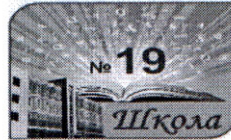


Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 19 (МАОУ СОШ № 19)

ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
протокол № 1
от 28 августа 2020 г.



ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ

«Школа – территория здоровья»

на 2020 - 2024 годы

г. Екатеринбург, 2020

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Согласно статьям 28, 41, 42 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» четко обозначена ответственность образовательного учреждения за жизнь и здоровье детей, создание условий для охраны и укрепления физического и психического здоровья обучающихся.

На протяжении многих лет приоритетным направлением работы педагогического коллектива является создание здоровьесберегающей системы организации образовательной деятельности МАОУ СОШ 19, ориентированной на сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья участников образовательных отношений; формирование мотивационной потребности в здоровом и безопасном образе жизни.

Новая парадигма здоровья четко и конструктивно определена академиком Н.М. Амосовым: «Чтобы стать здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные. Заменить их ничем нельзя».

В соответствии с требованиями ФГОС к личностным результатам освоения всех предметных областей ООО, среди многих, включают в себя усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах, а также формирование ценности здорового и безопасного образа жизни, разработана с учетом комплекса факторов, определяющих состояние здоровья подростков, включая:

- неблагоприятные социально - экономические, экологические, демографические условия Уральского региона;
- факторы риска, связанные с возможной перегрузкой обучающихся в МАОУ СОШ №19, что приводит к ослаблению здоровья школьников;
- отсутствие в нашей стране культуры здоровья, отсутствие традиций воспроизводства безопасного образа жизни;
- отсутствие сформированности у некоторых обучающихся понимания сущности здорового и безопасного образа жизни, позитивного отношения к здоровью, здоровому образу жизни.

В результате названных факторов каждый пятый обучающийся имеет хронические заболевания, у 10 % отмечаются функциональные отклонения в состоянии здоровья.

Данная программа рассчитана на учащихся 1-11 классов. В настоящей Программе понятие «здоровье» определяется не только как отсутствие болезней и физических дефектов, а как состояние физического, душевного и социального благополучия человека.

Оглавление

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	2
I. Цель и задачи Программы	4
II. Механизм и этапы реализации Программы (2020-2024 гг.)	5
III. Содержание деятельности по формированию культуры здорового образа жизни	
1. Календарный план профилактических мероприятий по формированию здорового образа жизни	8
2. Школьное питание – новые формы работы	11
3. Медицинское обслуживание	11
4. Здоровьесберегающая среда и здоровьесберегающие технологии в методической	12
5. Развитие физической культуры обучающихся	14
6. Работа педагогов-психологов по проблеме здоровьесбережения	16
IV. Ожидаемые результаты реализации Программы	19

I. Цель и задачи Программы

Цель: сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов, формирование у обучающихся навыков организации здорового образа жизни посредством развития здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в МАОУ СОШ №19.

Задачи:

- разработать методическое обеспечение функционирования системы воспитания по формированию основ здорового образа жизни у обучающихся, координировать деятельность образовательной организации, семьи, общественности в формировании здорового образа жизни;
- реализовать систему программных мероприятий здоровьесберегающей направленности, оценить степень их эффективности;
- соблюдать гигиенические нормы организации учебного процесса, нормирование учебной нагрузки в соответствии с требованиями санитарных правил и норм, осуществлять профилактику утомления обучающихся;
- продолжить внедрение эффективной системы физического воспитания, ориентированной на особенности развития детей и подростков, повысить интерес обучающихся к занятиям физической культурой и спортом;
- осуществлять систематический врачебно-педагогический контроль за состоянием здоровья и физическим здоровьем обучающихся, использовать комплекс оздоровительных и медицинских мероприятий по формированию нравственных убеждений и понятий здорового образа жизни;
- формировать доброжелательные и справедливые отношения в коллективе, гуманный подход к каждому ученику;
- предупреждать влияние негативных явлений на личность и оказывать психологическую помощь;
- создать благоприятные условия для формирования здорового образа жизни, профилактики преступности, наркомании, алкоголизма и иных антиобщественных проявлений среди обучающихся;
- обобщить педагогический опыт работы по формированию здорового образа жизни у обучающихся.

