

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №2
Левобережного района г. Воронеж

«Утверждаю»
Директор МБОУ СОШ№2:
_____ Ю.Н. Гостилов

Программа
профилактики употребления психоактивных веществ и пропаганде
здорового образа жизни в подростковой среде

«Будущее - ЭТО МЫ»

1 – 11 класс



Сроки реализации 2017-2020 год

Программа
профилактики употребления психоактивных веществ и пропаганде
здорового образа жизни в подростковой среде
«Будущее - это мы»
МБОУ СОШ № 2 Левобережного района г. Воронеж
Сроки реализации 2017-2020 год

Пояснительная записка

Здоровье человека относится к глобальным проблемам, решение которых зависит не от усилий отдельных профессиональных групп, а от степени заинтересованности всех государственных структур. Отношение к человеку как «венцу природы» в цивилизованном обществе предполагает усиление гуманистического аспекта в политической и экономической жизни страны, принятие соответствующих законов, не подавляющих, а способствующих полноценному гармоничному проявлению природной (биологической и социальной) сущности человека, в том числе возможностей его здоровья. Проблема здоровья человека давно вышла за рамки медицинской науки и практики. Поэтому, наряду с совершенствованием диагностических и лечебных возможностей в медицине, обсуждаются и в различной мере реализуются вопросы профилактики. Последние рассматриваются или сравнительно узко, как раннее выявление заболеваний и предупреждение их прогрессирования, или в широком плане – как укрепление здоровья, повышение компенсаторно-приспособительных механизмов организма человека, что увеличивает его устойчивость к негативному влиянию внешних и внутренних раздражителей.

Ориентация на идеи гуманизации и гуманитаризации в народном образовании неразрывно связана с проблемой комфортности личности в сфере деятельности в различных условиях жизни человека, чувством удовлетворенности в реализации своих способностей и потребностей. Это достигается при соответствии выполняемой деятельности (в том числе образовательной) природным (врожденным) способностям человека, которые должны быть выявлены и определены в раннем детстве. Известно, к каким последствиям (психическим и социальным) приводит случайно избранная профессия или, не отвечающая способностям и возможностям ребенка, учебная нагрузка (умственная и физическая). Чрезмерная для конкретной личности вызывает перегрузку и перенапряжение организма и негативное отношение (отвращение) к процессу образования, заниженная – снижает интерес к учебной деятельности, не развивает в должной мере способности ребенка, подростка. При этом невосвратно теряются, не проявляются задатки одаренности и талантливости, в чем так нуждается общество.

В настоящее время принято рассматривать образовательный процесс параллельно с оздоровительным, поскольку гармоничное развитие подрастающего поколения подразумевает наряду с реализацией интеллектуального потенциала личности формирование духовности, нравственности и здоровья индивида. В последние годы накоплено достаточно много данных о том, что проблему здоровья нельзя решить только силами органов здравоохранения. Установление зависимости индивидуального здоровья от фактов образа жизни (питание, двигательный режим, отношение к курению, наркотикам, алкоголю, психологический микроклимат и т.п.) также не улучшило ситуацию, так как знать еще не означает реализацию своих знаний на практике. Наблюдается парадокс: при положительном отношении к факторам здорового образа жизни большинства молодежи практическое следование принципам отмечается лишь у 10 – 15 %. Причиной этого является отсутствие внутренних потребностей, ценностной мотивации, которые, как известно, формируются в раннем возрасте в соответствии с закономерностями биологического (в том числе психического) развития организма.

Анализ других компонентов (заболеваемость, рождаемость, смертность, долгожителство) также позволил выявить роль личностных качеств, таких как культурный уровень, соблюдение правил личной гигиены, особенности характера, в реализации позитивных аспектов здоровья. Поэтому вывод о необходимости учить здоровью, принципам здорового образа жизни вполне логично вытекает в ходе развития идей профилактической медицины.

