

**Региональный конкурс методических разработок  
по формированию здорового образа жизни в условиях Крайнего Севера  
в образовательных организациях Мурманской области**

**Номинация:** «Лучшая методическая разработка по формированию  
здорового образа жизни в условиях Крайнего Севера в общеобразовательной  
организации»

**Программа  
формирования культуры здорового и  
безопасного образа жизни обучающихся  
«Здоровое поколение!»**

Выполнил (а):

Заместитель директора по ВР МБОУ «СОШ №2»

Артамонова Ольга Геннадьевна,

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №2»

город Кандалакша, Мурманская область,

2022

## Паспорт Программы

<b>1.</b>	<b>Полное название программы</b>	Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся в условиях Крайнего Севера «Здоровое поколение!»
<b>2.</b>	<b>Статус программы</b>	Школьная программа
<b>3.</b>	<b>Заказчик Программы</b>	Администрация школы
<b>4.</b>	<b>Автор составитель</b>	– Заместитель директора по воспитательной работе МБОУ «СОШ№2» Артамонова Ольга Геннадьевна
<b>5.</b>	<b>Срок реализации</b>	2019 – 2022 год
<b>6.</b>	<b>Цель программы</b>	формирование и развитие у обучающихся установок активного, здорового и безопасного образа жизни в условиях Крайнего Севера, понимание личной, общественной значимости приоритета здоровья в системе социальных и духовных ценностей российского общества, создание социокультурной мотивации быть здоровым и обеспечение организационных и инфраструктурных условий для ведения здорового образа жизни.
<b>7.</b>	<b>Задачи программы</b>	<b>Относительно учебно-воспитательной деятельности:</b>  1) формирование у обучающихся саногенного (здоровье полагающего) мышления на основе знаний о человеческом организме, о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;

		<p>2) формирование представление об основных компонентах экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни в условиях Крайнего Севера;</p> <p>3) воспитание ценностного отношения к своему здоровью и к здоровью окружающего сообщества путем соблюдения гигиенических, профилактических и эпидемиологических правил поведения;</p> <p>4) формирование способности делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;</p> <p>5) формирование способности самовоспитания и укрепления воли обучающегося путем внутренней установки личности поступать не во вред здоровью и вопреки пагубным желаниям, привычкам и модным тенденциям.</p> <p><b>Относительно организации образовательного процесса и педагогической деятельности:</b></p> <p>1) осуществление образовательной деятельности на основе ценностной ориентации на здоровье и здоровый образ жизни всех участников образовательного процесса;</p> <p>2) создание в общеобразовательном учреждении условий, обеспечивающих возможность каждому участнику образовательной деятельности самосовершенствоваться, сохранять и укреплять свое здоровье в условиях Крайнего Севера;</p>
--	--	---

		<p>3) организация образовательного процесса в общеобразовательном учреждении таким образом, чтобы в нем каждый участник совместной образовательной деятельности имел бы возможность управлять своим здоровьем, создавая при этом необходимые условия для развития творческой, поисковой активности в познании себя;</p> <p>4) создание системы преемственности знаний и опыта обучающихся на каждой ступени образования по программе формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.</p> <p><b>Относительно административно-управленческой деятельности:</b></p> <p>1) создание адекватной материально-технической, ресурсной базы и кадрового обеспечения для реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни всех участников образовательного процесса;</p> <p>2) внедрения в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий, организация административного контроля над соблюдением требований СанПиН;</p> <p>3) осуществление профилактических мер по предотвращению ухудшений санитарно-гигиенических условий в общеобразовательном учреждении;</p> <p>4) активное использование административных и общественных ресурсов для развития материальной</p>
--	--	--

		<p>базы общеобразовательного учреждения с целью повышения уровня состояния и содержания внутренних помещений, прилежащих территорий и привлеченных для оздоровительной деятельности дополнительных социальных объектов;</p> <p>5) организация повышения квалификации и просвещения педагогических, медицинских кадров по вопросам здоровьесберегающего сопровождения обучающихся и здорового образа жизни.</p>
8.	<b>Основные направления реализации программы</b>	<p>Медицинское направление.</p> <p>Просветительское направление.</p> <p>Педагогическое направление.</p> <p>Эколого-спортивно-оздоровительное направление.</p> <p>Диагностическое направление.</p>
	<b>Этапы</b>	<p><b>1 этап – подготовительный (сентябрь-октябрь 2019г.):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;</li> <li>• изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;</li> <li>• разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.</li> </ul> <p><b>2 этап – апробационный ( 2019 – 2022 гг.):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;</li> <li>• систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;</li> <li>• выполнение оздоровительных мероприятий.</li> </ul>

		<b>3 этап - контрольно-обобщающий (май-июнь 2022гг.):</b>
<b>9.</b>	<b>Краткое содержание программы</b>	Программа направлена на формирование культуры безопасного поведения и здорового образа жизни в условиях Крайнего Севера, способствующего социальному, личностному, интеллектуальному, познавательному и эмоциональному развитию обучающихся, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы благодаря сохранению и укреплению здоровья как биосоциальной базы, необходимой для достижения целей на каждом этапе своего жизненного пути. При этом здоровье рассматривается как персональный жизненный ресурс, условие реализации интеллектуального, нравственного, физического и репродуктивного потенциала человека
<b>10.</b>	<b>Ожидаемые результаты</b>	<b>Ожидаемые результаты управленческой деятельности:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию;</li> <li>- повышение эффективности психологической и медицинской помощи обучающимся;</li> <li>- повышение заинтересованности педагогического коллектива в укреплении здоровья обучающихся в условиях Крайнего Севера;</li> <li>- повышение квалификации работников</li> </ul>

		<p>просвещения и здравоохранения;</p> <p>совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья обучающихся;</li> <li>- снижение количества наиболее часто встречающихся в школьном возрасте заболеваний.</li> </ul> <p><b>Ожидаемые результаты образовательно-воспитательной деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей;</li> <li>- осознанного отношения обучающихся к выбору индивидуального рациона здорового питания;</li> <li>- знаний о современных угрозах для жизни и здоровья людей, в том числе экологических и транспортных, готовности активно им противостоять;</li> <li>- овладения современными оздоровительными технологиями, в том числе на основе навыков личной гигиены;</li> <li>- готовности обучающихся к социальному взаимодействию по вопросам улучшения экологического качества окружающей среды, устойчивого развития территории, экологического</li> </ul>
--	--	---

		<p>здоровьесберегающего просвещения населения, профилактики употребления наркотиков и других психоактивных веществ, профилактики инфекционных заболеваний;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- убеждённости в правоте выбора здорового образа жизни и вреде употребления алкоголя и табакокурения;</li> <li>- активной учебно-познавательной деятельности обучающихся в вопросах здоровья, способности самообразования и самостоятельного овладения способами сохранения и укрепления здоровья, а также способности применения полученных знаний и навыков на практике;</li> <li>- снижения у всех участников образовательного процесса поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья;</li> <li>- уменьшения темпов роста числа детей, употребляющих табак, алкоголь, наркотики;</li> <li>- повышения внимания школьников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности в условиях Крайнего Севера</li> </ul>
<b>11.</b>	<b>Участники Программы</b>	<p>Администрация школы  Социальный педагог  Педагог-психолог  Фельдшер школы  Классные руководители  Учителя – предметники</p>



		Родители учащихся Учащиеся школы с 5 по 11 класс
<b>12.</b>	<b>Партнерские отношения</b>	Специалисты «Кандалакшской» ЦРБ Специалисты МБУ «ЦССРМ «Гармония» Специалисты МАУДО «ДЮСШ» Специалисты КДН и ЗП, и ПДН Органы социальной защиты населения Органы управления образования Кандалакшский район Органы опеки и попечительства
<b>13.</b>	<b>Организация контроля за выполнением Программы</b>	Реализация Программы рассчитана на 3 года. Управление Программой осуществляет заместитель директора по ВР. Контроль за реализацией Программы осуществляют заказчик Программы: Администрация школы

## **I. Основные положения Программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

МБОУ СОШ №2 уделяет особое, первостепенное внимание Программе формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся в условиях Крайнего Севера. В соответствии с определением Стандарта - это *комплексная программа* формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья.

Программа направлена на формирование культуры безопасного поведения и здорового образа жизни в условиях Крайнего Севера, способствующего социальному, личностному, интеллектуальному,

познавательному и эмоциональному развитию обучающихся, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы благодаря сохранению и укреплению здоровья как биосоциальной базы, необходимой для достижения целей на каждом этапе своего жизненного пути. При этом здоровье рассматривается как персональный жизненный ресурс, условие реализации интеллектуального, нравственного, физического и репродуктивного потенциала человека.

Методологические подходы программы формирования здорового образа жизни и культуры здоровья основываются на мотивационных и поведенческих установках личности и принципах непрерывного самовоспитания и самокоррекции поведенческих реакций на воздействия факторов риска развития различных заболеваний. Для этого важно понимание личностью необходимости укрепления и сохранения здоровья. Образ жизни тесно связан с культурой населения Крайнего Севера и является результатом воспитания индивидуума, итогом воздействия общественных институтов - семьи, школы и общества в целом, формируется в процессе развития человека, создавая, таким образом, в тесной взаимосвязи межличностных и общественных взаимоотношений стиль или образ жизни.

Программа строится с учетом преемственности формирования мировоззрения и поведения личности с раннего детства в семье с последующим внесением образовательной системой как социального института корректив на основе просвещения и воспитания отношения к данному аспекту жизни. Осознанное ведение здорового образа жизни подразумевает применение целесообразных и доступных способов гармонизации единства организма с окружающей средой. Для этого, помимо собственного желания, необходимы определенные гигиенические знания у детей и подростков, а также должны быть созданы социокультурные условия для реализации оздоровительных мероприятий.

Приоритетным компонентом программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся в условиях Крайнего Севера является создание в образовательном учреждении условий для сохранения здоровья всех участников образовательного процесса. Прежде всего, это относится к важнейшим характеристикам образовательной среды с точки зрения ее воздействия на здоровье обучающихся. В системе мер по охране и укреплению здоровья обучающихся важное место отводится здоровьесберегающим технологиям, под которыми подразумеваются качественные характеристики любой образовательной технологии, указывающей, насколько при её реализации решается задача сохранения здоровья субъектов образовательного процесса.

Достижение и закрепление оздоровительного эффекта педагогической деятельности невозможно без соблюдения санитарно-гигиенических требований и правил и применения коррекционно-восстановительных технологий для детей с нарушениями здоровья.

## **1.2. Цель и задачи программы**

*Основополагающей целью программы является:* формирование и развитие у обучающихся установок активного, здорового и безопасного образа жизни, понимание личной и общественной значимости приоритета здоровья в системе социальных и духовных ценностей российского общества, создание социокультурной мотивации быть здоровым и обеспечение организационных и инфраструктурных условий для ведения здорового образа жизни в условиях Крайнего Севера.

Для достижения указанной цели должны быть решены следующие задачи:

### ***Относительно учебно-воспитательной деятельности:***

1) формирование у обучающихся саногенного (здоровье полагającego) мышления на основе знаний о человеческом организме, о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;

2) формирование представления об основных компонентах экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни;

3) воспитание ценностного отношения к своему здоровью и к здоровью окружающего сообщества путем соблюдения гигиенических, профилактических и эпидемиологических правил поведения;

4) формирование способности делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье в условиях Крайнего Севера;

5) формирование способности самовоспитания и укрепления воли обучающегося путем внутренней установки личности поступать не во вред здоровью и вопреки пагубным желаниям, привычкам и модным тенденциям.

***Относительно организации образовательного процесса и педагогической деятельности:***

1) осуществление образовательной деятельности на основе ценностной ориентации на здоровье и здоровый образ жизни всех участников образовательного процесса;

2) создание в общеобразовательном учреждении условий, обеспечивающих возможность каждому участнику образовательной деятельности самосовершенствоваться, сохранять и укреплять свое здоровье;

3) организация образовательного процесса в общеобразовательном учреждении таким образом, чтобы в нем каждый участник совместной образовательной деятельности имел бы возможность управлять своим здоровьем, создавая при этом необходимые условия для развития творческой, поисковой активности в познании себя;

4) создание системы преемственности знаний и опыта обучающихся на каждой ступени образования по программе формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

### ***Относительно административно-управленческой деятельности:***

1) создание адекватной материально-технической, ресурсной базы и кадрового обеспечения для реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни всех участников образовательного процесса в условиях Крайнего Севера;

2) внедрения в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий, организация административного контроля над соблюдением требований СанПиН;

3) осуществление профилактических мер по предотвращению ухудшений санитарно - гигиенических условий в общеобразовательном учреждении;

4) активное использование административных и общественных ресурсов для развития материальной базы общеобразовательного учреждения с целью повышения уровня состояния и содержания внутренних помещений, прилежащих территорий и привлеченных для оздоровительной деятельности дополнительных социальных объектов;

5) организация повышения квалификации и просвещения педагогических, медицинских кадров по вопросам здоровьесберегающего сопровождения обучающихся и здорового образа жизни.

