

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Александровская средняя школа»
муниципального образования – Рязанский
муниципальный район

Рязанской области

390512 Рязанская область Рязанский район с.Александровоул.Центральная д.9 Тел 8(4912) 265624 Email:
ssh.alexandrovo@ryazangov.ru

ИНН/КПП 6215010031/621501001 ОГРН 1026200702373

ПРОГРАММА

здоровьесбережения

«Спортсмен»

2024-2026 г.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом ФЗ-273 «Об образовании в Российской Федерации» и Федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС НОО, ФГОС ООО)

1. Актуальность данной программы

Изменения в обществе на её современном этапе развития приводят и к изменениям сфере образования. Новое понимание роли образования как стратегического ресурса общества, обеспечивающего его прогресс во всех сферах, требует системных изменений в образовании.

В национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» подчеркивается. Облик школ, как по форме, так и по содержанию, должен значительно измениться. Мы получим реальную отдачу, если учиться в школе будет и увлекательно, и интересно, если он станет центром не только обязательного образования, но и самоподготовки, занятий творчеством и спортом... Насыщенная, интересная и увлекательная школьная жизнь становится важнейшим условием формирования здорового образа жизни».

Поддержание и укрепление здоровья нации, приобщение к занятиям физической культурой и спортом уже долгое время является одним из приоритетных направлений развития нашей страны.

Данная программа актуальна в связи с разработкой и внедрением образовательных стандартов нового поколения.

В России не менее 60 % обучающихся имеют нарушения здоровья. По данным Минздравсоцразвития России в 2024 году, только 14 % обучающихся старших классов считаются практически здоровыми. Свыше 40 % допризывной молодежи не соответствуют требованиям, предъявляемым армейской службой, в том числе в части выполнения минимальных нормативов физической подготовки.

Большое значение в реализации основных направлений Стратегии и Федеральной целевой программы имеет воспитательная работа с детьми и подростками, вопросы внедрения олимпийской и паралимпийской тематики в учебный процесс, создания инновационной системы физкультурно-спортивного воспитания, предусматривающей организацию олимпийского образования.

Решение этой задачи предполагает внесение изменений в содержание образовательной программы школы, разработку и апробацию инновационных педагогических и управленческих технологий, схем интегративного взаимодействия существующих структур школы, сетевого взаимодействия ОУ с образовательными и другими организациями района и города.

Приобщение подростков к ценности здорового образа жизни является одной из основных задач МБОУ «Александровская СОШ».

II. Основные концептуальные принципы внедрения и реализации программы

- комплексность использования оздоровительных технологий с учетом состояния здоровья учащихся, структуры образовательного процесса, условий обучения, воспитания;
- непрерывность проведения оздоровительных мероприятий в течение года;
- максимальный охват оздоровительными мероприятиями всех учащихся;
- интеграция оздоровительных технологий в образовательный процесс;
- продолжение формирования положительной мотивации у учащихся,
- реализация в условиях школы на индивидуальном и групповом уровне мероприятий по повышению двигательной активности, закаливанию обучающихся, охране психического здоровья, а также по оздоровлению детей, имеющих функциональные расстройства и хронические заболевания;
- обучение всех участников образовательного процесса методикам самодиагностики, самокоррекции, самоконтроля;
- повышение эффективности системы оздоровительных мероприятий за счет соблюдения в школе санитарно-гигиенических норм и правил, регламентирующих требования к освещению, оборудованию и планировке школы, режиму учебно-воспитательного процесса и учебной нагрузке, организации физического воспитания и питания учащихся.
- формирование свободной личности с цельным волевым сознанием

III. Цель и задачи развития программы

Цель:

Создание здоровьесберегающих условий организации образовательного процесса.