Новое направление в педагогике – развитие здоровьесберегающих технологий в обучении учащихся средних общеобразовательных школ. Это касается характера обучения и воспитания, уровня педагогической культуры учителей, содержания образовательных программ, условия проведения учебного процесса (расписание, педагогическая техника, оборудование учебных кабинетов), мониторинга психофизического состояния здоровья обучающихся. Главная, отличительная черта здоровьесберегающей педагогики – приоритет здоровья среди других направлений воспитательной работы.

По выражению академика Н.М.Амосова, «...чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные. Заменить их нельзя ничем». Школа - важнейшее звено социализации подрастающего поколения. Именно в школе перестраивающееся общество может черпать духовные и физические силы, искать индивидуальные пути решения проблемы становления личности. Решение этих задач возможно при условии, если школа выпустит из своих стен здоровых граждан, научит своих питомцев защищаться от стрессов.

Необходимо помнить о четырех основах здоровья. Соматическое здоровье – удел биологов и медиков, физическое здоровье – сфера культуры и спорта, психическое здоровье – область применения психологических наук, а нравственное здоровье (оно всегда отражает социальную сущность человека) – это тяжкий крест педагогики, ибо формирование нравственности, духовности человека – одна из задач воспитательной работы родителей, педагогов, целых коллективов, а опосредованно всего человечества с его историческим достоянием.

Три здоровьесберегающих принципа – формирование, сохранение и укрепление здоровья должны реализоваться не только последовательно во времени, но в ряде случаев и синхронно. Для их реализации необходимы *следующие основные требования*:

1. Наличие оптимальных для человека биологических, социальных и природных (гигиенических, психологических) условий.

2. Рациональный образ жизни, в который входят элементы неспецифической профилактики болезней и вредных привычек (алкоголизм, наркомания, токсикомания).

3. Специфическая профилактика.

Истина, заложенная в принципах, проста и в то же время сложна для понимания: любое нарушение внутри человеческого организма, будь то усталость, инфекция, хроническое заболевание, вызывает дисбаланс и вне него. Грубо искажается энергетическое поле, которое в свою очередь составляет единое целое с энергетической оболочкой всей нашей планеты (биосферы). Отсюда прямая связь состояния нашего здоровья с явлениями, на первый взгляд, такими далекими: социально-политические катаклизмы, экологические катастрофы, стихийные бедствия.

Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают *статистические показатели*:

1. Физиологически зрелыми рождаются не более 14% детей.

2. 25-35% детей, пришедших в 1 класс школы, имеют физические недостатки или хронические заболевания.

3. 90-92% выпускников средних школ находятся в «третьем состоянии», т.е. они еще не знают, что больны.

4. Только 8-10% выпускников школ можно считать действительно здоровыми.

5. 5% взрослого населения страны хронически больны, а 95% - находятся в «третьем состоянии».

Каковы же причины такого негативного влияния школьного обучения на состояние здоровья детей и подростков? Довольно часто можно услышать мнение, что все недостатки наших школ, связанные с отрицательным воздействием на здоровье детей, носят объективный характер. Во многом, такие высказывания справедливы: действительно, не хватает удобной мебели, трудно создать оптимальный воздушно-тепловой и световой режимы, зачастую невозможно составить расписание уроков, отвечающее требованиям возрастной физиологии и школьной гигиены, очень скудное, если не сказать большего, школьное финансирование. Однако следует отметить, что довольно часто причины ухудшения здоровья детей в процессе их пребывания в школе носят не объективный, а субъективный характер, т.е. связаны или с неправильными действиями учителей, или, что чаще, с их бездействием при решении задач охраны здоровья школьников.

В современном научном понимании здоровье школьника включает комплекс признаков:

1. соответствующий возрасту уровень жизнеобеспечивающих систем – нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной, костно-мышечной;
2. гармоничное физическое развитие (рост, масса тела, окружность груди, жизненная емкость легких, сила кисти) среднего или выше среднего уровня;
3. быстрое приспособление организма (адаптация) к новым условиям;
4. высокая умственная и физическая работоспособность (без напряжения заниматься в школе);
5. отсутствие болезней в течение года либо кратковременная болезнь (не более 5-7 дней) с полным выздоровлением.