### **1.3.Функции различных категорий работников школы:**

#### *1. Функции медицинской службы: (по соглашению)*

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

#### *2. Функции администрации:*

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;

- общее руководство и контроль организации горячего питания учащихся в школе;
- организация и контроль уроков физкультуры;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация работы классных руководителей по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;

### *3. Функции классных руководителей:*

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДНи ЗП, медработниками, наркологами;
- организация и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;

- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры, экологической культуры.

#### **1.4. Этапы программы:**

##### **1 этап– подготовительный (сентябрь-октябрь 2019г.):**

- анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

##### **2 этап – апробационный( 2019 – 2022 гг.):**

- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- выполнение оздоровительных мероприятий.

##### **3 этап - контрольно-обобщающий (май-июнь 2022 гг.):**

#### **1.5 Участники программы:**

- ❖ Администрация школы
- ❖ Социальный педагог
- ❖ Педагог-психолог
- ❖ Фельдшер школы
- ❖ Классные руководители
- ❖ Учителя – предметники
- ❖ Родители учащихся
- ❖ Учащиеся школы с 5 по 11 класс

## **II. Основное содержание программы**

Содержание программы опирается на особое понимание воспитания культуры здоровья. Культура здоровья представляет собой совокупность

жизненных ценностей и личностных предпочтений, в числе которых важное место занимает здоровый образ жизни.

Процесс формирования здорового образа жизни в условиях Крайнего Севера подразумевает воспитательнообразовательное взаимодействия взрослых и детей на всех этапах общего образования. В рамках такого взаимодействия у обучающихся складывается целостное восприятие окружающей действительности в системе ценностных отношений. Культура здоровья ассимилирует компоненты социальной, экологической, этнической культур. Поэтому образовательная и воспитательная составляющие данной программы выстраиваются в виде сквозной междисциплинарной программы, построенной на основе метапредметных знаний и поэтапного развития деятельностных способностей и личностных характеристик обучающихся. В программе выделяется информационная (что надо знать) и деятельностная (что нужно уметь) компоненты, содержание которых строится на принципе преемственности между ступенями образовательной системы. Условием преемственности сквозной программы служат заложенные в начальной школе у обучающихся навыки учебной деятельности, учебного сотрудничества, основы теоретического мышления (анализ, моделирование, планирование) и элементарные гигиенические, экологические знания. В основной школе в метапредметном содержании расширяется и углубляется здоровьепологающая информационная составляющая и придается особое значение многообразию форм деятельности: учебной, организационной, спортивной, трудовой, художественной, общественно значимой. Все эти виды деятельности имеют состязательный характер, что позволяет проявить каждому обучающемуся свои подлинные индивидуальные творческие способности и возможности, а в этих проявлениях развивается личность подростка.

Совокупный результат реализации программы направлен на развитие многогранной личности, способной ориентироваться в мире человеческих



отношений и в своем собственном мире. Для этого необходимо построение целостного образовательного процесса как совокупности интегративных процессов: воспитательного, образовательного, социально-психологической поддержки, самовоспитания, взаимодействия с социумом, прежде всего с родителями.

В соответствии с ключевыми целями и задачам программы содержание направлений организационной, воспитательной и образовательной деятельности группируется в три блока.

### **III. Основные направления реализации программы:**

**Первый блок просветительско-воспитательной деятельности** предусматривает:

***1. Приобретение обучающимися через предметное и метапредметное обучение:***

- систематизированных представлений о биологических объектах, процессах, явлениях, закономерностях, об основных биологических теориях, об экосистемной организации жизни, о взаимосвязи всего живого в биосфере,
- знаний о человеческом организме и его сосуществовании в окружающем мире;
- общих представлений о факторах риска здоровью человека, включая влияние неблагоприятных природно-экологических и социально-психологических условий;
- знаний о современных угрозах для жизни и здоровья людей, в том числе экологических, эпидемиологических, транспортных, социально-конфликтных;
- элементарных гигиенических знаний по режиму жизнедеятельности, рационального питания, санитарно-эпидемиологической грамотности, способов первичной профилактики заболеваний;

- знаний и умений применять меры безопасности в экстремальных ситуациях;
- понятий о здоровом образе жизни, способах сохранения и укрепления своего здоровья в условиях Крайнего Севера;
- представлений о душевной и физической красоте человека;
- понятий о воздействии на организм человека наркологических и психоактивных веществ, знаний об отдаленных последствиях их употребления;
- навыков самооценки физического и психологического состояния и способов самокоррекции;

## ***2. Формирование личностных установок на здоровый образ жизни через воспитание:***

- ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание);
- ценностного отношения к здоровью как жизненному ресурсу человека;
- волевых качеств личности с целью осознанного отказа от действий и поступков, опасных для собственного и общественного здоровья (отказ от табакокурения, приема алкоголя, наркотиков и психоактивных препаратов, спайсов, не совершение террористических действий и опасных поведенческих действий в отношении окружающих людей);
- активного поведения в осуществлении здоровьесберегающих мероприятий (занятия физической культурой и спортом, соблюдение гигиенических норм режима дня, рационального питания, правил использования информационно развлекательных технических средств).

## ***3. Формирование осознанной необходимости ведения здорового образа жизни у обучающихся подразумевает:***

- развитие личностных ценностных мотивов по отношению к здоровью в условиях Крайнего Севера (чувство самосохранения, реализация

репродуктивных потребностей, подчинение культурносоциальным традициям Мурманской области, Кольского полуострова);

- повышение значимости деятельностных мотивов по отношению к своему здоровью (возможность самосовершенствования и повышения конкурентоспособности, возможность маневрирования, т.е. смена профессии, местоположения).

***4.В целях достижения наибольшей эффективности, работа по формированию здорового образа жизни обучающихся предполагает соблюдение следующих условий:***

- создание атмосферы заинтересованности каждого ученика в соблюдении принципов здорового поведения в условиях Крайнего Севера;

- использование дидактического материала и практического опыта, позволяющего ученику выбирать наиболее значимые для него вид и форму сохранения и повышения уровня собственного здоровья;

- оценка здоровье создающей и социально-безопасной деятельности обучающихся не только по конечному результату, но и по процессу его достижения;

- поощрение стремления ученика находить свой способ совершенствования здоровья, анализировать способы других обучающихся;

- создание педагогических ситуаций общения в командных играх, групповых дискуссиях и процедурах, требующие кооперации обучающихся, которые позволяют каждому участнику проявлять инициативу самостоятельности;

- создание обстановки для естественного самовыражения обучающихся;

- использование проблемных творческих заданий;

- создание положительного эмоционального настроения на самовоспитание волевых качеств обучающихся.

Школьная среда и образовательное пространство приводятся в соответствие с гигиеническими требованиями к разновозрастным условиям обучения школьников, применяется адаптивно-развивающее конструирование образовательного пространства, обеспечивающее возможность проведения оздоровительных мероприятий. В свою очередь школьная образовательная среда насыщается информацией, знаниями о человеке, как многокомпонентной, разноуровневой, авторегулирующейся, саморазвивающейся целостной системе, что позволяет расширить границы познания в область здоровья человека, в его нравственном, психическом, физическом, соматическом и репродуктивном аспектах.

#### ***5. Формы реализации образовательно-воспитательной деятельности:***

1. Интегрированное включение в общеобразовательную программу основ медицинских знаний, направленных на развитие саногенного (оздоравливающего) мышления.

2. Приобщение к культуре здорового образа жизни с использованием творческих форм воспитательной работы.

3. Обучение приемам и навыкам управления своим здоровьем, включение оздоровительных техник в образовательные технологии.

4. Взаимодействие с семьей с целью привлечения родителей к проблеме оздоровлению своих детей и себя.

#### ***6. Формирование отношений и воспитательных воздействий проектируется через:***

1. Коллективное творческое дело с целью приобщения к общечеловеческим ценностям ориентацией на личность школьника, на его интересы и способности..

2. Систему дополнительного образования.

3. Систему библиотечных уроков, формирующих навыки самообразования по вопросам сохранения и укрепления здоровья.

4. Систему психологических занятий.
5. Систему экологических занятий.
6. Создание школьных традиций.
7. Связь с внешкольными учреждениями города (библиотеки, музеи, театры, доп творчества, детские спортивные школы, бассейны, художественные школы, Центры досуга т.п.).
8. Систему организации активного отдыха в природных условиях Крайнего Севера в разные сезоны года.

При реализации программы по формированию здорового и безопасного образа жизни обучающихся общеобразовательной школы во внеурочной образовательно-воспитательной работе активно используются различные творческие подходы к организации **тематических мероприятий и обучающих курсов**, например, таких как:

- ✓ Предметные недели, конференции, защиты рефератов по тематике здорового образа жизни.
- ✓ Спортивные праздники, Дни здоровья.
- ✓ «Оздоровительные игры», оздоровительное творчество в вокальных, танцевальных, театральных группах.
- ✓ Классные часы на тему: «Мы выбираем жизнь!» «Правила поведения при пожаре», «ПДД», «Правила поведения на уроке физкультуры», «Правила поведения в классе, столовой, на переменах», «Чистота - залог здоровья», «Вредные привычки, как с ними бороться», «Табакокурение - начало конца жизни».
- ✓ Проектная и исследовательская деятельность в области экологических, биологических и медицинских знаний.
- ✓ Школьный сайт как отражение деятельности школы в тематике «Наши достижения» по спортивно-оздоровительному направлению в условиях Крайнего Севера.

- ✓ Движение за формирование физического совершенствования через спорт.
- ✓ Сдача норм ГТО.
- ✓ Спартакиады и т.д.

Организация воспитательного процесса предусматривает согласование усилий многих социальных субъектов: общеобразовательного учреждения, семьи, учреждений дополнительного образования, культуры и спорта, общественных объединений. При этом необходимо структурирование, информационное и культурное насыщение образовательной среды. С дошкольного возраста до окончания полной средней школы обучающиеся находятся в преемственной физической реальности, включающей природные факторы (выезды на природу, работа в школе юннатов, посещение музеев, природных заповедников, зоопарков и т.п.), технические средства обучения, игровой инвентарь, аппаратное и компьютерное обеспечение учебного процесса. Весь процесс направлен на создание окружающей интеллектуальной среды, организованной опытным педагогическим коллективом. При этом обеспечиваются наилучшие условия для общения педагога с учеником, трудовое обучение и социальная ориентация образования, развитие способности у обучающегося анализировать свою умственную деятельность, собственные способности и возможности к самосовершенствованию и управлению своим здоровьем.

***7. Особое внимание уделяется взаимодействию общеобразовательного учреждения с семьями обучающихся в форме:***

- активного привлечения членов семей к участию во внеурочной воспитательной работе;
- повышения грамотности родителей в вопросах охраны, укрепления здоровья и соблюдения норм и правил ведения здорового образа жизни;
- формирования основ общественной и личной культуры здоровья на основе этнических традиций Крайнего Севера;

В воспитательном процессе формирования культуры здоровья у обучающихся ведущим становится положительный повседневный пример отношения к своему здоровью и здоровью окружающих со стороны преподавательского состава, особенности их индивидуального поведения, стиль жизни и состояние их здоровья. Общая атмосфера воспитательной работы в образовательном учреждении должна быть направлена на формирование положительной мотивации обучающихся и педагогов к ведению здорового образа жизни в условиях Крайнего Севера и проведению профилактических, оздоровительных мероприятий. Актуализируется необходимость реализации в условиях образовательного учреждения на индивидуальном и групповом уровне мероприятий по повышению двигательной активности, охране психического здоровья, а также по оздоровлению обучающихся, имеющих функциональные расстройства и хронические заболевания.

***8. В качестве профилактики приобщения обучающихся к употреблению алкоголя, наркотиков и курению табака, в образовательном учреждении должны проводиться следующие мероприятия:***

- выявление местных социальных факторов риска здоровью детей, связанных с распространением алкогольных и наркотических веществ, обнаружение источников пропаганды асоциального поведения в городе и микрорайоне (рынки, игровые клубы и т.д.);

- выявление степени подверженности вредным привычкам среди обучающихся;

- создание информационной среды, позволяющей подросткам свободно ориентироваться в условиях возникновения вредных привычек и механизмах их влияния на организм;

- создание социопсихологических и воспитательных условий, способствующих проявлению активной жизненной позиции учащихся, направленной на антипропаганду;
- предложение подросткам альтернативных способов организации жизнедеятельности;
- определение путей и реализация способов устранения выявляемых факторов риска здоровью обучающихся и окружающего молодежного социума.

