательных учреждений.

Анализируя сложившуюся ситуацию, приходишь к выводу, что вся воспитательная работа должна быть направлена на совершенствование физического здоровья, в том числе. Здоровые дети - здоровая нация! Мы не можем вылечить ребенка, но можем научить его беречь здоровье.

3. Основные цели и задачи программы

Цель программы:

- формирование и утверждение позитивного отношения к здоровью, убежденности в возможности его сохранения и улучшения,
- освоение навыков здорового образа жизни, а также содействие тому, чтобы выбор поведения, полезного здоровью, стал прочной мотивацией в дальнейшей жизни.

Для достижения поставленной цели необходимо решение следующих задач:

1. Дать понятие и представление о здоровье и его значимости.
2. Сформировать отношение к своему здоровью и здоровью окружающих как важнейшей социальной ценности.
3. Выработать умения и навыки сохранения и укрепления здоровья, безопасного и ответственного поведения.
4. Обучить умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.

4. Ожидаемые результаты

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

Наибольший эффект программа может иметь, если будет реализована как целостная система совместной деятельности администрации, педагогов школы, родителей и обучающихся, направленная на активную социализацию ребенка в обществе.

5. Основные направления программы

- Диагностическая деятельность.
- Спортивно-оздоровительная деятельность.
- Профилактика заболеваний у обучающихся.
- Здоровое питание обучающихся.
- Профилактика наркомании, ВИЧ-инфекции, табакокурения, алкоголизма и суицидального поведения.
- Работа с педагогическим коллективом, родителями по пропаганде здорового образа жизни в семье.

6. Участники программы

- Обучающиеся.
- Ученическое самоуправление.
- Классные руководители.
- Педагоги, в том числе учителя – предметники (ОБЖ, биологии, физкультуры).
- Родительская общественность.
- Врачи, медицинские работники.
- Социальный педагог школы.
- Педагог-психолог школы.
- Педагог-организатор.
- Библиотекарь.
- Администрация школы.

7. Методы реализации программы

Для реализации программы используются следующие методы работы:

- - групповые развивающие занятия;
- - психологические тренинги;
- - беседы;
- - лекции;
- - диспуты;
- - педагогические совещания;
- - родительские собрания;
- - тестирование;
- - анкетирование;
- - уроки профилактической направленности.

8. Механизмы реализации программы

Реализация программы осуществляется через взаимодействие с профилактическими учреждениями города и организацию работы спортивных секций города, а также через работу школьного летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей, внеурочную деятельность, введение в начальной школе курса «Окружающий мир», блока уроков по предмету ОБЖ.

В начале учебного года составляется календарный план воспитательной работы, определены тематические классные часы, различные мероприятия по теме ЗОЖ.

При образовательном учреждении, в течение учебного года, работают спортивные секции такие, как: баскетбол, футбол

Ежегодно в школе проводятся профилактические медицинские осмотры обучающихся, посещение центра "Здоровье", прохождение социально - психологического тестирования, создание Школьного спортивного клуба.

9. Краткое содержание основных направлений программы

Задачи	Сроки исполнения	Ожидаемый результат
1. Диагностическая деятельность.		
Изучить состояние здоровья учащихся, образ жизни учащихся. Выявить нарушения здоровья, наличие вредных привычек. Создать банк данных.	Сентябрь-май	Получение данных состояния физического здоровья детей, оптимизация форм работы.
Поиск наиболее оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья.	Май	Выступление на Педсовете и общем родительском собрании.
2. Спортивно-оздоровительная деятельность.		
Укрепить здоровье обучающихся, содействовать нормальному физическому развитию через урочную и внеурочную спортивную деятельность.	В течение года	Приобщение обучающихся к различным видам спорта через вовлечение наибольшего количества детей в спортивно-оздоровительную деятельность.
3. Профилактика заболеваний у обучающихся.		
Выявить состояние здоровья через профилактические осмотры.	В течение года	Формирование физически развитой и здоровой личности.
4. Здоровое питание обучающихся.		
Улучшить питание детей в школьной столовой, т.е. использовать разнообразное меню, витаминизация, нормы, калорийность.	В течение года	Уменьшение заболеваний среди обучающихся.
5. Профилактика наркомании, ВИЧ-инфекции, табакокурения, алкоголизма и суицидального поведения.		
Воспитание у обучающихся негативного отношения к вредным привычкам. Проведение мероприятий, направленных на пропаганду ЗОЖ и повышения уровня социальной адаптивности.	В течение года	Формирование у обучающихся потребности вести здоровый образ жизни.
6. Работа с педагогическим коллективом, родителями по пропаганде здорового образа жизни в семье.		
Формировать у школьников и их родителей потребности вести здоровый образ жизни.	В течение года	Обеспечение плодотворного и полноценного сотрудничества с родителями в учебно-воспитательном процессе. Создание единого воспитательного пространства «родители - дети - учителя».