II. Механизм и этапы реализации Программы (2020-2024 гг.)

Этап	Наименование мероприятий	Сроки реализации	Исполнитель
1. Анализ и создание условий, необходимых для сохранения и укрепления здоровья обучающихся			
1.1.	Осуществление контроля за соблюдением норм СанПиНа	Ежедневно	Администрация ОО, диспетчер по питанию, медицинские работники
1.2.	Составление рационального расписания уроков и внеурочной деятельности обучающихся, не допускающего перегрузок	Ежегодно	Зам. директора по УВР, диспетчер по расписанию
1.3	Обеспечение качественного и рационального питания обучающихся в столовой	Ежедневно	Администрация ОО, диспетчер по питанию, медицинские Работники, заведующая столовой
1.4.	Обеспечение и организация профилактических прививок (в соответствии с календарем профилактических прививок и сезонных), ежегодных профилактических осмотров обучающихся	Постоянно	Медицинские работники ООО «Первая детская поликлиника»
1.5.	Организация и проведение неспецифических профилактических мероприятий в период подъема заболеваемости ОРВИ и гриппа	Постоянно	Администрация ОО, классные руководители, учителя-предметники, медицинские работники
1.6.	Информационное и эстетическое оформление интерьера класса, столовой, коридоров (информационные стенды, уголки здоровья, обустройство столовой, смотр кабинетов)	Постоянно	Администрация ОО, классные руководители, социальный педагог
1.7.	Разработка и издание методических рекомендаций по применению здоровьесберегающих технологий на различных уроках и при проведении внеклассных мероприятий	В течение учебного года	Классные руководители, ШМО учителей предметников

2. Организация и проведение диагностических мероприятий			
2.1.	Организация и осуществление комплексного мониторинга состояния здоровья обучающихся, проведение СПТ	Ежегодно	Администрация ОО, специалист по охране труда, медицинские работники, Педагог-психологи
2.2.	Создание базы данных о состоянии здоровья обучающихся и педагогических работников на основе комплексной оценки	Ежегодно	Администрация ОО, специалист по охране труда, медицинские работники, Педагог-психологи
2.3.	Анализ занятости обучающихся физкультурой и спортом, сдача норм ГТО	Ежегодно	Классные руководители, учителя физической культуры
3. Организация профилактических, оздоровительных и коррекционных мероприятий с обучающимися			
3.1.	Проведение классных часов, бесед, встреч, «круглых столов» по вопросам ЗОЖ, о правильном питании, участие в ЕДП	Ежегодно	Классные руководители, учителя-предметники, медицинские работники, педагог-психолог, социальный педагог
3.2.	Проведение уроков физической культуры в соответствии с учебной программой	Постоянно	Учителя физической культуры
3.3.	Осуществление дифференцированного подхода на учебных занятиях к обучающимся, имеющим слабое физическое развитие и ограничения по состоянию здоровья	Постоянно	Учителя физической культуры
3.4.	Проведение месячника «Здоровый образ жизни»	Ежегодно <i>По отдельному плану в соответствии с Рабочей программой воспитания</i>	Зам. директора по ВР, педагог-психолог, социальный педагог учителя физической культуры, классные руководители
3.5.	Проведение динамических пауз на уроках и переменах (гимнастика, подвижные игры)	В течение учебного года	Классные руководители, учителя физкультуры, Совет обучающихся МАОУ СОШ №19
4. Формирование системы знаний о здоровьесбережении			
4.1.	Внедрение разнообразных и новых форм урочной и внеурочной деятельности	В течение года	Администрация ОО