***9. Для гигиенически целесообразной организации образовательного процесса в нашем ЦО применяются здоровьесберегающие педагогические технологии.***

Под здоровьесберегающими образовательными технологиями в широком смысле мы понимаем все те технологии, использование которых в образовательном процессе идет на пользу здоровью обучающихся. К здоровьесберегающим относим педагогические технологии, которые не наносят прямого или косвенного вреда учащимся и педагогам, обеспечивают им безопасные условия обучения и работы в образовательном учреждении. Термин «здоровьесберегающие образовательные технологии» рассматриваем как качественную характеристику любой образовательной технологии и как совокупность принципов, приемов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

***Основные принципы использования здоровьесберегающих технологий:***

- системный подход, предполагающий оптимальное профессиональное взаимодействие педагогов, медиков, психологов и других специалистов;
- субъектность участников образовательного процесса;



- принцип гуманизма;
- принцип самоценности каждого возраста;
- формирование положительной мотивации у обучающихся, медицинского персонала и педагогов к проведению оздоровительных мероприятий комплексность и непрерывность проведения оздоровительных мероприятий с учетом индивидуального уровня здоровья каждого участника образовательного процесса;

- преимущественное применение немедикаментозных средств оздоровления,

- реализация в условиях общеобразовательного учреждения на индивидуальном и групповом уровне мероприятий по повышению двигательной активности, закаливанию, охране психического здоровья, а также по оздоровлению детей, имеющих функциональные расстройства и хронические заболевания в условиях Крайнего Севера;

- обучение всех участников образовательного процесса методикам самодиагностики, самокоррекции, самоконтроля;

- повышение эффективности системы оздоровительных мероприятий за счет соблюдения в образовательном учреждении санитарно-гигиенических норм и правил.

***Здоровьесберегающие технологии включают:***

- медицинские программы закаливания физическими факторами внешней среды;

- **программы психопрофилактики**, психологического группового и индивидуального аутотренинга, повышения стрессоустойчивости, предупреждения повреждающих последствий острого и хронического стресса;

- **социально-педагогические программы адаптации** обучающихся в микро- и макросоциуме, активного включения в общественную, культурную и трудовую сферы общества в местах жительства;

- **рациональную организацию питания** с использованием всех доступных способов витаминизации пищи;

- **физическое воспитание ребенка** на протяжении всего периода обучения, активное включение в разнообразные виды спорта Крайнего Севера;

- педагогическую деятельность, направленную на усвоение и выполнение правил здорового образа жизни каждым школьником и членами его семьи;

- педагогическую деятельность, обеспечивающую самореализацию, ситуацию успеха, положительную самооценку, личностный комфорт для каждого обучающегося, включенного в образовательный процесс.

***Здоровьесберегающая организация учебного процесса в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями предусматривает:***

- использование методик обучения, адекватных возрастным и индивидуальным возможностям учащихся (индивидуальный и дифференцированный подход к обучению; применение технологий адаптивного, развивающего обучения; индивидуальное дозирование объема, сложности, темпа, распределения учебной нагрузки; введение гибких форм режимов и учебных планов; разработка индивидуальных траекторий обучения; применение личного выбора учащимися факультативных занятий с ориентацией на перспективу развития, зону ближайшего развития, а не только на актуальные, уже сформировавшиеся умения и способности обучающихся;

- использование в педагогической практике имитационно-моделирующих обучающих игр, способствующих снятию утомительных компонентов урока;

- применение педагогических технологий сотрудничества и взаимодействия всех участников образовательного процесса, использование

учителями индирективных способов педагогического взаимодействия с целью нивелирования дидактогенных влияний на психосоциальную сферу личности обучающихся;

- активное внедрение в учебный процесс проектной деятельности обучающихся с целью разнообразия учебных форм и нагрузок, развития познавательных и творческих способностей обучающихся;

- осуществление медико-психолого-педагогического сопровождения обучающихся для своевременного проведения коррекционных и оздоровительных мероприятий;

- активное применение в учебном процессе различных видов оздоровительных техник, способствующих повышению работоспособности, снижению утомляемости, улучшению самочувствия, укреплению здоровья в условиях Крайнего Севера, помогающих наиболее эффективно осуществлять образовательную деятельность каждому ее участнику совместно;

- устранение в учебном процессе внешней регламентации и приближение обучения к естественной жизнедеятельности человека;

- создание условий для положительной учебной мотивации обучающихся и сохранения их психического здоровья;

- соблюдение гигиенических требований к составлению расписания уроков, объему общей учебной нагрузки, объему домашних заданий (чередование учебных занятий с различной степенью физиологических и интеллектуальных нагрузок в дневном и недельном расписании обязательного и дополнительного компонентов учебного плана, рациональное чередование учебной и внеучебной деятельности школьников)

- соответствие учебной и физической нагрузки индивидуально-возрастным возможностям обучающихся;

- обеспечение необходимого по возрасту, достаточного по физиологическим потребностям и рационально организованного двигательного режима;

- применение разных форм режима повышенной двигательной активности обучающихся в соответствии с возрастными особенностями и физиологическими потребностями за счет включения в режим учебного процесса блоков и комплексов динамических нагрузок (динамические паузы и физкультминутки в структуре урока; «динамические позы» на уроке за счет деловых игровых ситуаций; свободные позы и перемещения в пространстве классной комнаты при работе в малой группе обучающихся; занятия в спортивных секциях школы, спортивные соревнования; занятия в хореографических кружках и т.п.).

Отношение личности к образованию зависит от характера самого процесса, от стиля общения между педагогами и учениками, от способов организации, преподнесения учебного материала, форм и методов учебно-познавательной деятельности, от системы оценивания результатов учения, от создания ситуации успеха у детей и подростков. Все это помогает формированию у обучающихся мотивов учебной деятельности, познавательной активности, самостоятельности, т.е. превращению ученика из объекта в субъект учения. В целом, соблюдение этих принципов служит развитию свободной и психически здоровой личности обучающегося и служит формированию сознательного и позитивного отношения человека к ведению здорового и безопасного образа жизни в условиях Крайнего Севера.

**Вторым блоком оздоровительной и профилактической деятельности** в общеобразовательном учреждении является:

***1. Создание динамического образовательного пространства в соответствии предметной направленностью и профилактической целесообразностью, которое включает в себя:***

- расстановку парт, замену рядности на иные конфигурации (зигзагообразные, L-образные, T-образные, треугольные, квадратные, елочкой, С-образные, П-образные, Г-образные, О-образные и т.д.), либо возможен беспарточный вариант проведения урока;

- организацию нетрадиционных моторно-активных рабочих мест;
- организацию в классном помещении зон для проведения физических упражнений, релаксации, активного отдыха (ковёр, покрытие, спортивный инвентарь: скакалки, обручи);
- оснащение учебных кабинетов аудио- и видеотехникой, необходимой для сопровождения оздоровительных техник;
- обязательную посадку учащихся в соответствии с их адаптационными возможностями (зрение, слух, осанка).

***2. Проведение мероприятий по профилактике и коррекции нарушений осанки и другой патологии опорно-двигательного аппарата:***

- 1) снижение статической и динамической нагрузки;
- 2) применение комплекса корригирующих упражнений по методикам ЛФК;
- 3) применение различных физкультурно-оздоровительных методик.

***3. Проведение мероприятий по профилактике и коррекции нарушений зрения:***

- 1) обязательное проведение гимнастики для глаз во время учебных занятий;
- 2) применение способов сенсорной тренировки.

***4. Проведение мероприятий по профилактике и коррекции психоневрологических нарушений:***

- 1) применение индивидуального педагогического подхода в обучении;
- 2) проведение логопедической и психологической коррекции;

***5. Проведение общеоздоровительных мероприятий:***

- 1) комплекс физкультурно-оздоровительной работы.

***6. Создание условий для полноценного и рационального питания обучающихся в условиях Крайнего Севера.***

## ***7. Организация эффективной работы медицинского, психологического и педагогического персонала по охране здоровья обучающихся.***

**Третьим блоком приоритетного направления - укреплением здоровья детей и подростков является физкультурно-спортивная работа в школе и вне её.**

Одним из факторов, позволяющих приблизить школьную среду к естественной среде обитания ребенка, является **оптимизация двигательного режима ученика**. Гимнастика на уроке позволяет снимать состояние усталости на уроке, ослабить психологическую напряженность, вызванную интенсивностью занятия и просто дать ребенку возможность подвигаться. Динамические паузы в течение учебного дня и физкультурные минутки обязательно включают в себя упражнения для снятия напряжения глаз и профилактики ухудшения зрения. Уроки физического воспитания проходят по расписанию.

В ходе визуального наблюдения учителями физкультуры и родителями за учениками, выявлено улучшение коррекции осанки и уменьшение плоскостопия.

При благоприятных погодных условиях в условиях Крайнего Севера уроки физкультуры и некоторых других предметов проводятся на свежем воздухе.

Здоровьесберегающая деятельность невозможно отделить от организации физкультурно-оздоровительной работы с учащимися. Во второй половине дня для детей проходят занятия, включающие в себя подвижные игры, общеразвивающие упражнения, спортивные эстафеты, соревнования.

## VI. Мероприятия Программы.

№ п/п	Мероприятие	Сроки реализац ии	Ответствен ый	Результаты здоровьесберег ающей деятельности
<i>1. Создание современных условий, обеспечивающих сохранение здоровья обучающихся</i>				
1.1	Внедрение в УВ процесс утренней гимнастики; физкультминуток на уроках, гимнастики для глаз и активных (музыкально-танцевальных) перемен для учащихся всех классов	2019- 2022	Учителя- предметники, Классные руководители	
1.2	Организация учебных занятий с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье учащихся (неподвижная поза на уроке, отсутствие живых чувственных ощущений, преобладание словесно-информационного принципа учебного процесса, отсутствие	Ежедневн о	Учителя- предметники	

	чувственно-эмоционального фона на уроке)			
1.3	Составление расписания уроков, в соответствии с нормами Сан Пин	Начало четверти	Заместитель директора по УВР, системный администратор	
1.4	Составление расписания второй половины дня, предусматривающее чередование занятий дополнительного образования и отдыха, в соответствии с нормами Сан Пин	Начало четверти	Зам по УВР, ВР	
1.5	Поддержание спортивной площадки во дворе школы в хорошем состоянии	2019-2022	Завхоз	
1.6	Оборудование кабинетов школы в соответствии в СанПиНом	2019-2022	Директор	
1.7	Обеспечение учебно-методической литературы	2019-2022	Директор Библиотекарь	
1.8	Медицинский осмотр учащихся	1 раз в год	по согласованию	



1.9	Создание информационной базы мониторинга состояния здоровья и качества жизни детей	Сентябрь, май ежегодно	Отв. за работу мед.кабинета, Классные руководители	
1.10	Соблюдение оптимального двигательного режима	2019-2022	Учителя-предметники, Классные руководители	
<b>2. Формирование установок на ведение здорового образа жизни</b>				
2.1	Тренировка иммунитета и закаливание	2019-2022	Классные рук.	
2.2	Организация рационального питания и режима жизнедеятельности в условиях Крайнего Севера	2019-2022	Заведующая столовой, заместитель директора по ВР, Классные руководители.	
2.3	Регулярно обновляемые фотовыставки, информационные стенды о здоровом образе жизни, спорте, экологических аспектах здоровья, выставки детских агитплакатов и коллажей.	2019-2022	Педагог-организатор, педагоги ДО,ШСК «Олимпийский резерв»	
2.4	Видео-лекторий «Я и моё здоровье»	1 раз в полугодии	Фельдшер школы,	

		е	педагог- организатор	
2.5	Информирование ученика о здоровом образе жизни: - Классные часы; - «Метод проектов»	2019- 2022	Классные руководители	Получение школьниками знаний по теории и практике формирования здорового образа жизни, позитивному отношению к созданию собственного здорового образа жизни, творческому подходу к реализации здоровой жизнедеятельности.
2.7	Информирование воспитанников о здоровом образе жизни в условиях Крайнего Севера: лекции, беседы, встречи с медицинскими	2019- 2022	Классные руководители	Переоценка школьниками смыслов собственной жизнедеятельности,

	<p>работниками.</p> <p><b>Темы:</b></p> <p>«Здоровье нации и вредные привычки»;</p> <p>«Курение и его опасность для организма»;</p> <p>«Алкоголь, его опасность для организма»;</p> <p>«Основные виды психоактивных веществ» и др.</p>			<p>осуществление потребности в достижении, признании, реализации своих разнообразных способностей, в том числе по</p>
2.8	<p>Использование дискуссионных методов организации познавательной деятельности учащегося, способствующих активизации эмоциональной сферы личности, а также моделирования интерактивных методик, самостоятельных, индивидуальных и совместных форм работы, обеспечивающих деятельностный аспект:</p> <p>-диалоги,</p>	2019-2022	Классные руководители	<p>Формирование у подростков внутренней картины здорового образа жизни</p>