10. Тематический план реализации программы

№	Содержание работы	Сроки исполнения	Ответственные
1. Организационно-методическое обеспечение работы			
1.	Проведение консультаций для классных руководителей по пропаганде здорового образа жизни обучающихся, профилактике алкоголизма, табакокурения, наркомании, токсикомании, ВИЧ-инфекции и проявлений суицидального поведения среди подростков.	В течение года по плану	заместитель директора по ВР, социальный педагог, медицинский работник школы, специалисты медучреждений, по согласованию.
2.	Разработка рекомендаций для классных руководителей по проблемам воспитания здорового образа жизни и профилактики вредных привычек.	В течение года	социальный педагог.
3.	Проведение социально - психологического тестирования обучающихся по проблемам наркомании, токсикомании, табакокурения, алкоголизма в молодежной среде 7-11 классы	В течение года по плану	социальный педагог, педагог-психолог.
4.	Составление совместных планов работы с заинтересованными службами города.	Октябрь	заместитель директора по ВР.
5.	Ознакомление с новыми источниками литературы по профилактике ЗОЖ	В течение года	педагог-библиотекарь, классные руководители.
6.	Проведение консультаций специалистов, медиков для детей, склонных к девиантному поведению.	В течение года	социальный педагог.
2. Работа по профилактике наркомании, ВИЧ-инфекции, табакокурения, алкоголизма и суицидального поведения.			
1.	Создание постоянно обновляемой базы данных об учащихся « группы риска»	В течение года	социальный педагог.
2.	Обновление стенда по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек	Раз в четверть	заместитель. директора по ВР, социальный педагог, педагог-психолог, медицинский работник школы.
3.	Организация постоянно действующей выставки литературы по пропаганде здорового образа жизни.	В течение года	педагог-библиотекарь.
4.	Проведение цикла бесед и лекций по ЗОЖ (совместно с работниками здравоохранения,)	В течение года по плану	заместитель .директора по ВР преподаватель ОБЖ медицинский работник школы. классные руководители
5.	Проведение тематических классных часов с использованием	В течение года по плану	заместитель. директора по В Р, социальный педагог,