4.2.	Организация и проведение олимпиад, спортивных праздников и состязаний для обучающихся с участием педагогов и родителей (законных представителей)	Ежегодно По отдельному плану	Заместитель директора по ВР, учителя физической культуры, классные руководители
5. Работа с родителями (законными представителями) обучающихся			
5.1.	Проведение всеобуча и лекториев о ЗОЖ, профилактике вредных привычек с приглашением сотрудников лечебных и профилактических учреждений, правоохранительных органов, взаимодействие с субъектами профилактики	Ежегодно по отдельному плану	Зам. директора по ВР, ПВ, родительский комитет, классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог
5.2.	Организация участия родителей (законных представителей) в соревнованиях «Папа, мама, я – спортивная семья», спортивных праздниках, туристических походах и прогулках и др.	Ежегодно	Родительский комитет, классные руководители, учителя физической культуры
5.3.	Проведение родительских собраний с рассмотрением вопросов о ЗОЖ, гигиене, правильном питании, возрастных особенностях, психическом и физическом развитии обучающихся	Ежегодно	Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог, администрация ОО с приглашением субъектов профилактики

III. Содержание деятельности по формированию культуры здорового образа жизни

1. Календарный план профилактических мероприятий по формированию здорового образа жизни.

В рамках тематических декад, месячников, единых ней профилактики проводятся мероприятия, связанные со здоровым образом жизни (спортивные соревнования, конкурсы плакатов и рисунков, классные часы, беседы, кинолектории и др.).

Сентябрь - профилактика алкоголизма «Будущее своими руками», «Школа без наркотиков», декада профилактики детского дорожно-транспортного травматизма «Внимание, дети!»;

Октябрь - «Подросток и закон», месячник пожарной безопасности и гражданской обороны.

Ноябрь - месячник правовой культуры, профилактики преступлений и правонарушений, «Единство разных», Международный день отказа от курения, Единый день правовой помощи

Декабрь – «Жизни-да!», «Здоровая инициатива. Молодые-молодым!» Международный день прав, День Конституции РФ.

Январь – Мы ждем тебя в реальности!

Февраль – Мечтай! Действуй! Двигайся! военно-патриотический месячник.

Март – Свобода мнений.

Апрель – Твое здоровье-твой выбор.

Май – Екатеринбург-город, свободный от табачного дыма

Формы работы:

№	Название мероприятия	Сроки проведения	1-4	5-8	9-11
			классы	классы	классы
1.	Классные часы и беседы о пользе физических упражнений, закаливании организма, избавлении от вредных привычек, сбалансированном питании, правильном режиме труда и отдыха, гигиене	в течение года по планам классных руководителей	+	+	+
2.	Лекции, беседы, встречи с медработниками лечебных и профилактических учреждений и организаций	в течение года	+	+	+

3.	Лекции, беседы, встречи с работниками ПДН, МЧС, наркоконтроля	в течение года	+	+	+
4.	Тренинги-беседы (педагог-психологи)	в течение года	+	+	+
5.	Социально- психологическое тестирование	Распоряжение Министерства Свердлов. обл	-	+	+
6.	Тестирование, анкетирование по вопросам ЗОЖ (педагог- психолог, социальный педагог)	в течение года	+	+	+
7.	Демонстрация мультфильмов о ЗОЖ и профилактике вредных привычек (классные руководители 1-4 классов)	в течение года	+	-	-
8.	Походы, экскурсии.	в течение года	+	+	+
9.	Встречи с интересными людьми социально-значимых профессий. Профессиональные пробы. Образовательные сессии	в течение года	+	+	+
10.	Спортивные соревнования по различным видам спорта, «веселые старты»	в течение года	+	+	+
11.	Родительские собрания по вопросам ЗОЖ, профилактике употребления ПАВ, алкоголя, табака. Серия общешкольных родительских собраний «Защитим детей вместе!»	в течение года	+	+	+
12.	Классное мероприятие с приглашением родителей «Здоровые дети в здоровой семье»	В рамках ЕДП	+		
13.	Конкурс - выставка социальных плакатов, рисунков о ЗОЖ, профилактике употребления табака, алкоголя, ПАВ	В рамках ЕДП	+	+	+
14.	Классные мероприятия, посвященные Всемирному дню борьбы со СПИДом, лекции волонтеров-медиков, интерактивные игры, тренинги с субъектами профилактики	Декабрь, май		+	+