Таков современный эталон здоровья школьника. При определении состояния конкретного учащегося (когда его показатели сравниваются с возрастными стандартами развития) выделяют пять групп здоровья.

1. Здоровые дети подростки, состояние здоровья которых соответствует эталону (по всем пяти комплексным показателям).
2. Дети и подростки, имеющие некоторые функциональные и морфологические отклонения, а также пониженную сопротивляемость заболеваниям, повышенную утомляемость.

Эти дети составляют группу риска и нуждаются в эффективном оздоровлении, позволяющем им перейти в 1 группу. Если вовремя не будут приняты меры, то их здоровье может ухудшаться, и школьники переходят в 3 группу.

3. Дети, имеющие хронические заболевания, которые проявляются частыми обострениями. Постоянное, болезненное состояние затрудняет их обучение и нередко является основанием для перевода в спецшколу.

4. Дети-инвалиды 1-2 группы, обучение которых осуществляется в спецшколах. Важно не допускать ухудшения здоровья детей 1 группы, вести оздоровительную работу с детьми 2 группы здоровья.

Неумение учителя распознать причины ослабления внимания, двигательного беспокойства, пассивности детей приводит к тому, что он видит в этом нарушение дисциплины и ограничивается замечаниями: «слушай внимательно», «пиши быстрее», «перестань вертеться». Но дисциплина от этого не восстанавливается, поскольку движения изменения позы являются результатом саморегуляции физиологических функций, помогают детям снять утомление, сохранить здоровье.

Учитель должен помочь школьникам переключить внимание, предложить другую рабочую позу, провести физкультминутку. В случае игнорирования им физиологических механизмов саморегуляции детей ученик становится вялым, его работоспособность снижается, появляются жалобы на головные боли, боли в животе. В ходе бесед с родителями выясняется, что ребенок стал раздражительным, плохо спит. Без устранения причины такого поведения трудно добиться успеха в общении.

Действия по выравниванию отклонений здоровья включают:

- Дифференцированную учебную нагрузку (щадящий режим).
- Специальные упражнения, выравнивающие моторное отставание.
- Физкультурные комплексы, формирующие осанку.

- Закаливание, предупреждающее обострение заболеваний.
- Создание воздушного и светового режимов в классе, способствующих устранению причин болезненного состояния.

Заботой учителя является также формирование в ходе учебного процесса правильного дыхания учащихся. Оно практически не выработано у детей, поступающих в школу, и слабо сформировано у школьников с заболеванием верхних дыхательных путей. Дефицит кислорода, отсутствие ультрафиолета и легких ионов в воздухе помещений является основной причиной острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ), жалоб детей на головную боль и усталость.

Учителям нельзя забывать, что профилактика любых отклонений здоровья наиболее эффективна на начальном этапе заболевания и даже до его появления. Нередко именно учитель замечает отклонения в здоровье школьников. Вот почему постоянное внедрение всего комплекса гигиенических рекомендаций в учебный процесс является повседневной заботой учителя, служит эффективным средством повышения успеваемости.

Объекты программы:

- учащиеся школы;
- семьи детей, посещающих школу;
- педагогический и медицинский коллектив школы;
- общественные организации города.

Предмет программы:

- создание условий для осмысления ребенком ценности собственного здоровья для естественного эффективного развития, саморазвития и его личностного роста;
- повышение знаний педагогов и родителей в вопросах формирования, сохранения и укрепления здоровья детей и подростков;
- определение приоритетных воспитательно-образовательных направлений в работе по формированию, укреплению, сохранению и восстановлению здоровья школьников.

Цель программы: Сохранение и укрепление здоровья школьников, формирование у родителей, педагогов и учащихся культуры здоровья, которая станет неотъемлемой частью настоящих и будущих семей, а следовательно, и будущих учеников.