	материалов программы «Здоровая Россия – общее дело» 7-11 классы		педагог-психолог, классные руководители.
6.	Посещение учащимися диагностического городского «Центра Здоровья»	В течение года	заместитель директора по ВР, классные руководители.
7.	Проведение акции к Всемирному Дню борьбы со СПИДом: «Красная ленточка» 8-11 классы	Декабрь	заместитель директора по ВР, педагог- организатор, ученическое самоуправление.
8.	Организация работы школьного волонтерского отряда по пропаганде ЗОЖ	В течение года по плану	заместитель директора по ВР, педагог-организатор.
9.	Организация при школе летней оздоровительной площадки с дневным пребыванием детей 1-6 классы	Июнь	директор школы.
10.	Участие в городских, республиканских конкурсах, посвященных здоровому образу жизни.	В течение года	заместитель директора по ВР , классные руководители.
3. Работа с семьей и общественностью.			
1.	Проведение общих родительских собраний, круглых столов, диспутов с привлечением специалистов: психологов, медработников, общественности и т.п.	В течение года	заместитель директора по ВР. социальный педагог, классные руководители.
2.	Проведение соревнований «Мама, папа и я – спортивная семья» 1-е классы	Сентябрь	заместитель директора по ВР, учитель физкультуры, ученическое самоуправление, классные руководители.
3.	Организация рейдов в семьи относящихся к категории ТЖС	Ежемесячно	социальный педагог, классные руководители.
4.	Организация индивидуальных встреч-бесед с родителями, детьми нуждающихся в социально- психологической поддержке	В течение года	социальный педагог.
5.	Организация работы школьной Комиссии по профилактике безнадзорности и правонарушений с участием инспектора ОДН	В течение года по плану	директор школы, заместитель директора по ВР, заместитель директора. социальный педагог.
6.	Организация работы школьного «Наркологического поста»	В течение года по плану	заместитель директора по ВР, социальный педагог, педагог-организатор, родители.
4. Здоровое питание обучающихся.			
1.	Организация наибольшим охватом горячим питанием учащихся школы.	Сентябрь	директор школы, социальный педагог, классные руководители.
2.	Составление списков учащихся школы, нуждающихся в получении бесплатного питания.	Сентябрь	социальный педагог, классные руководители.
3.	Выполнение программы «Школьное молоко»	В течение года	директор школы, медицинский работник школы, классные руководители.
4.	Организация рейдов в школьную столовую представителей	В течение года	заместитель директора по ВР, родители.

	комиссии по контролю за питанием род. комитета школы		
5. Профилактика заболеваний у обучающихся.			
1.	Проведение медицинских осмотров	В течение года	медицинский работник школы.
2.	Организация вакцинации против гриппа и других заболеваний	В течение года	медицинский работник школы.
3.	Осуществление контроля за соблюдением санитарно-гигиенических норм в школе	В течение года	директор школы. медицинский работник школы.
4.	Проведение конкурса «Лучший класс года» в номинации.	В течение года	директор школы, педагог-организатор.
6. Спортивно-оздоровительная работа			
1.	Проведение мероприятия «День здоровья» 1-11 классы	Сентябрь	заместитель директора по ВР, учителя физкультуры, классные руководители.
2.	Проведение мероприятия «Неделя здоровья и спорта», посвященного Дню защитника Отечества 1-11 классы	Февраль	заместитель директора по ВР, учителя физкультуры, классные руководители.
3.	Организация и проведение мероприятия «Единый день профилактики» 1-11 классы	Апрель	заместители директора по УВР, по ВР, учителя предметники, классные руководители.
4.	Проведение спортивных соревнований «Школьная спартакиада» 1-11 классы	В течение года по плану	учителя физкультуры, классные руководители.
5.	Организация работы школьных спортивных секций 1-11 классы	В течение года по расписанию	директор школы, заместитель директора по ВР, учителя физкультуры, классные руководители.
6.	Проведение подвижных школьных перемен 1-4 классы	В течение года	педагог-организатор, ученическое школьно, самоуправление.
7.	Участие в городских, республиканских спортивных соревнованиях. Организация работы. Школьного спортивного клуба.	В течение года	учителя физкультуры

11. Индикаторы оценки эффективности реализации программы

№	Наименование индикатора	2022-2023 учебный год %	2023-2024 учебный год %	2024-2025 учебный год %	2020-2021 учебный год %	2021-2022 учебный год %
1.	Обучающиеся–победители и призёры спортивных соревнований.					
2.	Обучающиеся, пропустившие учебные занятия по причине заболеваний.					
3.	Обучающиеся, имеющие основную группу здоровья.					
4.	Обучающиеся имеющие хронические заболевания.					
5.	Обучающиеся, занимающиеся в спортивных секциях школы /города					
6.	Обучающиеся, состоящие на ВШУ					
7.	Обучающиеся, состоящие на учете в ОДН.					
8.	Мероприятия, направленные на формирование ЗОЖ охват родителей/детей					