	-дискуссии			
<b>3. Организация сбалансированного и качественного питания в общеобразовательном учреждении и формирование культуры питания у детей и подростков</b>				
3.1	<p>Подготовить папку «Формирование рациона питания в условиях Крайнего Севера» в которую включить:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- общие требования к качеству услуг по организации питания обучающихся и формированию их рационов питания;</li> <li>- номенклатуру пищевых продуктов, используемых при питании обучающихся;</li> <li>- номенклатуру пищевых продуктов для использования в составе рационов питания детей в пришкольном оздоровительном лагере;</li> <li>- примерное меню;</li> <li>-рекомендуемый ассортимент блюд и кулинарных изделий для</li> </ul>	2019-2022	Заместитель директора по АХЧ, Заведующая столовой	

	<p>организации питания обучающихся в условиях Крайнего Севера (оленина, рыба, ягоды и т.д.) ;</p> <p>- рекомендуемую массу порций блюд;</p> <p>- нормы физиологической потребности детей и подростков в пищевых веществах и энергии;</p> <p>- памятку о формах и методах обогащения микронутриентами рационов питания детей и подростков.</p>			
3.2	Оформить информационный стенд для родителей «Здоровое питание»	2019 г.	Ответственный по питанию	
3.3	Провести «Открытый микрофон» - встречу директора школы с обучающимися по организации школьного питания	Апрель 2019-2022	Директор	
3.4	- Открыть на интерне-сайте школы раздел «Питание школьников».	Апрель 2019 г. ежемесяч	Ответственный за сайт школы	

	<p>- Разместить в разделе: приказы по организации питания, рекомендации по питанию в условиях Крайнего Севера, родительский контроль</p> <p>- Проводить анализ этого раздела.</p>	но		
3.5	Оформить в каждом классном кабинете уголок «О здоровом питании»	декабрь	Классные руководители	
3.6	<p>Организовать консультацию для классных руководителей:</p> <p>- «Культура поведения обучающихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований»;</p> <p>- «Организация горячего питания – залог сохранения здоровья в условиях Крайнего Севера»</p>	<p>1 раз в год</p> <p>1 раз в год</p>	Ответственный по питанию	
3.7	<p>Анкетирование учащихся и их родителей по организации питания:</p> <p>- «Школьное питание: качество и разнообразие</p>	1 раз в год	Классные руководители	

	обедов»; - «За что скажем поварам спасибо?»; - «Ваши предложения по развитию школьного питания».			
<b>4. Развитие физической культуры обучающихся</b>				
4.1	Организация работы по внедрению современных технологий в содержание образовательного процесса по физическому воспитанию детей	2019	Руководитель МО учителей физкультуры	
4.2	Оформление листов здоровья: - «Помоги своему позвоночнику»; - «Наши здоровые ножки»	Январь 2019	Руководитель МО учителей физкультуры	Удовлетворение потребности детей в познании организма человека
4.3	Внедрение цикла дыхательной гимнастики с речевым сопровождением по А.Н.Стрельниковой	2019- 2022	учителя физкультуры	Выработка правильной осанки
4.4	Внедрение комплекса коррекционной гимнастики. (Коррекционные игры-упражнения по	2019- 2022	учителя физкультуры	Используя корректирующие упражнения, развивается гибкость

	профилактике нарушений осанки и плоскостопия).			позвоночника, укрепляются мышцы спины и живота
4.5	Занятия гимнастикой для глаз, самомассаж.	2019-2022	Учителя физкультуры	Отодвинуть сроки развития дальновзоркости, а также замедлить темпы ее развития
4.6	Усиление образовательной направленности физической культуры	2019-2022	учителя физкультуры	Информационное ориентирование подростка на здоровый образ жизни
4.7	Использования разнообразных форм и методов работы, способствующих его приобщению к здоровому образу жизни	2019-2022	учителя физкультуры	
4.8	Совершенствование организационно-педагогической деятельности преподавателя.	2019-2022	учителя физкультуры	



4.9	Организация часа активных движений (динамической паузы) между 3м и 4м уроками	2019-2022	Руководитель ШСК «Олимпийский резерв»	
<b>5. Профилактика социально значимых заболеваний и употребления психоактивных веществ несовершеннолетними в образовательных учреждениях</b>				
5.1	Организовать просмотр учащимися кинофильмов, видео, диафильмов о последствиях употребления наркотиков	2019-2022	Классные руководители	
5.2	Организовать встречи учащихся с работниками МО МВД «Кандалакшский», КЦРБ наркологом, специалистами психологического центра «Гармония», сотрудниками наркоконтроля	Апрель 2019-2022 г	заместитель директора по ВР	
5.3	Обучающие семинары для работников школы с целью введения их в проблему, включение в деятельность по реализации данной системы профилактики	2019-2022 гг.	заместитель директора по ВР	
5.4	Лекции, семинары для		заместитель	

	<p>классных руководителей.</p> <p>Темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Возрастные особенности подростков»</li> <li>- «Особенности отношения детей к наркотикам»</li> <li>- «Факторы риска наркозависимости»</li> <li>- «Стиль педагогического общения как стрессовый фактор»</li> </ul>	2019-2022	<p>директора по ВР</p> <p>Социальный педагог,</p> <p>Педагог-психолог,</p>	
5.5	<p>Тренинги для подростков с целью формирования ответственности за свое поведение</p>	2019-2022	Психолог	
5.6	<p>Проведение анкетирования и дискуссий с целью определения уровня осведомленности молодежи о вредных привычках, об употреблении ПАВ и о методах их профилактики:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– дискуссия «Ожидаемая продолжительность жизни в соответствии с образом жизни» 9-11 класс</li> <li>– анкета «О вреде курения»</li> </ul>	2019-2022	<p>Классные руководители</p> <p>Социальный педагог,</p> <p>Педагог-психолог</p>	

	<p>(изучение отношений учащихся к проблеме табакокурения 5-11 класс);</p> <p>– дискуссия «Мифы о безвредности пива»</p> <p>(анализ уровня осведомленности учащихся о вреде употребления пива; определение склонности учащихся к алкоголизации) 7-8 класс.</p> <p>- анкетирование учащихся с целью определения отношения к ПАВ и их употреблению ( 5-11 класс)</p>			
5.7	<p>Проведение нетрадиционных мероприятий:</p> <p>– ролевая познавательная игра «Суд над сигаретой»;</p> <p>- акция «Спорт, альтернатива пагубных привычек»;</p> <p>– оформление стенда «Профилактика вредных привычек»;</p> <p>– организация встреч учащихся со</p>	<p>2019-2022</p> <p>2019</p> <p>2019-2022</p> <p>Ноябрь</p> <p>ежегодно</p> <p>Ноябрь</p>	<p>Классные руководители</p> <p>Педагог-организатор,</p> <p>Классные руководители</p> <p>Руководитель МО учителей физкультуры психолог</p> <p>Руководитель</p>	<p>Раскрепощение школьника, умение сдерживать себя, развитие творческой, познавательной активности, воспитание чувства коллективизма ответственности и взаимную</p>

	<p>специалистами-психологами, наркологами</p> <p>7-11 класс;</p> <p>– проведение акции «Скажи, наркотикам – нет!» с выпуском плакатов, рисунков, стенгазет, санбюллетеней;</p> <p>– диспут «Как не стать рабом наркотиков». 10-11 класс</p>	ежегодно	ШСК «Олимпийский резерв»	требовательность
5.8	Проведение цикла лекций: «Здоровье нации и вредные привычки».	Апрель ежегодно	Учитель биологии	
5.9	Использовать возможности уроков для пропаганды здорового образа жизни.	2019-2022	Учителя-предметники	
5.10	Реализация программы по профилактике ПАВ «Мы вместе»	2019-2022	Социальный педагог, Педагог-психолог Классные руководители Педагог-организатор,	
<b><i>6. Участие педагогических работников, обучающихся в инновационных проектах и программах</i></b>				

6.1	Внедрение в рамках декады «SOS» мероприятий по профилактике ВИЧ/СПИДа	Ежегодно декабрь	заместитель директора по ВР	Способствовать предупреждению распространения ВИЧ-инфекции среди молодежи путем предоставления объективной информации о заболевании, формирования навыков ответственного поведения и терпимого отношения к людям, живущим с ВИЧ/СПИДом
6.3	Новые технологии в сохранении и укреплении здоровья школьников: «Психофизическая тренировка»	2019 г.	Психолог	Улучшение показателей здоровья и формирование у всех участников

				<p>образовательно го процесса культуры здорового образа жизни (здоровья), основанной на знании и понимании функциональн ых особенностей своего организма и умении изменить их в лучшую сторону с помощью психофизическ ой тренировки.</p>
6.4	Реализация программы психологической безопасности школьников	2019-2022	Социальный педагог, Педагог-психолог Классные руководители Педагог-	

			организатор,	
<b>7.Рационализация учебной и внеучебной деятельности обучающихся</b>				
7.1	Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения	2019-2022	Педагогический коллектив	
7.2	Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию)	2019-2022	Педагогический коллектив	
7.3	Введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов	2019-2022	Педагогический коллектив	
7.4	Строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств	2019-2022	Педагогический коллектив	

	обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.			
7.5	Индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам ООО	2019-2022	Педагогический коллектив	
7.6	Ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и детьми с ограниченными возможностями здоровья, посещающими специальные медицинские группы под строгим контролем медицинских работников	2019-2022	Учителя физкультуры	
<b><i>8. Реализация дополнительных образовательных программ в сфере сохранения и укрепления здоровья обучающихся</i></b>				
8.1	Внедрение в систему работы школы программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового	2019-2022	Социальный педагог, Педагог-психолог Классные	Повышения индекса здоровья, бережного отношения к



	<p>образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Разговор о правильном питании» (интеграция в базовые образовательные дисциплины, применение традиционной кухни народов Крайнего Севера (поморы, саамы);</li> <li>- «Профилактика ПАВ «Мы вместе»», «Уроки здоровья»</li> </ul>		руководители Педагог-организатор,	собственному здоровью
8.2	Проведение дней здоровья, конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п.	2019-2022	Педагог-организатор, Классные руководители	
<b><i>9. Организация просветительской работы с родителями (законными представителями) обучающихся</i></b>				
9.1	Оформить памятки-рекомендации по здоровому образу жизни семьи: «Шесть правил здоровой спины», «Как победить плоскостопие», «	2019-2022	Руководитель МО учителей физкультуры психолог Руководитель ШСК	

	Гимнастика для глаз»		«Олимпийский резерв»	
9.2	Конференция родителей по ЗОЖ в условиях Крайнего Севера	2019-2022	заместитель директора по ВР	
9.3	Консультация «Движение – это жизнь»	2019 г.	Руководитель МО учителей физкультуры	
9.4	Консультация «Школа закаливания» с показом закаливающих процедур.	2020 г – 2021г.	Руководитель МО учителей физкультуры	
9.4	Консультация «Школа закаливания» с показом закаливающих процедур.	2020 г – 2021г.	Руководитель МО учителей физкультуры	
9.5	Консультация: «Дыхание и здоровье»	2020 г – 2021г.	Классные руководители	
9.6	Консультация «Оздоровление питанием»	2020 г – 2021г.	Классные руководители	
9.7	Консультация: «Соблюдение гигиенических норм и правил – важный фактор ЗОЖ»	2020 г – 2021г.	Психолог	
9.8	Познакомить родителей с методикой ранней диагностики отклоняющегося поведения детей	2019-2022	Соц. педагог	

9.9	Провести профилактические занятия с родителями «Как не просмотреть подростка»	2019-2022.	Соц. педагог	
9.10	Провести занятия пед. всеобуча для родителей по вопросам профилактики наркомании	2019-2022	Кл.руководители	
9.11	Проведение родительских собраний по темам: «Создание оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья детей в современной школе», «Адаптация пятиклассников к школе», «Формирование ценностного отношения школьников к своему здоровью», «Роль семьи в преодолении физических и учебных нагрузок ребёнка».	1 раз в четверть	Классный руководитель, администрация школы.	

## ***VI. Результативность Программы.***

**Критерии оценки результатов реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся в условиях Крайнего Севера на ступени основного общего образования, методика и инструментарий мониторинга.**

Программа обеспечивает формирование уклада школьной жизни, основанного на системе базовых ценностей культуры здоровья и соблюдения норм и правил здорового и безопасного образа жизни всеми участниками образовательного процесса.

**Ожидаемые результаты управленческой деятельности по созданию здоровьесберегающего пространства включают:**

- обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию;
- повышение эффективности психологической и медицинской помощи обучающимся;
- повышение заинтересованности педагогического коллектива в укреплении здоровья обучающихся;
- повышение квалификации работников просвещения и здравоохранения;
- совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода;
- создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья обучающихся;
- снижение количества наиболее часто встречающихся в школьном возрасте заболеваний.