Идеи программы:

- Идея развития здоровьесберегающих технологий в обучении учащихся школы (содержание образовательных программ, условия проведения учебного процесса, педагогическая техника);
- Идея приоритета здоровья среди других направлений воспитательной работы;
- Идея синхронной реализации трех здоровьесберегающих принципов – формирование, сохранение и укрепление здоровья.

Задачи программы:

- Создание здоровьесберегающей инфраструктуры школы;
- Рациональная организация учебного процесса;
- Организация физкультурно-оздоровительной работы – полноценная работа с учащимися всех групп здоровья;
- Просветительско-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни;
- Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями;
- Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья учащихся;
- Мониторинг эффективности здоровьесберегающей деятельности школы;
- Распространение педагогического опыта через семинары, конференции и издание методических пособий.

Условия проведения программы: в начале: не требуют дополнительных финансовых затрат, помогают создать здоровьесберегающую среду, развивают

творческий потенциал участников педагогического процесса, но в дальнейшем требуется оснащение кабинета психологии, ОБЖ и кабинета релаксации.

Используемые методы:

- Рекомендованные и утвержденные методы профилактики заболеваний (нарушения осанки, близорукости, утомления);
- Интегрированные уроки по химии, физике, биологии, физической культуре и т.д. с целью пропаганды здорового образа жизни;
- Проведение классных часов здоровья;
- Модульный курс профилактики курения «Брось» (А.Н.Сизанов, В.А.Хриптович);
- Профилактика употребления ПАВ «Полезный выбор» (Л.С. Колесова и др.);
- Введение элективных курсов: «Здоровье и его самоконтроль»-9 класс (Л.В.Борисова);
- Тренинги;
- Эстетотерапия: арттерапия (оздоровление посредством искусства), кинезотерапия (оздоровление посредством различных движений), библиотерапия (лечение книгой).
- Лекторий для родителей;
- Психолого-педагогический лекторий для классных руководителей.

Методики исследования:

- Мониторинг психического здоровья детей младшего и среднего школьного возраста (по Айзенку);
- Мониторинг психического здоровья детей старшего школьного возраста (Н.В.Сократова);
- Социальный мониторинг здоровья (Н.В.Сократова);
- Анкетирование родителей, учащихся и педагогов;
- Мониторинг учебной мотивации учащихся;
- Изучение уровня комфортности в школе учащихся 1, 5, 10 классов;
- Мониторинг здоровья педколлектива;
- Мониторинг физического здоровья учащихся.

Этапы выполнения программы:

• 2017-2018 г. – подготовительный этап (информационное обеспечение программы, изучение опыта работы других школ по здоровьесберегающим технологиям, разработка концепции программы, повышение профессиональной компетентности педагогов, определение критериев оценки экспериментальной деятельности, поиск партнеров по реализации идеи, диагностика, корректировка программы «Здоровье»).

• 2018-2019 г. – реализация программы (внедрение эффективных педагогических технологий, интеграция проблем здоровья в контексты учебных предметов, формирование единого информационного поля здоровьесберегающего образовательного процесса, отслеживание результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья учащихся, распространение передового опыта через проведение семинаров, конференций и т.д.)

• 2019-2020 г. – итоговый этап (сбор аналитического материала, выпуск методического пособия, распространение опыта через ТОИПКРО)

Ожидаемые результаты:

- Сохранение и укрепление здоровья детей (меньше пропусков по состоянию здоровья, успешнее учеба и т.д.);
- Адекватная самооценка учащихся;
- Школа стала более привлекательной для семей;
- Рост профессионального мастерства педагогов;
- Положительная динамика формирования соответствующих представлений о здоровье.

Основные принципы программы:

Принцип участия – привлечение всех участников педагогического процесса, социума к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по оздоровлению своего организма, по формированию здоровых привычек, планированию оптимальной нагрузки, своевременной диспансеризации детей.

Принцип социальной компенсации – обеспечение социальной и правовой защищенности детей, находящихся в семьях, требующих социальной поддержки.