15.	Викторина , направленная на пропаганду ЗОЖ	январь	+		
16.	Викторина, посвященная Всемирному Дню здоровья	апрель		+	+
17.	Комплекс мероприятий поздоровому питанию	В течение года	+	+	+
18.	Семейный спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»	май	+	+	+
18.	Фотоконкурсы «Как прекрасен этот мир!», «Счастливая семья»	Апрель, май	+	+	+

Примерные темы классных часов и родительских собраний по ЗОЖ

I. Начальное основное образование (1-4 классы)

1. Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры.
2. Пропаганда здорового образа жизни, профилактика заболеваний органов зрения, органов пищеварения, сколиоза.
3. Организация работы по профилактике детского травматизма.

II. Основное общее образование (5-9 классы)

1. Приобщение к здоровому образу жизни.
2. Правильное питание.
3. Организация профилактики детского травматизма на дорогах.
4. Профилактика вредных привычек.
5. Найди своё Я.
6. Организация мероприятий по профилактике травматизма.
7. Приобщение к здоровому образу жизни.
8. Организация мероприятий по профилактике наркомании и табакокурения.
9. Как научить ребенка сказать «Нет».
10. Организация мероприятий по профилактике травматизма.
11. Организация мероприятий по профилактике заболеваний органов зрения, органов пищеварения, психических расстройств.
12. Ответственность несовершеннолетних и их родителей.

III. Среднее основное образование (10-11 классы)

1. Приобщение к здоровому образу жизни.
2. Профилактика наркомании, алкоголизма.
3. Профилактика преступности.

2. Школьное питание – новые формы работы

Статистика показывает, что все больше семей отказываются от натуральных продуктов, предпочитая в повседневном питании различного рода полуфабрикаты, консервы, и продукты длительного хранения. Низкий уровень знаний и культуры родителей в вопросах рационального питания делает детей заложниками элементарной безграмотности и существенно ухудшает условия для нормального развития детского организма.

Обеспечить детей полноценным, сбалансированным питанием, повысить уровень образованности населения в вопросах питания на данном этапе возможно только в условиях организованных коллективов в образовательных учреждениях.

Комплексные мероприятия в образовательном учреждении:

- проведение родительских собраний-конференций совместно с детьми по вопросам организации питания учащихся, роли питания в формировании физического и психического здоровья человека, особенности современного рынка продуктов питания и его влияние на здоровье человека;
- проведение бесед, уроков с обучающимися «разговоры о питании»;
- оформление стенгазет и проведение конкурсов на лучшую стенгазету по вопросам рационального питания и здорового образа жизни;
- проведение анкетирования старшеклассников и родителей (законных представителей) по вопросам организации питания в столовой;
- организация и проведение мастер -классов по приготовлению блюд.

3. Медицинское обслуживание

В образовательном учреждении осуществляется медицинское обслуживание ООО «Первая детская поликлиника». Для данных целей имеется медицинский и процедурный кабинеты.

Задачи:

- Организация систематического врачебного контроля над состоянием здоровья обучающихся
- подбор и организация комплекса оздоровительных и медицинских мероприятий по формированию нравственных убеждений и понятий здорового образа жизни.
- Оказание лечебно-профилактических действий

Направления	Формы работы
Лечебно-профилактическое	Регистрация документов, ведение журналов, составление планов. При организации профилактической работы решаются вопросы: Оздоровления в курсе преподавания различных предметов. Создания здоровьесберегающей среды и здоровьесберегающих технологий в методической работе. Развитие физической культуры обучающихся. Организация и проведение спортивных занятий с обучающимися специальных медицинских групп. Работа педагогов-психологов по проблеме оздоровления. Организации внеклассной работы. Организации работы с обучающимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании, СПИДа. Работа с родителями и общественностью.
Противоэпидемическое	Учет, осмотр обучающихся, наблюдения, работа с картотекой, обследование, контролируемые лечения, прививки.
Организация режимных моментов	Участие в составлении расписания, санитарные проверки состояния ОО, пищеблока, консультации учителям, организация проверок соблюдения правил личной гигиены.
Работа с учителями	Выступления на педсоветах, консультации, работа с методическими материалами, санпросвет работа.
Работа с родителями	Беседы, информирование, консультации

4. Здоровьесберегающая среда и здоровьесберегающие технологии в методической работе

В МАОУ СОШ №19 помимо решения педагогических задач соотносится учебная нагрузка и методы преподавания с возрастными и индивидуальными особенностями детей, содействие охране и укреплению их здоровья.