**Ожидаемые результаты образовательно-воспитательной деятельности по направлениям данной программы согласно положениям Стандарта проявятся в поведении обучающихся в виде:**

- установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей;
- осознанного отношения обучающихся к выбору индивидуального рациона здорового питания в условиях Крайнего Севера;
- знаний о современных угрозах для жизни и здоровья людей, в том числе экологических и транспортных, готовности активно им противостоять;
- овладения современными оздоровительными технологиями, в том числе на основе навыков личной гигиены;
- готовности обучающихся к социальному взаимодействию по вопросам улучшения экологического качества окружающей среды, устойчивого развития территории, экологического здоровьесберегающего просвещения населения, профилактики употребления наркотиков и других психоактивных веществ, профилактики инфекционных заболеваний; убеждённости в правоте выбора здорового образа жизни и вреде употребления алкоголя и табакокурения;
- активной учебно-познавательной деятельности обучающихся в вопросах здоровья, способности самообразования и самостоятельного овладения способами сохранения и укрепления здоровья, а также способности применения полученных знаний и навыков на практике.
- снижения у всех участников образовательного процесса поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья;
- уменьшения темпов роста числа детей, употребляющих табак, алкоголь, наркотики;
- повышения внимания школьников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности в условиях Крайнего Севера.

*Методики и инструментарий мониторинга*

Для контроля над ходом и результатами реализации программы по созданию здоровьесберегающей образовательной среды и формированию здорового образа жизни в образовательном учреждении создается система мониторинга.

**Организационной структурой, обеспечивающей постоянный мониторинг, является школьный психолого-медико-педагогический консилиум.**

*Направления его деятельности:*

- диагностика состояния здоровья; составление карт прогноза и коррекции на каждого обучающегося;
- оказание специалистами школы помощи детям и подросткам, испытывающим различные трудности в обучении, адаптации;
- создание социопсихологических и воспитательных условий, способствующих проявлению активной жизненной позиции учащихся, направленной на антипропаганду;
- предложение подросткам альтернативных способов организации жизнедеятельности;
- определение путей и реализация способов устранения выявляемых факторов риска здоровью обучающихся и окружающего молодежного социума.

На основании выводов членов консилиума, карт прогноза, педагоги и узкие специалисты планируют и проводят коррекционные мероприятия для каждого обучающегося, осуществляют индивидуальный подход на уроках.

*Основные направления мониторинга:*

- психолого-медико-педагогический мониторинг (начальные и конечные результаты в течение полугодия и года);
- повышение отдельных составляющих психического благополучия: снижение тревожности, рост самооценки и т.д.;

- улучшение состояния здоровья и успешность реабилитационных мероприятий;
- учебная успешность (повышение учебной мотивации, познавательный интерес);
- рост показателей социализации личности, повышение социальной компетентности, адаптивность личности в коллективе;
- улучшение стиля воспитания и обстановки в семье.

Критерии эффективности воспитательной системы оцениваются по уровню сформированности культуры здоровья субъектов образовательного процесса. Оценивание осуществляется на основании данных систематического медико-психолого-педагогического мониторинга по следующим критериям:

***1. Стабилизация, положительная динамика показателей состояния здоровья обучающихся (физического, психологического, социального):***

- *Физическое здоровье:* физическое развитие, физическая работоспособность, острая и хроническая заболеваемость - диагностирует специалист медицинской организации.

- *Психологическое здоровье:* психоэмоциональный статус личности (эмоциональное отношение к жизненным явлениям, тревожность, волевые качества), интеллектуальная работоспособность, уровень самооценки, субъектность (самость, осознание себя как субъекта деятельности), ценностные ориентации, мотивация - диагностирует психолог, данные заносятся в индивидуальный «Дневник личностного развития».

- *Социальное здоровье:* усвоение образовательной программы (успеваемость, качество знаний), склонности (интересы, способности), креативность (нестандартное мышление, уровень интеллекта, лабильность), особенности поведения, уровень мотивации на саморазвитие в деятельности, направленность личности, личностный статус в группе по результатам

социометрии, личностный рост обучающегося, - диагностирует педагог, данные заносятся в «Электронный журнал классного руководителя».

## ***2. Сформированность культуры здоровья, успешность освоения и применения обучающимися правил ведения здорового образа жизни в условиях Крайнего Севера:***

- Показатели уровня компетентности (знания о здоровье, здоровом образе жизни; понимание угроз и рисков для здоровья, преимуществ здорового образа жизни, опыт осознанных усилия по управлению своим здоровьем как ресурсом) - оценивает педагог, психолог, медработник.

- Показатели здоровой жизнедеятельности обучающегося (мотивация на принятие культурной нормы - образца здоровой жизнедеятельности; поведение, адекватное правильной оценке жизненных явлений в молодежной суб- и анти-культуре, продуцирующих поведенческие риски среди подростков и влияющих на отношения взрослых) - оценивает педагог, психолог.

- Показатели развития коллектива, удовлетворенность учащихся, родителей, педагогов (включенность в здоровьесберегающую деятельность).

## ***3. Безопасная внутренняя среда школы и здоровьесберегающий характер оздоровительной практики в условиях Крайнего Севера:***

- Показатели санитарно-гигиенических условий образовательной среды (состояние и содержание внутренних помещений здания и прилегающих территорий в соответствии с требованиями СанПиН).

- Показатели эффективности проведения здоровьесберегающих мероприятий в общеобразовательном учреждении (регулярная гигиеническая оценка расписания уроков в условиях полярной ночи, величины суммарной учебной нагрузки, режима учебного и полного дня с учётом условий проживания на Крайнем Севере; экспертно-профессиональная оценка применяемых педагогических технологий и форм ведения урока; оценки



умственной работоспособности обучающихся с применением гигиенических методик) - оценка проводится ответственным административным работником с участием медработника.

- Показатели эффективности воспитательной работы в области формирования здорового образа жизни (формы организации внеурочной работы с участием обучающихся, педагогов и родителей, организация досуга и отдыха обучающихся в условиях Крайнего Севера, включая летнюю оздоровительную программу; привлечение к воспитательной работе возможностей дополнительного образования)- оценка проводится ответственным педагогическим работником.

Решение проблемы сохранения и укрепления здоровья школьников в нашем общеобразовательном учреждении стало возможным только *при организации постоянного контроля за состоянием их здоровья и развития, регулярным проведением оздоровительных мероприятий.*

**Планирование мероприятий по программе «Формирования культуры  
здорового и безопасного образа жизни подростков и молодёжи в  
условиях Крайнего Севера»  
на 2021- 2022 учебный год.**

**Цель:** воспитание нравственной, физически и духовно здоровой личности, способной к самоопределению в обществе и убежденной в личной ответственности за состояние здоровья в условиях Крайнего Севера.

**Задачи:**

1. Организация учебного процесса по предмету физическая культура в соответствии с задачами ФГОС с целью сохранения и укрепления физического здоровья школьников, поддержки индивидуального развития и формирования правил здорового образа жизни.
2. Создание организационно – мотивационных условий для активного использования современных технологий обучения.
3. Активное внедрение в практику ИКТ.
4. Работа по накоплению и обобщению передового педагогического опыта и повышения компетенции педагогов школы.
5. Совершенствование качества современного урока, его эффективности на основе личносно - ориентированного обучения с разными категориями учащихся.

**Направления работы:**

- создание здоровьесберегающей инфраструктуры;
- организация учебной и внеучебной деятельности;
- организация физкультурно-оздоровительной работы;
- просветительская работа с субъектами образовательного процесса.

№	Мероприятие	Сроки	Ответственные
<i>Организационно - педагогическая работа</i>			
1	Проверить готовность спортивных залов, спортивного инвентаря и оборудования к новому учебному году. Составить акты готовности спортивной базы к началу учебного года.	июнь	Учителя физической культуры, администрация школы
2	Провести испытания спортивного инвентаря	май	Учителя физкультуры, администрация школы, завхоз
3	Составление и утверждение документов: - рабочие программы по предмету «Физическая культура», - рабочие программы внеурочной деятельности и дополнительного образования; - план физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; - расписания работы спортивных секций и кружков	август - сентябрь	Директор, зам. директора по УВР, ВР, учителя физической культуры, руководитель ШСК
4	Подготовка спортивного зала и площадок. Подготовка команд участников. Подбор судейских бригад. Обеспечение наградного фонда.	В течение года	Директор школы, зам. директора по ВР, руководитель ШСК, учителя физической культуры
5	Организация работы спортивных секций в рамках внеурочной деятельности	В течение года	Руководитель ШСК, учителя физической культуры

6	Планирование и организация специальных медицинских групп	сентябрь, в течение года	Учителя физической культуры, медсестра школы, классные руководители
7	Проведение работы по привлечению учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом	сентябрь, в течение года	Учителя физической культуры, классные руководители
8	Организация взаимодействия с ДЮСШ по привлечению детей к занятиям физической культурой и спортом	сентябрь, в течение года	Учителя физической культуры, зам. директора по ВР
9	Организация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению с учреждениями дополнительного образования в рамках ФГОС с 5 по 11 класс	сентябрь	Учителя физической культуры, зам. директора по ВР
10	Оформление стендов, сайта клуба. Оформление текущей документации.	В течение года	Руководитель ШСК, Совет клуба
11	Организация повышения квалификации и просвещения педагогических, медицинских кадров по вопросам здоровьесберегающего сопровождения обучающихся и здорового образа жизни.	в течение года	Администрация школы
<b><i>Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня</i></b>			
1	Участие в общешкольных, классных родительских собраниях,	В течение года	Руководитель ШСК, учителя

	консультации родителей. Привлечение родителей для участия в спортивно-массовых мероприятиях в качестве участников, судей и группы поддержки.		физической культуры
2	Вовлечение детей в спортивные секции и кружки	В течение года	Руководитель ШСК, учителя физической культуры
3	Организация культурно-массовых мероприятий (экскурсии, посещение спортивных соревнований, просмотр художественных фильмов по спортивной тематике).	В течение года	Руководитель ШСК, учителя физической культуры
4	Назначение в классах физоргов ответственных за проведение подвижных игр на больших переменах и организующих команды для участия в соревнованиях	сентябрь, в течение года	Учителя физической культуры, классные руководители 5-11 классов
5	Проведение бесед в классах о режиме, о правилах личной гигиены, представление о правильном (здоровом) питании	в течение года	Классные руководители учителя физической культуры
6	Организация порядка проведения утренней гимнастики перед занятиями, динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности	в течение года	Классные руководители учителя физической культуры, руководитель ШСК
7	Проведение декады по физической культуре и основ безопасности и	декабрь	Зам. директора по ВР, учителя

	жизнедеятельности		физической культуры
8	Планирование и проведение спортивных соревнований школьного первенства по видам спорта: баскетбол, волейбол, легкая атлетика, «Веселые старты», пионербол, мини-футбол	сентябрь - май	Учителя физической культуры, зам. директора по ВР
9	Организация подготовки детей к успешному выполнению норм ВФСК ГТО.	В течение года	Учителя физкультуры
10	Организация туристических походов, походов выходного дня с участием учителей и родителей.	В течение года	Физорги, родители, учителя

***Физкультурно-массовая и спортивная работа во внеурочное время***

1	Открытие спортивной площадки	В течение года	учителя физической культуры, руководитель ШСК
2	Осенний и весенний кросс Традиционный легкоатлетический кросс в память о подвиге выпускника школы Ю. Николаевского, среди учащихся каждого 9-11 класса		
3	Товарищеские встречи по волейболу, баскетболу, футболу, пионерболу «Ловкий мяч»		
4	«Веселые старты» среди начальных классов, 5-6 классов, спортивные эстафеты «Я выбираю спорт»		
5	Военизированные эстафеты среди 7-8 классов, посвящённая победе в ВОВ		
6	Спортивные игры за ЗОЖ и соревнования «В гостях у Снежной королевы» 1-4 классы		
7	Физкультурный праздник «Играй и		

	побеждай!»		
8	Легкоатлетические троеборье		
9	День здоровья на Севере		
10	Президентские состязания		
11	Соревнования внутри классов и спортивной секции		
12	Спортивный праздник, посвященный Дням воинской славы, Соревнования «А ну-ка, парни!» 8-11 классы		
13	Военно-спортивная игра «Один день армейской жизни» 10-11 класс		
14	Спортивный турнир «Папин апрель!» 1-4, 5-6 классы		
15	Детский велопробег		
16	Спортивная игра «Захват флага» 5-7 классы		
<b><i>Районные, муниципальные и региональные физкультурно-массовые и спортивные мероприятия</i></b>			
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Легкоатлетический кросс «Золотая осень»</li> <li>- Соревнования по футболу «Кожаный мяч»</li> <li>- Муниципальные соревнования «Школа безопасности-2021» 9-11 класс</li> <li>- Муниципальные соревнования по выполнению нормативов ВФСК ГТО</li> <li>- «Президентские спортивные игры», «Президентские состязания» (муниципальный этап)</li> <li>- Муниципальные и региональные соревнования по</li> </ul>	В течение года	учителя физической культуры, руководитель ШСК учитель ОБЖ