Задачи:

1. Совершенствование нормативно-правовых условий развития и сохранения здоровья учащихся.
2. Создание комплекса управленческих условий (для осознания подростками здоровья как ценности), включающих:
 - организационно - содержательные;
 - информационно - аналитические;
 - мотивационно - целевые;
 - планово-прогностические;
 - организационно-исполнительские, контрольно-диагностические;
3. Изучение реальной роли школы в здоровьесбережении обучающихся.
(диагностирование, анализ)
3. Стимулирование детей к овладению индивидуальными способами ведения здорового образа жизни.

IV. Целевая аудитория программы

- обучающиеся 1 – 11 классов школы;
- педагогический коллектив образовательного учреждения;
- родители обучающихся;
- учреждения и организации – партнеры ОУ по реализации программы.

V. Направления деятельности школы по сохранению и развитию здоровья

В реализации программы принимают участие учащиеся школы с 1 по 11 классов, их родители, преподаватели школы.

Работа ведется по следующим направлениям:

1 направление: «Здоровье в порядке»

ЦЕЛЬ:

Овладение школьниками основами физической культуры и спорта, основными критериями крепкого здоровья, нормального физического развития.

ЗАДАЧИ:

1. Развивать двигательную активность
2. Приобщить к различным видам спорта
3. Развивать в школьниках основные двигательные качества
4. Познакомить учеников с новыми оздоровительными системами и видами деятельности.

Формы работы: Игры, школьные, районные, городские соревнования, спортивные кружки.

2 направление: «Режим питания»

ЦЕЛЬ:

Создание в школе условий для организации и осуществления качественного, сбалансированного и доступного питания учащихся.

ЗАДАЧИ:

1. Обеспечить качество и сбалансированность рационов питания обучающихся.
2. Повысить доступность школьного питания, увеличить охват организованным питанием большего числа учащихся.
3. Проводить работу с родителями с целью привития у учащихся правильных норм поведения, формирующих здоровый образ жизни.
4. Производить производственный контроль административной, медицинской, хозяйственной службами и родительской общественностью за осуществлением качественного, сбалансированного и доступного питания учащихся.

Формы работы:

Лекции, семинары, конкурсы, дискуссии

3 направление: «В спорте вместе»

ЦЕЛЬ:

Комплексное психолого-педагогическое сопровождение школьников на всех этапах его обучения.

ЗАДАЧИ:

1. Оптимизация взаимоотношений в коллективе;
2. Совершенствование навыков внутригруппового взаимодействия;
3. Способствовать сплочению коллектива;
4. Развить коммуникативные навыки;

5. Способствовать формированию умения противостоять внешнему социальному давлению;
6. Способствовать формированию ценностного отношения к своему здоровью.

Формы работы:

Лекции, индивидуальные консультации, диагностика.

4 направление: «Здоровое поколение»

ЦЕЛЬ:

Предупреждение и снижение распространения вирусных инфекций заболевание и травматизма в образовательном учреждении.

ЗАДАЧИ:

1. Получить информацию квалифицированных специалистов о состоянии здоровья школьников;
2. Соблюдать температурный и гигиенический режим помещения;
3. Снижать риск распространения инфекционных заболеваний.
4. Соблюдать гигиенические требования к условиям обучения школьников.

Формы работы:

Лекции, семинары, беседы, дискуссии.

VI. Содержание деятельности программы

1. Совершенствование нормативно-правовых условий, сохранение и развитие здоровья учащихся.

№	Наименование содержания	Сроки	Ответственные
1	Диагностическое. Проведение мониторинга и анализа состояния здоровья учащихся. Оформление аналитических и статистических отчетов о состоянии здоровья учащихся в школе. Анкетирование среди родителей и учащихся по проблеме самооценки своего здоровья, с целью исследования отношения детей и их родителей к проблемам алкоголя, курения, наркомании	Каждое полугодие	Зам. директора по УВР , классные руководители, фельдшер ФАПа
2	Издание и анализ локальных и нормативных актов по сохранению и развитию здоровья обучающихся	Сентябрь	Администрация МБОУ Администрация МБОУ
3	Создание социального паспорта школы	Октябрь Октябрь	
4	Утверждение режима питания	Сентябрь	
5	Соблюдение основных требований СанПиНа для	В течение года	Администрация