Принцип гарантий – реализация конституционных прав детей на получение образования и медицинского обслуживания, выполнение государственных гарантий, направленных на укрепление здоровья подрастающего поколения.

Принцип комплексного сквозного подхода – заключается в преемственности между возрастными различиями и видами детской деятельности.

Принцип аксиологического подхода – человек является высшей ценностью, а основой его жизнедеятельности является освоение общечеловеческих ценностей, где здоровье выступает основной категорией.

Принцип блочного подхода – позволяет педагогически воспроизвести многообразие общественной практики, сохранить принцип научности содержания, повысить эффективность его реализации.

I блок – здоровьесберегающая инфраструктура школы:

- Состояние и содержание здания и помещений школы
- Оснащенность кабинетов физкультурного зала, спортплощадок
- Оснащение медицинского кабинета
- Оснащение школьной столовой
- Организация питания
- Необходимый состав специалистов

II блок – рациональная организация учебного процесса:

• Соблюдение гигиенических норм и требований организации учебного процесса

- Адекватность методов и методик обучения
- Контроль инноваций
- Соблюдение требований к использованию технических средств в обучении
- Рациональная организация уроков физической культуры

III блок – организация физкультурно-оздоровительной работы:

- Полноценная работа с учащимися всех групп здоровья
- Организация занятий по ЛФК
- Организация динамических перемен, физкультпауз на уроках
- Организация часа активного отдыха (динамической паузы)
- Организация работы спортивных секций
- Регулярное проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий

IV блок – просветительско-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни:

- Модульные обучающие программы
- Лекции (лекторий), беседы, консультации
- Проведение «дней здоровья», конкурсов, праздников и т.п.
- Создание общественного совета по здоровью

V блок – организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями:

- Лекции, семинары, консультации
- Приобретение необходимой научно-методической литературы
- Привлечение педагогов и родителей к совместной работе

VI блок – профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья:

• Использование рекомендованных и утвержденных методов профилактики заболеваний

- Анализ и обсуждение на педсоветах, данных о состоянии здоровья школьников, доступность сведений для каждого педагога
- Анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья и их обсуждение с педагогами, родителями
- Привлечение медицинских работников к реализации всех компонентов работы по сохранению и укреплению здоровья школьников

Приложение 1.

Примерный цикл лекций для учителей школы

- Психофизиологические основы и оптимальная организация учебно-воспитательного процесса.
- Педагогические аспекты здоровьесбережения в школе.
- Здоровьесберегающий урок.
- Роль ВНД и функциональные состояния здоровья школьников и их коррекция.
- Школьные факторы риска.
- Коррекционные методики (профилактика нарушений осанки, зрения, утомления).
- Физкультминутка на уроке.
- Сохранение здоровья учащихся при использовании технических средств обучения.
- Профилактика злоупотребления ПАВ (никотин, алкоголь, наркотики) среди учащихся.
- Создание психологического комфорта личности.

Приложение 2.

Примерная тематика родительских собраний

- Роль семьи в формировании личности ребенка и формы взаимодействия семьи и школы.
- Могут ли быть дети отличниками или как помочь ребенку в учебной работе.
- Когда наши дети взрослеют или о проблемах возрастного развития.
- Детство – это серьезно! О больших проблемах маленьких детей.
- Осторожно, конфликт!
- Знаете ли вы своего ребенка?
- Поговорим по душам... или о том, умеем ли мы разговаривать с детьми.
- Воспитание доверием.
- Как убедить, когда не хотят слушать...
- Слагаемые нашего авторитета.
- Профилактика употребления ПАВ (никотин, алкоголь, наркотики).
- Профилактика заражения вирусом СПИД.

Приложение 3.

Примерная тематика классных часов по ЗОЖ

1 - 4 классы

- Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.
- Забота о глазах
- Как сделать сон полезным.
- Воспитание чувств.
- Как предостеречь себя от вредных привычек.
- Режим дня
- Почему мы болеем?
- Кто и как предохраняет нас от болезней.
- Кто нас лечит?
- Прививки от болезней.
- Что нужно знать о лекарствах.