	<p>баскетболу КЭС БАСКЕТ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Муниципальные соревнования по лыжным гонкам на призы газеты «Пионерская правда»</li> <li>- Малые зимние Олимпийские игры (бег на коньках, хоккей с мячом, биатлон)</li> <li>- Муниципальные соревнования по лыжным гонкам «Лыжня России»</li> <li>- Соревнования по плаванию «Кандалакшская нерпа»</li> <li>- Муниципальные соревнования по волейболу</li> <li>- Муниципальные соревнования по баскетболу</li> </ul>		
<b><i>Агитация и пропаганда здорового образа жизни</i></b>			
1	Конкурсы рисунков, учащихся 5-6 классов на тему «Мы любим спорт»	октябрь, декабрь, март	классные руководители
2	Конкурс презентаций "Здоровый образ жизни" 5-11 классы	в конце каждой четверти	классные руководители 5- 11 классов
3	Организация цикла бесед и лекций на классных часах по темам: «Утренняя гимнастика школьника», «Гигиена школьника», «Отказ от вредных привычек», «Мы выбираем жизнь!» «Правила поведения при пожаре», «ПДД», «Правила поведения на уроке физкультуры», «Правила поведения в классе, столовой, на переменах», «Чистота - залог здоровья», «Вредные привычки, как с ними бороться», «Табакокурение - начало конца жизни».	в течение года	классные руководители 5- 11 классов
4	Реализация программы «Школьное	1 раз в	классные



	<p>здоровое питание»:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Интеллектуальная игра «Кулинарный поединок» среди семей учащихся 5-6 классов.</li> <li>2.Конкурс среди учащихся 5 – 7 классов «Хозяюшка»</li> <li>3.Конкурс газет, плакатов среди учащихся 5 – 7 классов «О вкусной и здоровой пище на Севере».</li> <li>4.Конкурс стенгазет «Полезные продукты питания поморов и саамов»</li> <li>5.Конкурс «Лучшее меню на неделю»</li> <li>6. Конкурс рисунков «Полезные продукты» 5-6 классы</li> <li>7.Конкурс стенгазет «Основы правильного питания на Крайнем Севере»</li> <li>8.Конкурс проектов «Кулинарное путешествие по Кольскому полуострову» 5-8 класс</li> <li>8.Творческий проект «Молоко и его родственники» 5-6 класс</li> <li>9. Конференция совместно с детьми и родителями по теме: «Семейные кулинарные традиции». 5-9 класс.</li> <li>10. Конкурс кулинарной книги «Традиционные блюда поморской и саамской кухни»</li> </ol>	четверть	руководители 5-9 классов
5	Выпуск информационного листка спортивной жизни в классах, школе - «Спортивный калейдоскоп».	1 раз в четверть	Руководитель ШСК
6	Оформление стендов «Олимпийский резерв», «Играем в подвижные игры», «Интересное в мире спорта», «Спортивные	ежемесячно	Руководитель ШСК учителя физической культуры

	рекорды школы», «Уголок психолога», «Знай свои права и обязанности», «Здоровое питание» · Оформление сайта ШСК. Оформление текущей документации		
7	Проведение спортивных вечеров (спортивное воспитательное мероприятие).	1 раз в месяц	Зам. директора по ВР, руководитель ШСК, учителя физической культуры, классные руководители
8	Проектная и исследовательская деятельность в области экологических, биологических и медицинских знаний.	в течение года	Учителя-предметники, учителя физической культуры, классные руководители
<b><i>Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом</i></b>			
1	Лекции для родителей на темы: «Личная гигиена школьника», «Распорядок дня и двигательный режим школьника», «Воспитание правильной осанки у детей» , « Двигательная активность - залог здоровья»	в течение года	Медицинская сестра, классные руководители
2	Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье, закаливания и укрепления их здоровья в условиях Крайнего Севера	в течение года	Учителя физической культуры, медицинская сестра, классные руководители
3	Совместные спортивные праздники, «Дни здоровья»,	в течение года	Зам.директора по ВР, учителя

	походы, экскурсии на природу, фестивали и конкурсы ЗОЖ.		физической культуры.
4	<p>Анкетирование учителей физкультуры, классных руководителей</p> <p><b>Цель:</b> выявление профессиональных запросов, затруднений в преподавании предмета, организации просветительской работы по ЗОЖ</p>	в течение года	Зам.директора по ВР, УВР, учителя физической культуры.
5	<p>Подготовка и проведение МО «Классных руководителей» по теме:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Формирование здорового образа жизни в условиях Крайнего Севера»,</li> <li>- «Об активизации работы по профилактике безнадзорности, беспризорности и правонарушений несовершеннолетних, защите их прав, обеспечению безопасности и сохранению жизни и здоровья»,</li> <li>- «Использование современных физкультурных технологий для организации оперативного контроля над качеством учебно-оздоровительного процесса в школе».</li> </ul>	ноябрь, январь, март	Зам.директора по ВР, УВР, учителя физической культуры, классные руководители
6	<p>Посещение уроков физической культуры, ОБЖ, занятий по внеурочной деятельности; проверка школьной документации.</p> <p>Индивидуальные консультации учителям.</p> <p><b>Цель:</b> оказание методической помощи</p>	в течение года	Зам.директора по ВР, УВР

7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проведение открытых уроков по учебным предметам «Физическая культура», «ОБЖ».</li> <li>- Проведение открытых занятий по внеурочной деятельности (спортивно-оздоровительное направление).</li> <li>- Проведение открытых внеклассных мероприятий по внеурочной деятельности (спортивно-оздоровительное направление).</li> </ul>	октябрь-май	Зам. директора по ВР, УВР, учителя физической культуры, классные руководители
8	Изучение нормативной документации, регламентирующей деятельность ШСК «Олимпийский резерв»	В течение года	Руководитель ШСК
9	Встреча с интересными людьми, знаменитыми спортсменами города, Мурманской области.	В течение года	Зам. директора по ВР, учителя физической культуры, Руководитель ШСК
<b><i>Врачебный, административный и медико-санитарный контроль</i></b>			
1	Анализ хода выполнения поставленных задач и проведения спортивно-массовых мероприятий	В течение года	Зам. директора по ВР, руководитель ШСК
2	Корректировка работы ШСК	В течение года	Руководитель ШСК
3	Проведение медицинского осмотра учащихся и распределение по медицинским группам	сентябрь	медицинская сестра, администрация школы
4	Контроль состояния здоровья учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья (спец. мед. группа)	ежемесячно	учителя физической культуры, медицинская

			сестра
5	Контроль за работой спортивных секций и кружков	В течение года	Зам. дир. по ВР Руководитель ШСК
6	Проведение итогового медицинского осмотра учащихся	апрель-май	медицинская сестра, администрация школы
7	Анализ заболеваемости учащихся в течение учебного года, групп здоровья	в течение года	медицинская сестра, администрация школы
8	Организация административного контроля над соблюдением требований СанПиН	в течение года	администрация школы
9	Мониторинг здорового образа жизни 5-11 класс.	1 раз в полугодие	администрация школы
10	Организация контроля за физической подготовкой и физическим развитием школьников в течение учебного года	в течение года	Руководитель ШСК, учителя физкультуры

**Календарный план спортивно-массовых мероприятий на 2021 – 2022  
учебный год**

<b>№</b>	<b>Мероприятие</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственные</b>
1	1. Традиционный легкоатлетический кросс в память о подвиге выпускника школы Ю. Николаевского, среди учащихся каждого 9-11 класса отдельно. 2. День Здоровья (спортивные игры 5-6 классы, игра «Перестрелка» 7-8 классы)	сентябрь	Зам. директора по ВР, учителя физической культуры, классные руководители, руководитель ШСК

	<p>3. «Весёлые старты» 7 классы</p> <p>4.Товарищеская встреча по баскетболу среди 9 классов.</p> <p>5.Открытие школьной спортивной площадки, 8 класс</p>		"Олимпийский резерв
2	<p>1. Школьный этап легкоатлетического кросса для 5-11 классов «Золотая осень».</p> <p>2. Спортивное мероприятие «Веселые старты» 5-6 классы.</p> <p>3.Мини-футбол – 7-8 классы</p> <p>4. Подготовка команды и участие в соревнованиях (в течение года) Военизированной эстафета среди 5-6 классов, посвящённая победе в ВОВ</p>	октябрь	учителя физической культуры, классные руководители, руководитель ШСК "Олимпийский резерв
3	<p>1.Проведение школьного этапа ВОШ по предмету «Физическая культура».</p> <p>2. Спортивные соревнования “ 9-11 класс</p> <p>3. Тематическая дискотека «Мы за здоровый образ жизни!» 5-11 класс</p> <p>4.Физкультурный праздник «Играй и побеждай!» 5-6 класс</p> <p>5.Товарищеская встреча по волейболу 8 класс</p> <p>7.Товарищеская встреча по настольному теннису - 7класс</p> <p>8.«Ударом мяча по вредным привычкам» - спортивные игры 7 класс</p>	ноябрь	учителя физической культуры, классные руководители, руководитель ШСК "Олимпийский резерв
4	<p>1.Акция «Я выбираю спорт», спортивные эстафеты, 5-6 классы</p> <p>2. Участие в областной акции “Спорт-альтернатива пагубным привычкам” 5-11 класс</p>	декабрь	учителя физической культуры, классные руководители

	<p>3.Внутришкольные соревнования по пионерболу «Ловкий мяч»7-8 класс</p> <p>4.Веселые старты «Самый ловкий, быстрый, умелый!»5-6 классы</p> <p>5.Спортивная викторина «В здоровом теле-здоровый дух», 1-4 классы</p>		<p>руководитель ШСК</p> <p>"Олимпийский резерв</p>
5	<p>1.Спортивные соревнования «В гостях у Снежной королевы» (1-4 классы)</p> <p>2.Спортивный праздник, посвященный Дням воинской славы 9-11 классы</p> <p>3. Спортландия «Здоровому все здорово!» 8-7 классы</p> <p>4. День лыжника. 5-6 классы соревнования.</p>	январь	<p>учителя физической культуры, классные руководители, руководитель ШСК</p> <p>"Олимпийский резерв</p>
6	<p>1.Военно-спортивная игра «Один день армейской жизни» 10-11 класс</p> <p>2.Соревнования «Веселые старты» 5-7 класс</p> <p>3.Соревнования «А ну-ка, парни!» 8-9 класс,</p> <p>4.День здоровья, спорта и туризма. День баскетболиста «Стремительный мяч» 7-8 класс</p>	февраль	<p>учителя физической культуры, классные руководители, руководитель ШСК</p> <p>"Олимпийский резерв</p>
7	<p>1.Спортивно-игровая программа «Вперёд к рекордам!» 7-8 класс</p> <p>2. День прыгуна. Соревнования «Золотая скакалка» 5-11 классы</p>	март	<p>учителя физической культуры, классные руководители, руководитель ШСК</p> <p>"Олимпийский резерв</p>
8	1.Спортивно – игровая программа	апрель	учителя

	<p>с папами «Великая честь – Родине служить» (1-4 классы)</p> <p>2. Соревнования «Мы выбираем ГТО!» семейные соревнования 7-8 классы</p> <p>3. Спортивный турнир «Папин апрель!» 5-6 класс.</p> <p>4. Участие в программе ВФСК ГТО 5-11 классы</p>		<p>физической культуры, классные руководители, руководитель ШСК</p> <p>"Олимпийский резерв"</p>
9	<p>1. Военизированная эстафета 8 класс</p> <p>2. Детский велопробег «Пусть всегда будет солнце» 5-8 классы с родителями</p> <p>3. Спортивная игра среди 5-7 классов «Захват флага»</p> <p>4. "День Здоровья"- эстафеты, подвижные игры, туристический поход на природу, 5-9 классы</p> <p>5. Соревнования «Рекорды Победы» 9-11 классы</p>	май	<p>учителя физической культуры, классные руководители, руководитель ШСК</p> <p>"Олимпийский резерв"</p>



**Мониторинг достижений обучающихся в конкурсах, интеллектуальных и правовых играх, турнирах, олимпиадах разных уровней в 5-11 классах в 2020-2021 году**