	общеобразовательных учреждений		МБОУ
--	---------------------------------------	--	-------------

2. Создание комплекса управленческих условий, включающих:

организационно-содержательные,
информационно-аналитические,
мотивационно-целевые,
планово-прогностические,
организационно-исполнительские,
контрольно-диагностические,
регулятивно-коррекционные.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1. Мониторинг состояния здоровья детей и подростков			
1.	Мониторинг физического здоровья учащихся по итогам медосмотра. Формирование групп здоровья по показателям.	Ежегодно	Фельдшер Александровского Фапа Рязанской ЦРБ Школьная медсестра
2.	Проведение профилактического осмотра подростков	по графику РЦРБ	
2. Создание условий для укрепления и сохранения здоровья детей и подростков			
1.	Улучшение материально-технической базы для оздоровления детей (оснащение и оборудование спортзала, спортплощадки)	в течение года	Директор, учитель физической культуры
2.	Организация спортивных кружков и секции на базе школы Секция «Волейбол», « ОФП»	постоянно	Зам. директора по УВР, учитель физической культуры
3.	Соблюдение в практической деятельности школы требований СанПин	постоянно	
4.	Создание условий безопасного пребывания детей, подростков в школе	постоянно	Директор, зам. директора по УВР, учитель физической культуры
5.	Поддержание в надлежащем порядке спортивного зала, спортивного инвентаря. Комплектация медицинской аптечки.	постоянно	Администрация школы
6.	Подготовка спортивных сооружений в летний период.	ежегодно	Директор, учитель физ.культуры
7.	Совершенствование содержания уроков физической культуры	в течение года	Учитель физической культуры
8.	Организация оздоровительных режимных моментов в организации занятий (физкультминутки, динамические паузы, прогулки на свежем воздухе)	ежедневно	Учитель физической культуры
9.	Организация учебных занятий с	Ежедневно	Старшая вожатая
			Учителя-предметники,

10.	исключением факторов, негативно влияющих на здоровье учащихся Составление расписания уроков, предусматривающее чередование предметов с высоким баллом по шкале трудности с предметами, которые позволяют частичную релаксацию учащихся	август	воспитатели ГПД Зам. директора по УВР
11.	Составление расписания внеурочной деятельности, предусматривающее чередование занятий и отдыха	август	Зам. директора по УВР
12.	Преподавание интегрированного курса «ОБЖ»	в течение года	Учителя-предметники
13.	Своевременное информирование субъектов образовательного процесса о состоянии здоровья учащихся и условиях, способствующих сохранению и развитию здоровья	в течение года	Директор Зам. директора по УВР
3. Комплекс профилактических мероприятий по оздоровлению детей			
1.	Обеспечение и организация профилактических прививок детей в школе	ежегодно	Фельдшер Александровского ФАПа ЦРБ
2.	Организация питания детей в школе (горячие питание)	ежегодно	Администрация школы
3.	Организация санпросвет работы - цикл лекций для учащихся (о гигиенических правилах и предупреждении инфекционных заболеваний) - цикл тематических бесед в 7 – 11 классах об основах переходного возраста, о СПИДе, о формировании здорового образа жизни. - конкурс стенгазет - цикл классных часов - обсуждение материалов периодической печати	в течение года	Кл. руководители
4.	Участие в районных и региональных конкурсах посвященных здоровому образу жизни.	по плану района	Зам. директора по УВР
5.	Проведение профилактических мероприятий по заболеваниям инфекционного характера (грипп, ОРЗ), витаминизация, прививки, закаливание, санация полости рта	в течение года	Фельдшер
6.	Проведение акции «Внимание, дети!» - составление безопасной схемы маршрута «Дом – школа» (проработка с родителями на	Сентябрь	Советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями

	собраниях) - проведение игр-тренингов, разбор дорожных ситуаций - проведение конкурса рисунков «Красный. Желтый. Зеленый» Проведение бесед с детьми по технике безопасности (по безопасному поведению детей и подростков на дороге, на водоёмах, и т.д.) на учебный период и период каникул		классные руководители преподаватель ОБЖ Классные рукоители Ст. вожатая Классные руководители
7.	Изучение характера адаптации в период перехода от дошкольного детства к школьному обучению, из начальной школы в 5 класс, из 9 в 10 класс.	Сентябрь Октябрь	Зам. директора по УВР классные руководители
8.	Работа по повышению психологической компетентности педагогического коллектива и законных представителей учащихся.	В течение года	Зам. директора по УВР классные руководители
9.	Повышение профессионального методического уровня по проблемам психического здоровья школьников	На заседаниях МО кл. руководителей	Зам. директора по УВР
10.	Оказание консультативной помощи детям и взрослым.	Систематически	Советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями классные руководители
11.	Проведение психологических тренингов	В течение учебного года	Советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями классные руководители

4.Репродуктивное здоровье детей и подростков

1.	Беседы по профилактике репродуктивного здоровья подростков (девочек, мальчиков)	По договоренности	ЦРБ
2.	Проведение Дней Здоровья с привлечением родителей	По плану школы	Учитель физической культуры, классные руководители
3.	Профилактическая и просветительская работа среди детей по пропаганде среди учащихся здорового образа жизни. (см. система тематические классные часы по параллелям)	по плану - в течение года	Классные руководители
5.	Проведение анкетирования	ежегодно	Классные руководители

	старшеклассников по вопросам здорового образа жизни, по оценке сформированности знаний в области репродуктивного здоровья		
7.	Спортивные мероприятия: соревнования (школьные, муниципальные, региональные), праздники, конкурсы	В течение года (по плану)	Учитель физической культуры

3. Развитие материально-технической базы с целью создания условий для сохранения здоровья учащихся.

<i>№</i>	<i>Наименование содержания</i>	<i>Сроки</i>	<i>Ответственные</i>
1	Оборудование спортзала		Директор, учитель физической культуры
2	Оборудование спортивной площадки во дворе школы		Директор, учитель физической культуры
3	Оборудование кабинетов школы		Директор
4	Обеспечение учебно-методической литературой	В течение года (по плану)	Директор Библиотекарь
6	Приобретение лекарственных препаратов для витаминизации детей, комплектация аптечки	В течение года (по плану)	Директор

4. Формирование информационных условий с целью обеспечения эффективности управления образовательным процессом по сохранению здоровья учащихся.

<i>№</i>	<i>Наименование содержания</i>	<i>Сроки</i>	<i>Ответственные</i>
1	Развитие системы информирования субъектов образовательного процесса по вопросам сохранения и развития здоровья	В течение года	Директор Зам. директора по УВР
2	С целью контроля сохранения и развития здоровья учащихся: - организация социологических исследований, опросов, анкетирования учащихся, родителей и учителей; - анализ способов и форм доведения информации до родителей;	В течение года	Директор Зам. директора по УВР

	- анализ использования информационного обеспечения для создания здоровьесберегающих условий; - коллективный анализ качества педагогических условий, обеспечивающих сохранение и укрепление психофизического здоровья.		
--	--	--	--

VII. ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Этапы реализации	Цели и задачи	Ожидаемый результат
1 этап Мотивационный Сентябрь 2024-август 2025	Цель: провести комплексный мониторинг состояния здоровья школьников, профилактическо-оздоровительной, пропагандисткой работы предыдущих лет. Задачи: 1. Создание условий для мониторинга оздоровительной работы; 2. Подготовить участников программы, которые непосредственно примут участие в реализации данной программы;	1. Выявить детей, которые имеют отклонения в здоровье и нуждаются в помощи; 2. Выявить контингент родителей, нуждающихся в педагогической поддержке; 3. Разработать совместно с работниками столовой мероприятия, способные привлечь наибольшее количество детей к питанию в столовой.
2 этап Содержательно-процессуальный Сентябрь 2024-июнь 2025	Цель: организация медико-педагогической деятельности, позволяющей приблизить решение задач, соответствующих целям здоровьесберегающей педагогики. Задачи: 1. Внедрить и опробировать учебно-воспитательные программы (спецкурс, секции, кружки); 2. Осуществить подготовку педагогов, которые непосредственно будут участвовать в реализации программы (семинары, обмен опытом, курсы); 3. Улучшить материально-техническую базу для	1. Выработка у школьников конкретных привычек здорового образа жизни; 2. Улучшение биологических, психологических, социальных показателей здоровья детей; 3. Увеличение количества учащихся, занимающихся в секциях и кружках спортивного направления; 4. Увеличение количества детей, охваченных горячим питанием.