- Игры и игрушки.
- Мой компьютер – плюсы и минусы.
- Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным.
- Почему мы часто говорим неправду?
- Почему мы часто не слушаем родителей?
- Надо уметь сдерживать себя.
- Как следует относиться к наказаниям.
- Как вести себя, когда что-то болит.
- Недобрые шутки.
- Что делать если не хочется идти в школу.

5 – 6 классы

- Утомление и переутомление.
- Принципы рационального питания.
- От чего зависит рост и развитие организма.
- Физические особенности развития мальчика и девочки.
- Тренировка памяти.
- Память и обучение.
- Слуховое и зрительно утомление.
- Физиология здорового человека.
- Чем заняться после школы.
- Как выбирать себе друзей.
- Нехорошие слова.
- Твоя нервная система.
- Головной мозг.
- Основы закаливания.
- Твое сердце.

7 – 8 классы

- Стрессы и их влияние на здоровье.
- Твое эмоциональное состояние.
- Что меня радует и огорчает в школе.
- Психосаморегуляция (мысленные, аутогенные формулировки)
- Релаксация (мышечной расслабление, расслабление дыхания)
- Сексуальные реакции созревания.
- Эмоции и двигательная активность.
- Питание и восстановление.
- Программирование силовой подготовки.
- Правильное дыхание.
- Способы изучения особенностей своего физического и психического развития.

9 – 11 классы

- Здоровый образ жизни.
- Способы охраны здоровья в школе.
- Лекарственные вещества и рекомендации по их приему.
- Никотин, алкоголь, наркотики.
- Профилактика и преодоление вредных привычек.
- Как относиться к знахарству?
- Питание и здоровье.
- Растительная и здоровая пища.
- Причина в предпочтения в питании.
- Выбор диеты, лишний вес.
- Маркировка продуктов питания.
- Кризисные состояния у подростков.
- Природные факторы в укреплении здоровья.

- Гипертония.
- Массаж и самомассаж.
- Влюбленность.
- ИБППП, методы контрацепции.

Приложение 4.

Примерный перечень предметных тем для уроков здоровья (интегрированные уроки)

Химия:

- Химические реакции в полости рта и здоровье.
- Химический состав пресных и минеральных вод и их влияние на здоровье.
- Химический состав кожных выделений и здоровье.
- Химический состав воздушной среды в помещениях и открытого воздуха в различных зонах города.
- Химический состав пищевых продуктов.

Физика:

- Физические свойства воздуха и их использование для здоровья.
- Физические свойства воды и их использование для здоровья.
- Физические характеристики опорно-двигательного аппарата человека и формирование осанки.
- Оптическая система глаз и способы их тренировки для сохранения зрения, гигиена зрительной работы.
- Характеристика шумов и их влияние на человека и всю живую природу.

Биология:

- Типологические особенности нервной системы человека и возможности управления ею.
- Биоритмы и здоровье человека.
- Кожный покров и обменные процессы в организме человека, закаливание.
- Твои возможности самоконтроля физических нагрузок.
- Режим питания и его влияние на здоровье.
- Твои возможности (действия) по выполнению функций «мини- докторов» при несчастных случаях.
- Вредные привычки: пристрастие к курению, алкоголю, наркотикам.
- Как все успеть в школе и дома (индивидуальный распорядок дня и минутки отдыха в ходе занятий).
- Полезные и ядовитые растения, грибы, ягоды.
- Как предупредить многие заболевания.
- Как формировать свою фигуру.
- Что ты понимаешь под здоровьем, каково твое состояние здоровья.
- Что проповедует богиня здоровья «Гигея»?