№	Название конкурса	Количество участников	Результат
1	Открытая муниципальная патриотическая онлайн-акция видеороликов «Подвиг воинов бессмертен», посвящённая годовщине Великой Победы	3,4,2 класс – 12 учеников	Участие
2	Муниципальная онлайн-викторина «Колокола нашей памяти», посвященной 75-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне	8-11 класс – 20 учеников	Участие
3	Муниципальная онлайн-выставка рисунков «Помним ваш подвиг»	1,3 класс – 18 учеников	Участие
4	Муниципальная онлайн-акция «75 свечей Памяти»	5,6,8,10 класс – 18 учеников	Участие
5	Областная междисциплинарная олимпиада инженерно-технической направленности "Билет в МАГУ"	10б класс – 11 учеников	Победитель- 3 Призёр 2 место- 1 Призёр 3 место - 3
6	Областная дистанционная военно-историческая игра «Защитник Отечества», приуроченная к 75-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.	10 классы – 8 учеников	Участие
7	Всероссийская акция «Письмо Победы».	6-11 классы - 14 учеников	Участие
8	Межрегиональный конкурс сочинений «Все люди вспоминать должны про	6 класс - 1 ученик	Призёр 2 место- 1

	подвиг городов - героев» (Д. Ахременко), посвящённый 75-летию Победы в Великой Отечественной войне и 35-летию присвоения почетного звания «Город-герой» городу Мурманску.		
9	Муниципальный Фестиваль творческих и исследовательских проектов «Фестиваль новых идей»	9 класс - 3ученика	Победители - 3
10	Муниципальный Фестиваль учебных проектов «Фейерверк проектов	8 класс – 2 ученика	Победители - 2
11	Муниципальный этап межрегионального конкурса сочинений «Все люди вспоминать должны про подвиг городов - героев» (Д. Ахременко), посвящённого 75-летию Победы в Великой Отечественной войне.	6 класс – 1 ученик	Победители - 1
12	Муниципальный этап Всероссийского конкурса чтецов «ЖИВАЯ КЛАССИКА».	6,9 класс – 2 ученика	Победители - 2
13	Региональный этап Всероссийского конкурса чтецов «ЖИВАЯ КЛАССИКА».	9 класс - 1ученик	Участие
14	Муниципальный фестиваль конкурса творческих работ «Силу подвига святого не забудем никогда», посвящённого памяти россиянам, исполнившим священный долг за пределами Отечества.	6 класс - 1ученик	Призёр 2 место- 1
15	Муниципальная информационно-познавательная игра «Непокоренный Север», посвящённая 75-летию Победы в Великой Отечественной войне.	6 класс - 5 учеников	Участие
16	Муниципальные соревнования по робототехнике "Игрушки будущего".	5 класс - 4 ученика	Победители - 4
17	Межрегиональная онлайн-викторина	8 класс - 5	Участие

		учеников	
18	III межмуниципальный турнир по интеллектуальным играм «Что, где, когда?» среди обучающихся школ Кандалакшского района	8-10 класс - 19 учеников	Участие
19	Городская Онлайн-викторина команд СДИ (РДШ)	9 класс - 6 учеников	Участие
20	Муниципальный конкурс «Стипендия одаренных детей и талантливой молодежи, обучающихся в муниципальных образовательных организациях муниципального образования Кандалакшский»	11 класс - 2 ученика	Победители - 2
21	Фестиваль научно-технического творчества «Записки технаря» интернет-конкурс творческих проектов Lego «Предприятия Кандалакшского района»	6 класс - 1 ученик	Призёр - 1
22	Межрегиональный образовательный проект LAWQUEST.	11 класс - 3 ученика	Победители - 3
23	Муниципальный фестиваль лего-макетов «Мой безопасный маршрут в школу»	6 класс - 3 ученика	Участие
24	Муниципальная дистанционная интеллектуальная игра «Что? Где? Когда?»	8-9 класс - 12 учеников	Победители - 6 Призёр - 6
25	Региональное профориентационное мероприятие конкурсной направленности обучающихся 9-11 классов и СПО «Общество без барьеров»	9 класс - 5 учеников	Участие
26	Региональный этап Всероссийской акции «Физическая культура и спорт - альтернатива пагубным привычкам»	5,8 класс – 4 ученика	Участие
27	Региональный этап Всероссийского конкурса социальной рекламы в области формирования культуры здорового и безопасного образа жизни «Стиль жизни	8,11 класс - 7 учеников	Участие

	– здоровье! 2020»		
28	Областной интеллектуально – творческий заочный конкурс «Интеллектуальный марафон» среди подростков и молодёжи с ОВЗ.	9,10 класс - 2 ученика	Участие
29	Областной конкурс творчества для детей и подростков с ОВЗ «Кораблик надежды»	10 класс - 1 ученик	Призёр - 1
30	Всероссийской олимпиады школьников «13-й элемент. ALхимия будущего» по предметам математика, физика, информатика, химия. Финальный тур.	7,8,9,10,11 класс – 8 учеников	Участие
31	Всероссийской олимпиады школьников «13-й элемент. ALхимия будущего» по предметам математика и физика. Отборочный тур.	5-11 класс – 27 учеников	Призёры – 5 Участие - 22
32	Региональный открытый семейный онлайн-фестиваль по конструированию и роботехнике.	5 класс – 1 ученика	Участие
33	Межрегиональный конкурс детского рисунка «Железные дороги. Путешествия и драйв» Школьный этап Межрегиональный этап	5-11 класс – 14 учеников	Школьный этап Победители - 10 Призёр - 4 Межрегиональный этап Призёр - 1

## Мониторинг участия обучающихся 1-11 классов

### в спортивных соревнованиях различного уровня в 2020-2021 году

№ п/п	Название соревнований	Количество участников	Результат
1	Муниципальные соревнования по плаванию " Кандалакшская нерпа".	2-3,5-8 классы. - 10 учеников.	Победитель- 1 Призёр – 1
2	Первенство среди учащихся образовательных организаций муниципального образования Кандалакшский район по лыжным гонкам «Лыжня зовёт!».	2-3,5-7 классы – 27 учеников	<b>Личное первенство:</b> Победитель 1 Призёр – 1 Команда призёры – 27
3	Муниципальные соревнования по лыжным гонкам для детей с ОВЗ и инвалидов, посвящённые памяти Варламовой Нины Константиновны	4 – 8 классы – 7 учеников	Победитель – 1 Призёр – 2
4	Муниципальный этап Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания»	8 класс - 16 учеников	Призёры – 16 <b>Личное первенство:</b> Победитель 2 Призёр – 1
5	Районная военно-тактическая игра «Герои»	8, 10 класс – 9 учеников	Призёры – 9
6	Муниципальный, в рамках Всероссийской акции массовый легкоатлетический забег «Беги за мной»	6-11 класс - 13 учеников	Призёры – 3
7	Муниципальная легкоатлетическая эстафета, посвященная победе в Великой Отечественной войне.	8-11 классов – 10 учеников	Призёры – 5 Участие – 5

8	Муниципальное первенство города среди образовательных организаций города Кандалакша и Кандалакшский район по плаванию	6-9 класс – 5 учеников	Победитель – 3 Призёр – 2
9	Муниципальный этап Всероссийских соревнований по лыжным гонкам среди учащихся общеобразовательных учреждений на призы газеты «Пионерская правда»	6-7 класс – 3 ученика	Призёр – 1
10	Муниципальный этап Всероссийского фестиваля детского дворового футбола бхб, среди команд мальчиков 2005-2006 г.р.	6-7 класс - 7 учеников	Участие – 7
12	Семейный хоккейный фестиваль «Люблю маму, папу и хоккей», в рамках программы «Добрый лед» благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко, при поддержке федерации хоккея России	3 класс – 8 учеников	Победители – 4 Призёры – 4
13	Муниципальный традиционный легкоатлетический пробег «Нива – 2 - Кандалакша	8,10,11 класс– 3 ученика	Победитель – 1 Призёр – 2
14	Региональный этап Всероссийских соревнований по лыжным гонкам среди учащихся общеобразовательных учреждений на призы газеты «Пионерская правда»	6 класс – 2 ученика.	Участие
15	Региональный этап XV	2, 3, 8, 9 классов –	Победители – 1

	Всероссийской акции «Спорт – альтернатива пагубным привычкам»	10 учеников	Призёры – 3 Участие – 3
16	Муниципальные соревнования по баскетболу среди команд образовательных организаций	7,8 класс -6 учеников	Призёр -6
17	Школьный традиционный легкоатлетический кросс, памяти Ю. В. Николаевского	9-11 классов- 150 учеников	Победители – 6 Призёры – 14
18	Школьная военизированная эстафета – 5-6 класс в рамках декады «Память», посвящённой освобождению Заполярья от немецко-фашистских захватчиков.	5-6 класс - 40 учеников	Победители – 10 Призёры – 30
19	Школьная акция «Я выбираю спорт», спортивные эстафеты (5-6 классы)	5-6 классы – 40 учеников	Победители – 10 Призёры – 20 Участие – 10
20	Школьные соревнования по пионерболу «Ловкий мяч» (7-8 классы)	7-8 классы - 24 ученика	Победители – 8 Призёры – 16
21	Школьные спортивные соревнования «Вас вызывает Спортландия!» 9-11 класс	9-11 классы – 32 ученика	Победители – 8 Призёры – 16 Участие – 8
22	Областные соревнования по многоборью Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	5-10 класс – 8 учеников	Победители – 8
23	Областные соревнования Зимнего фестиваля ВФСК "Готов к труду и обороне"	8-10 класс – 8 учеников	Участие
24	Областной фестиваль баскетбола «Оранжевый мяч»	8-10 класс – 8 учеников	Участие

25	Областные соревнования Летнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО)	5-10 класс – 8 учеников	5 место в Мурманской области
----	--	----------------------------	------------------------------------



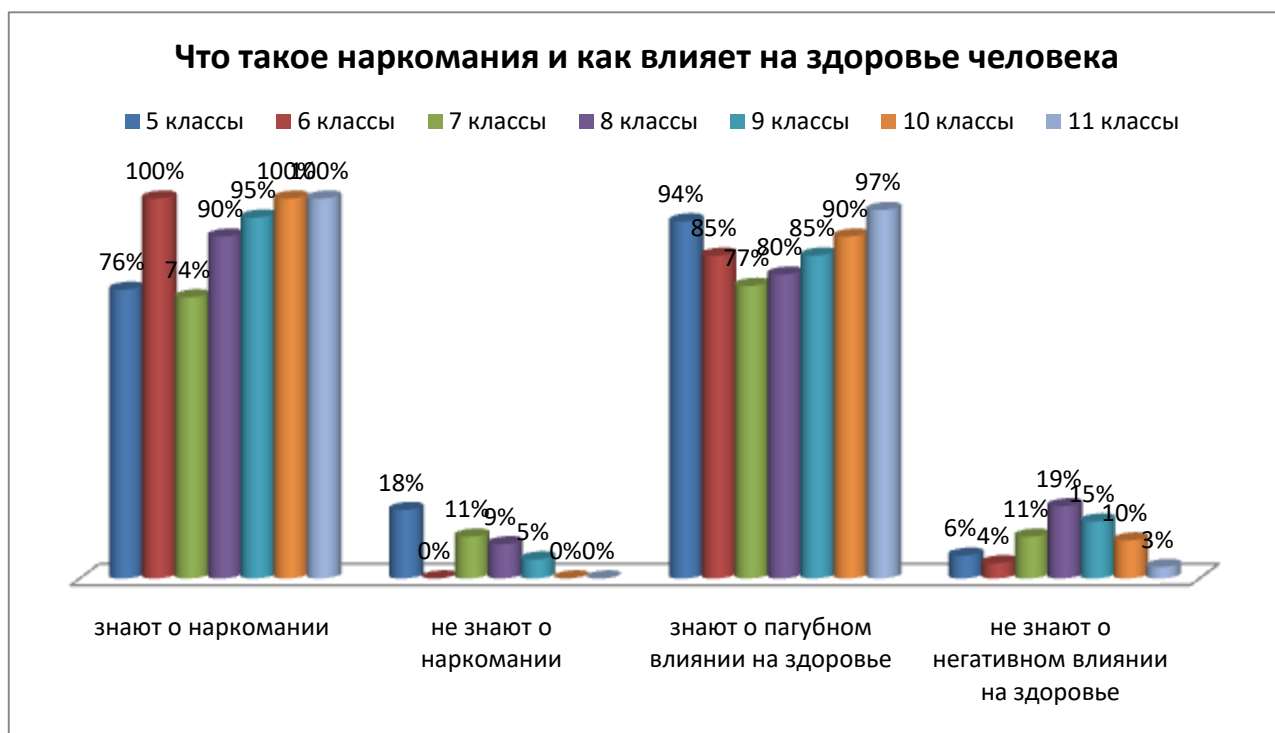
***Средний уровень социализации в классных коллективах составляет от 52% до 87%: 11а – 86% учащихся; 11б – 72% учащихся; 10а – 53% учащихся; 10б – 78% учащихся; 9б – 72% учащихся, 9а - 74% учащихся.***

Данные диагностики указывают на то, что у обучающихся сформирована повышенная социальная активность, готовность принять личное практическое участие в улучшении социальной ситуации в местном сообществе. А также наблюдаются положительные изменения в сознании детей и подростков, повышение уровня общей культуры воспитанников и наличие у членов проектных групп сформированных навыков коллективной работы по подготовке и реализации собственными силами реального социально полезного дела.