Научить детей жить без конфликтов и стрессов, укреплять, сохранять свое и ценить чужое здоровье, усилить мотивацию учения, привить принципы здорового образа жизни поможет, несомненно, применение в педагогическом процессе здоровьесберегающих технологий в совокупности с охранительными педагогическими режимами обучения.

Гигиенические показатели, характеризующие урок:

- 1) Обстановка и гигиенические условия в классе (кабинете): температура и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.д.

Число видов учебной деятельности: опрос обучающихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение примеров, задач и др. Норма: 4-7 видов за урок. Однообразность урока способствует утомлению школьников, как бывает, например, при

выполнении контрольной работы. Сочинение - более творческая задача, и коэффициент утомления при этой форме работы несколько ниже. Наоборот: частые смены одной деятельности другой требуют от учащихся дополнительных адаптационных усилий.

- 2) Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности. Ориентировочная норма - 7-10 минут.
- 3) Число видов преподавания: словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и т.д. Норма - не менее трех.
- 4) Чередование видов преподавания. Норма - не позже, чем через 10-15 минут.
- 5) Наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся, когда они действительно превращаются из «потребителей знаний» в субъектов действия по их получению и созиданию. Это такие методы, как метод свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, выбор способа действия, выбор способа взаимодействия, свобода творчества и т.д.); активные методы (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь); методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки).
- 6) Место и длительность применения ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами), умение учителя использовать их как возможности инициирования дискуссии, обсуждения.
- 7) Физкультминутки и другие оздоровительные моменты на уроке - их место, содержание и продолжительность. Норма - на 15-20 минут урока по 1 минуте из 3-х легких упражнений с 3 –повторениями каждого упражнения.
- 8) Наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни; демонстрация, прослеживание этих связей; формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности; выработка понимания сущности здорового образа жизни; формирование потребности в здоровом образе жизни; выработка индивидуального способа безопасного поведения, сообщение учащимся знаний о возможных последствиях выбора поведения и т.д.
- 9) Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке (интерес к занятиям, стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу и т.п.) и используемые учителем методы повышения этой мотивации.
- 10) Психологический климат на уроке.
- 11) Наличие на уроке эмоциональных разрядок: шуток, улыбок, использование юмористических картинок, поговорок, афоризмов с комментариями, небольших стихотворений, музыкальных минуток и т.п.

12) Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности. Определяется в ходе наблюдения по возрастанию двигательных и пассивных отвлечений у детей в процессе учебной работы. Норма - не ранее чем через 25-30 минут в 1-м классе; 35-40 минут в начальной школе; 40 минут в средней и старшей школе.

13) Темп и особенности окончания урока:

- быстрый темп, «скомканность», нет времени на вопросы обучающихся, быстрое, практически без комментариев, записывание домашнего задания;
- спокойное завершение урока: обучающиеся имеют возможность задать учителю вопросы, учитель может прокомментировать задание на дом, попрощаться с обучающимися;
- задержка обучающихся в классе после звонка (на перемене).

5. Развитие физической культуры обучающихся

Физическая культура и спорт играют значительную роль в формировании личности обучающихся. Систематические занятия физкультурой и спортом, способствуя физическому развитию, физической подготовке человека, воспитывают в нем такие морально-волевые качества, как смелость, решительность, лидерство. Физическая культура и спорт являются мощным фактором профилактики таких антисоциальных явлений, как курение, пьянство, наркомания, тунеядство и др., ибо систематические тренировочные занятия приучают человека к трудолюбию, порядочности, к уважению личности других и т.д.

Реализация настоящей программы создаст условия для решения первоочередных задач для развития физической культуры, разносторонней физической подготовленности, формирования потребности и привычки к занятиям физической культурой и формированию здорового образа жизни. Все это приведет к улучшению показателей здоровья и значительному сокращению вредных привычек у учащейся молодежи.