Физическая культура:

- Движение – это жизнь и как оно действует на человека.
- Продолжительность выполнения физических упражнений, критерии их достаточности.
- Двигательный отдых – лучший помощник при умственной работе.
- Дневник самоконтроля твоего здоровья.
- Закаливание – составная часть физической культуры.
- Связочный аппарат человека и его укрепление с целью профилактики дефектов осанки, плоскостопия.
- Двигательный отдых – лучший помощник при умственной работе.
- Дневник самоконтроля твоего здоровья.
- Закаливание – составная часть физической культуры.

•Связочный аппарат человека и его укрепление с целью профилактики дефектов осанки, плоскостопия.

ИЗО:

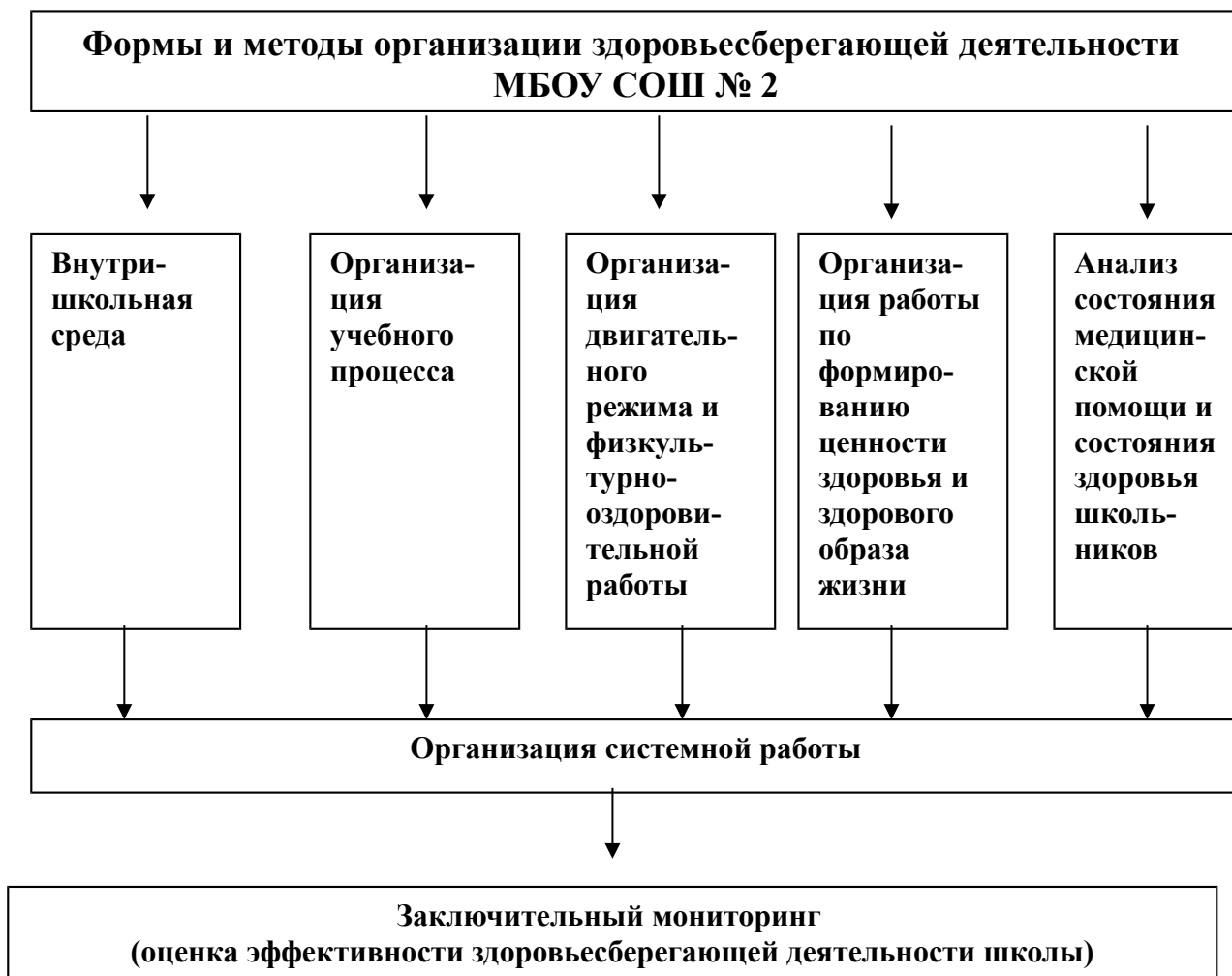
- Влияние цвета на здоровье человека.
- Цвет и эмоции человека.
- Изобразительное искусство и здоровье человека.