***Мониторинг сформированности культуры здоровья и безопасного образа жизни*** обучающихся 5-11 классов показал, что 90% подростков относятся положительно к ЗОЖ, 66% подростков следят за здоровым питанием, 35% - занимаются физической культурой и спортом (секции, внеурочная деятельность). В анкете 71% учащихся утвердили, что они отрицательно относятся к алкоголю и курению (включая пассивное курение), 15% несовершеннолетних не придерживаются ЗОЖ (занятия спортом, физической культурой) и 11% не имеют чёткой жизненной позиции по отношению к ЗОЖ.



В рамках профилактической «Декады SOS» проводилась диагностика обучающихся 5-8 классов. Анализ анкет «Наркомания и подросток» среди учащихся 5-11 классов показал, что надо продолжить работу в школе в 2021/2022 учебном году по профилактике наркомании и пропаганде ЗОЖ.

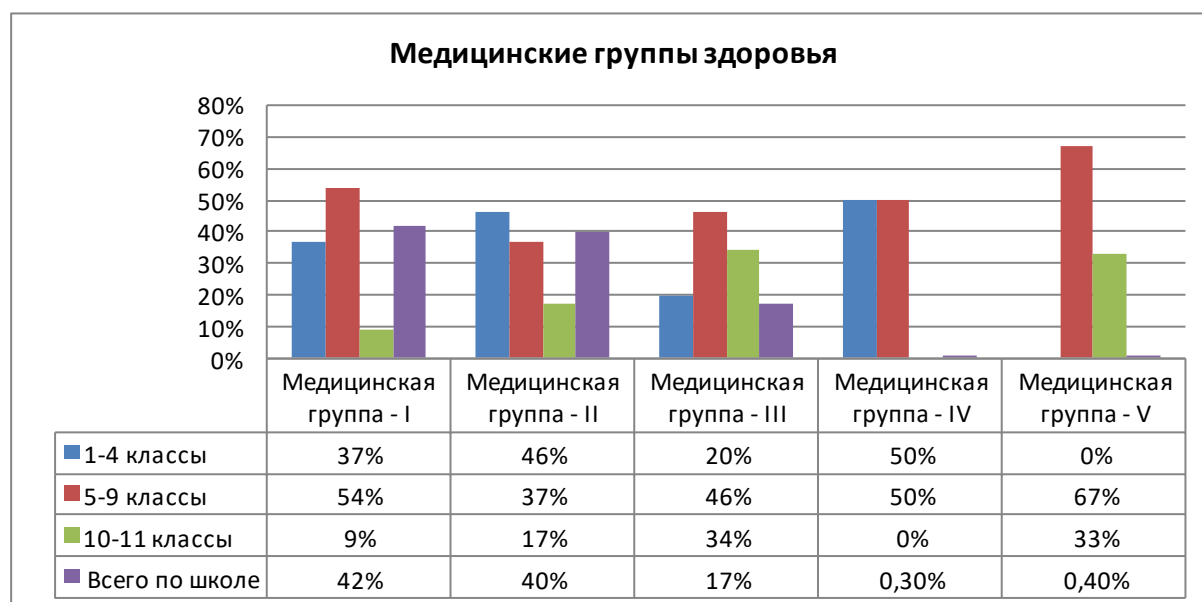


Учащиеся в основном понимают, что такое наркомания, (от 74 до 100%). До 74 % знают о пагубном воздействии её на здоровье человека. Вызывает

негативное отношение к употреблению наркотиков у обучающихся от 97%. Но информация о данных веществах (от 64 до 70%) подросткам не интересна. Информацию о наркотиках несовершеннолетние хотели бы получить в основном от родителей (до 33%).

## Приложение №4

### Динамика состояния здоровья учащихся (медицинские и физкультурные группы здоровья) и показатели заболеваемости обучающихся за 2022 год.



## Физкультурные группы здоровья.



## Показатели заболеваемости обучающихся 2021-2022 учебного года

№ п/п	Заболевания	1-4 классы	5-9 классы	10-11 классы	Всего по школе
1,	Заболевания органов дыхания	3	10	4	17
2,	Заболевания органов желудочно-кишечного тракта	8	8	4	20
3,	Нарушение опорно-двигательного аппарата	12	12	18	42
4,	Заболевания органов зрения	25	60	37	122
5,	Заболевания нервной системы	2	5	5	12
6,	Заболевания сердечнососудистой системы	5	6	13	26
7,	Заболевания почек	7	6	9	35
8	Нарушения жирового обмена	0	1	1	2

### **Мониторинг состояния здоровья учащихся проводится через**

- глубокие медицинские осмотры специалистами центральной районной больницы (один раз в год);
- осмотры медицинским работником школы (по графику);
- учет обратившихся за помощью к медработнику в течение дня, недели, месяца, года;
- диагностику педагога-психолога;
- медицинскую карту учащегося;
- педагогические советы;
- электронный журнал посещаемости занятий учащимися.

**Мониторинг медицинских и физкультурных групп здоровья показал, что в 2022 году к I медицинской группе здоровья относятся 42% учащихся школы, на 2% больше, чем в 2021) ко II медицинской группе здоровья – 40%, к III медицинской группе здоровья –17%( на 3% меньше, чем в 2021), Дети с ОВЗ медицинская группа IV составляют 0,3% (2 ученика), медицинская группа V – 0,4% (3 ученика).**

К основной физкультурной группе здоровья относятся 78% обучающихся, ( на 1% меньше, чем в 2021); 19% обучающихся относятся к подготовительной физкультурной группе,(на 2% больше, чем в 2021); 2% обучающихся относятся к специальной физкультурной группе ( на 0,1% меньше, чем в 2021)

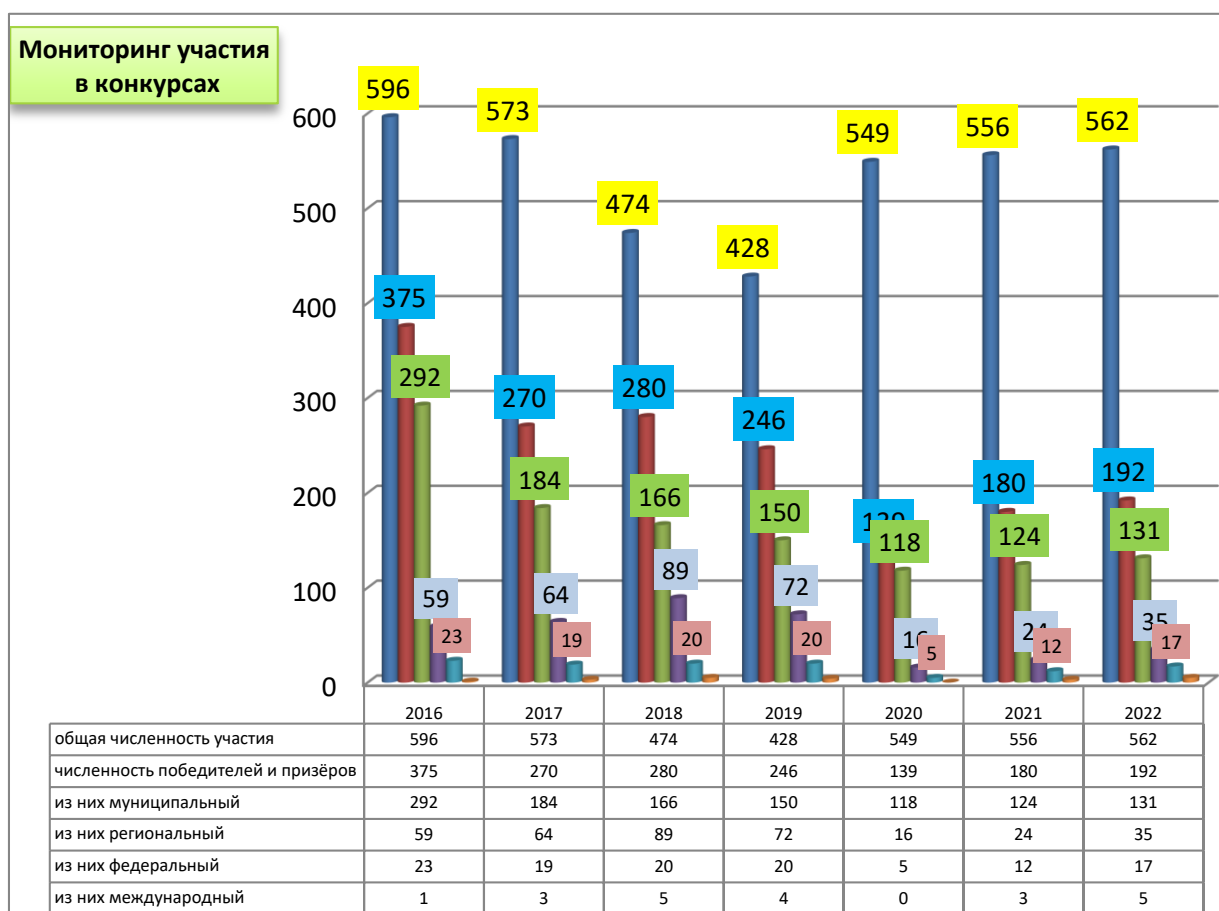
Анализ показателей заболеваемости учащихся в 2022 году показал снижение по заболеваниям органов ЖКТ до 2%, заболевания органов зрения до 26,4%, сердечно-сосудистых заболеваний до 20,1%. Увеличилось количество показателей заболеваний нервной системы до 3,4% и опорно-двигательного аппарата до 12%. В 2022 году появились дети до 2% с заболеваниями органов дыхания, заболеваниями почек до 5,3%, ДЖВП и печени до 2,4%.

**Выводы:** в сравнении с 2021 годом количество учащихся 1 и 2 медицинской группы здоровья увеличилось на 2%, снизилось в 3,4,5 медицинских группах здоровья на 3%, что говорит о достаточно здоровом школьном контингенте обучающихся. Соответственно количество обучающихся занимающихся физической культурой и спортом увеличилось на 3%. Работа школы и педагогического коллектива должна быть направлена на укрепление и поддержание здоровья обучающихся. Особенно необходимо обратить внимание на укрепление опорно-двигательного аппарата и нервной системы. А также запланировать здоровьесберегающие мероприятия органов дыхания, заболеваниями почек (соблюдение температурного режима в школе, профилактика пагубных привычек), ДЖВП и печени – мероприятия направленные на организацию здорового питания и профилактики инфекционных заболеваний.

**Важнейшим условием деятельности педагогического коллектива школы должно быть обязательное применение здоровьесберегающих технологий обучения:**

- учет периодов работоспособности детей на уроках (период вхождения в работу, период высокой продуктивности, период снижения продуктивности с признаками утомления);
- учет возрастных и физиологических особенностей ребенка на занятиях (количества видов деятельности на уроках, их продуктивность);
- создание благоприятного морально-психологического климата на уроке и во внеклассной деятельности;
- наличие эмоциональных разрядок на уроках;
- использование оздоровительных методик, регулирующих двигательную активность учащихся в условиях Крайнего Севера;
- чередование позы с учетом видов деятельности;
- использование физкультурных пауз на уроках.

В школе по данному направлению проводились беседы и классные часы, направленные на пропаганду ЗОЖ и профилактику простудных, респираторных заболеваний в условиях Крайнего Севера. Обучающимся и педагогическому коллективу сделаны прививки от ГРИППа. Соблюдается в течение учебного дня режим проветривания и температурный режим в кабинетах. Работают в автоматическом режиме рециркуляторы воздуха на всех этажах школы. В медицинском кабинете у фельдшера установлен облучатель рециркулятор медицинский, бактерицидный.





**Фотоматериалы участия и высоких результатов по спортивно-оздоровительному направлению**



**Обучение отряда ЮИД школы №2 учащихся 7а класса по дополнительной образовательной программе «Лаборатория безопасности» ГАУ ДО МО «Лапландия».**



**Призёры муниципального этапа Всероссийского конкурса  
«Лучшая школьная столовая»**



**Районные соревнования по фигурному вождению велосипеда  
«Безопасное колесо».**



## Турнир по «Стритболу»



## Региональный этап Кубка Арктики по спортивному Лазертагу



## Турнир по мини-футболу «Кожаный мяч-2021»



## Всероссийская акция «Всей семьей»