Цель: развитие физической культуры в МАОУ СОШ № 19 - создание условий для формирования здорового образа жизни и укрепления здоровья обучающихся средствами физической культуры.

Задачи:

- Формирование осознанного отношения и потребности у обучающихся в систематическом занятии физической культурой и спортом;
- Содействие развитию образовательного, воспитательного и оздоровительного потенциала обучающихся на занятиях по физической культуре на основе внедрения новых педагогических технологий;
- Развитие массового спорта среди обучающихся, родителей и педагогов;
- Обеспечение систематического мониторинга физического состояния

обучающихся за счет совершенствования применения «Паспорта физического состояния обучающихся»;

- Улучшение учебно-материальных, организационно-педагогических и кадровых условий для развития физической культуры в образовательной организации;
- Популяризация среди обучающихся здорового образа жизни средствами физической культуры.

Организация и проведение занятий с обучающимися специальных медицинских групп

Задачи:

- Укрепление здоровья, содействие правильному всестороннему физическому развитию и закаливанию организма.
- Повышение физиологической активности органов и систем организма школьников, ослабленных болезнью.
- Расширение функциональных, компенсаторных возможностей организма путем постепенной тренировки больных органов систем органов и организма в целом.
- Воспитание сознательного отношения школьников к занятиям физической культурой.

Организация занятий по физическому воспитанию с обучающимися специальной группы:

Основная часть помимо тех задач, которые стоят перед обычным уроком физкультуры, должно носить лечебный характер.

Уроки, должны носить смешанный характер, т.е. на одном и том же уроке должны быть элементы гимнастики, легкой атлетики, игр с учетом усвоения одного из видов программного материала в основной части урока.

Занятия с обучающимися специальной медицинской группы должны иметь тренирующий эффект. Щадящий подход должен заключаться не столько в снижении плотности урока, сколько в снижении дозировки. Все движения должны выполняться спокойно, без лишнего напряжения. Дополнительными формами занятий с обучающимся специальной группы являются:

Гигиеническая гимнастика по индивидуальным комплексам упражнений, составленных с учетом заболевания.

Лечение с применением лечебных укладок в домашних условиях.

Индивидуальные занятия лечебной гимнастикой дома или в кабинетах лечебно-профилактических учреждений по рекомендации врача лечебной физкультуры, школьного врача и преподавателя физической культуры.

6. Работа педагогов-психологов по проблеме здоровьесбережения

Создание благоприятного психологического климата в учебном процессе, применение личностно-значимых способов учебной работы, индивидуальных заданий разных типов и уровней, индивидуального темпа работы и выбора видов учебной деятельности – это методы, которые раскрепощают ребенка, повышают уровень его познавательной активности, учебной мотивации, способствуют эмоциональной уравновешенности и уверенности в собственных возможностях. Следовательно, эти методы снижают тревожность и психическое напряжение учащихся, т.е. нивелируют стрессогенный фактор в учебном процессе. Это, в свою очередь, улучшает адаптацию и повышает сопротивляемость организма к воздействию внешних и негативных внутренних факторов, т.е. способствует сохранению как психического, так и соматического здоровья школьников.

Цели:

- Изучение школьников на протяжении всего периода обучения в целях обеспечения к ним индивидуального подхода.
- Формирование основ психологических знаний у педагогов, обучающихся и их родителей.
- Полноценное личностное развитие обучающихся на каждом возрастном этапе, успешная адаптация к школе.
- Необходимость ранней профилактики и коррекции отклонений в развитии, поведении и деятельности обучающихся.
- Своевременная помощь по оздоровлению сотрудников и педагогов с целью формирования благоприятного психологического микроклимата, оптимального учебного процесса и управления.