Музыка:

- Музыка и здоровье.

Иностранный язык:

- Вредные привычки и здоровье человека.
- Спорт.



Приложение 5.

Мероприятия по реализации Программы профилактики употребления психоактивных веществ и пропаганде здорового образа жизни в подростковой среде «Будущее - это мы»



Мероприятия	Сроки	Ответственные
<u>Обеспечение сохранения здоровья</u>		
Обследование детей, поступающих в школу. Выделение учащихся группы «риска»	Весь период	Школьный врач
Мониторинг состояния здоровья учащихся от 1-го до 11-го класса	Весь период	Медсестра
Создание банка данных о состоянии здоровья обучающихся. Диагностика интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы учащихся 8- 10-х классов	2017-2018	Психологическая служба школы
Проведение бесед по профилактике алкогольной и наркотической зависимости среди учащихся	2017-2018 годы	Медицинские работники
Организация и проведение контроля выполнения санитарных правил	Весь период	Администрация школы
Расширение сети спортивных секций, организация секций по футболу, туризму, теннису	2017-2018	Учителя физкультуры
Оборудование тренажерного зала	2018 год	Учителя физкультуры
Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (физкультурные паузы, подвижные перемены), а также часов здоровья	2017 год	Учителя физкультуры, классные руководители, воспитатель ГПД
Регулярное проведение дней здоровья	Весь период	Медицинские работники, классные руководители
Проведение конкурса на самый спортивный класс	Ежегодно май	Учителя физической культуры
Регулярное проведение спортивных соревнований и праздников на всех ступенях обучения	Весь период	Учителя физической культуры, классные руководители
Создание ученической агитбригады по ЗОЖ	ежегодно	Зам. директора по ВВР
Регулярное проведение тренингов общения со старшеклассниками	-2017-2019г.	Педагог- психолог

Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся	Весь период	Медицинские работники
<u>Обеспечение формирования здоровьесохраняющих культурных традиций семьи</u>		
Организация семейного клуба «Здоровье»	2019 год	Администрация школы, Совет школы
Проведение лекций, родительских собраний, конференций, посвященных возрастным особенностям обучающихся, проблемам наркозависимости.	Весь период	Педагог-психолог, врач
Регулярное проведение праздника «Мама, папа, я — спортивная семья» Тестирование уч-ся 9, 10 кл. с согласия родит.	Весь период	Учителя физкультуры Мед. работники
<u>Обеспечение здоровьесохраняющей деятельности педагогов</u>		
Обследование педагогов врачами-специалистами	ежегодно	Директор школы, школьный врач
Организация клуба «Здоровье» для педагогов	2019 год	Администрация школы, учителя физкультуры
Организация и проведение психологических семинаров-тренингов, семинаров личностного роста для педагогов	Весь период	Педагог-психолог
Создание комнаты «психологической разгрузки»	2019 год	Администрация школы, педагог-психолог
Организация и проведение валеологического всеобуча для педагогов	Сентябрь 2018	Педагог-психолог, медицинские работники
Проведение тренингов общения для педагогов (по заявкам)	Весь период	педагог-психолог

Ожидаемые результаты программы:

- Повышение функциональных возможностей организма учащихся.
- Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников.
- Повышение приоритета здорового образа жизни.
- Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.
- Повышение уровня самостоятельности и активности школьников в двигательной деятельности.
- Обеспечение здоровьесберегающей деятельности педагогов.
- Формирования здоровьесохраняющих культурных традиций семьи.