Задачи:

- создать психологически комфортный климат в школе, сформировать систему работы по сохранению здоровья участников образовательного процесса;
- обеспечить положительную динамику по уровню заболеваемости и состоянию здоровья в ученическом коллективе;
- обеспечить коррекцию отрицательной динамики в формировании коммуникаций в детской среде от ступени к ступени;
- стабилизировать показатели по группам здоровья, физкультурным группам, травматизму, инфекционным, хроническим и простудным заболеваниям;
- стабилизировать показатели по адаптации учащихся 1, 5, 10 классов;
- стабилизировать показатели по уровню тревожности учащихся.

Направления:

- Диагностическое.
- Профилактическое и психокоррекционное.
- Консультативное.
- Совершенствование материально-технической базы кабинета психологической разгрузки.

Диагностическое:

- 1) Диагностика школьной зрелости с целью предотвращения перегрузок в период адаптации к школе.
- 2) Диагностика психоэмоционального состояния обучающихся начальных классов.
- 3) Диагностика готовности к обучению в среднем звене.
- 4) Профдиагностика обучающихся 11 классов.

Профилактическое и психокоррекционное:

- 1) Индивидуальная работа с детьми требующими коррекции.
- 2) Индивидуальная работа с детьми, состоящими на учете.
- 3) Постановка на учет детей группы риска.
- 4) Беседы с детьми группы риска и их родителями по вопросам бродяжничества, наркомании, алкоголизма, полового воспитания.
- 5) Индивидуальное семейное консультирование.
- 6) Работа по предупреждению психологической перегрузки школьников.
- 7) Работа по оптимизации общения в педагогическом коллективе. (Учитель-ученик, Учитель-родитель, ученик-ученик, учитель-учитель).
- 8) Работа по предупреждению возможных осложнений в связи с переходом на следующую возрастную ступень.
- 9) Работа по психологическому оздоровлению педагогов и сотрудников: Занятия по повышению культуры общения, индивидуальное психологическое консультирование педагогов и сотрудников.

Консультативное:

- 1) Просвещение учителей (по секциям НОО, ООО и СОО).
- 2) Просвещение родителей в рамках цикла бесед:
 - Как подготовить ребенка к школе.
 - Особенности подросткового возраста.
 - Как помочь ребенку лучше адаптироваться к школе.
- 3) Консультирование учителей, родителей, обучающихся в специально отведенные для этого

часы.

- 4) Групповое консультирование родителей на родительских собраниях.
- 5) Групповое консультирование учащихся группы риска по проблемам алкоголизма, наркомании, бродяжничества, полового воспитания.

Состояние психического здоровья наиболее чутко реагирует на учебные перегрузки, нерациональную организацию учебного процесса и другие школьные факторы риска.

Научить детей жить без конфликтов и стрессов, укреплять, сохранять свое и ценить чужое здоровье, усилить мотивацию учения, привить принципы здорового образа жизни поможет, несомненно, применение в педагогическом процессе здоровьесберегающих технологий в совокупности с охранительными педагогическими режимами обучения.

Работа школьного психолога включает в себя развивающую работу со школьниками и помощь детям группы риска. С детьми, испытывающими психологические трудности, проводятся коррекционно-развивающие занятия по развитию памяти, внимания, мышления, воображения. Психолог много работает индивидуально и с детьми, и с родителями, и с педагогами.

IV. Ожидаемые результаты реализации Программы

В результате осуществления программы ожидается:

- изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательным воздействиям окружающей среды, желания и умения вести здоровый образ жизни;
- повышение социально-психологической комфортности в детском и педагогическом коллективе;
- увеличение числа школьников, занимающихся в спортивных кружках и секциях;
- повышение уровня знаний школьников по вопросам здорового образа жизни и здоровьесбережения;
- формирование у обучающихся осознанной потребности в здоровом образе жизни;
- повышение качества и количества мероприятий с обучающимися, направленных на формирование здорового образа жизни;
- улучшение здоровья обучающихся;
- повышение интереса школьников к занятиям физической культурой и спортом;
- пополнение материальной базы для проведения уроков физической культуры и внеклассных мероприятий;
- создание необходимой базы материалов и методологической основы для формирования здорового образа жизни, внедрение новых форм и методов воспитательной работы;
- поддержка родителями деятельности МАОУ СОШ № 19 по воспитанию здоровых детей.