	занятий физкультурой и спортом.	
3 этап	Цель: анализ деятельности школы по реализации программы «Школа- территория здоровья»	1. Обеспечение положительных тенденций в состоянии здоровья детей;
Заключительно-результативный	Задачи:	2. Здоровый образ жизни, здоровый человек – это норма и цель школьников;
Июль 2024-декабрь 2025	1. Обобщение и распространение опыта педагогов, медиков, психолога школы;	3. Здоровый образ жизни станет для школьников главной ценностью;
	2. Оформление результатов деятельности по реализации программы, мониторинг, прогнозы на будущее.	4. Улучшение материально-технического состояния спортивного зала

VIII. Критерии эффективности реализации образовательной программы

1. Удовлетворение потребностей всех участников образовательного процесса и субъектов образования:

– Обучающихся – в программах физкультурно-спортивной направленности основного образования, реализуемых дифференцированно с учетом их индивидуальных особенностей, в обеспечении их здоровьесбережения, достаточного уровня физической активности, в олимпийском образовании и просвещении, в созданных условиях для роста и становления успешной и конкурентоспособной личности.

– Родителей – в обеспечении условий для максимального развития детей, в соответствии с их потенциальными возможностями.

– Педагогического коллектива – в обеспечении возможностей повышения профессиональной компетентности, дополнительных возможностей творческой самореализации в образовательном процессе.

– Образовательного учреждения – в позиционировании на рынке образовательных услуг как ОУ, внедряющего инновационные образовательные программы, создании позитивного имиджа, повышении конкурентоспособности среди ОУ района, создании благоприятных условий для дальнейшего развития.

2. Увеличение охвата обучающихся, родителей, педагогов школы занятиями физкультурой и спортом.

3. Снижение заболеваемости обучающихся и учителей в течение учебного года.

4. Снижение количества обучающихся, родителей, педагогов школы, имеющих вредные привычки.

5. Выявление и формирование индивидуальных образовательных маршрутов обучающихся, показывающих высокие спортивные достижения.

6. Увеличение числа призеров в индивидуальном и командном зачете в районных и городских спортивных соревнованиях.

7. Организация комплексной программы мониторинга состояния здоровья обучающихся и сотрудников, программы мониторинга физической и двигательной активности, участия в спортивных соревнованиях.

8. Положительная динамика сплоченности коллектива участников образовательного процесса.

9. Повышение профессионального уровня педагогов и руководителей школы по здоровьесозидающей и здоровьесберегающей деятельности.

10. Улучшение материально-технической базы школы для организации здоровьесозидающей, здоровьесберегающей деятельности, просветительской работы.

11. Расширение социального партнерства школы.

IX. Целевые показатели выполнения программы

№	Наименование показателя	Единица измерения	Целевой ориентир
1	Удовлетворенность обучающихся количеством и качеством программ спортивно-оздоровительной направленности.	%	Не менее 90
2	Удовлетворенность родителей количеством и качеством программ спортивно-оздоровительной направленности.	%	Не менее 75
3	Удовлетворенность педагогического коллектива количеством и качеством программ спортивно-оздоровительной направленности.	%	Не менее 90
4	Рейтинг школы среди ОУ района по представленным данным	место	Не ниже 7
5	Доля обучающихся основной группы здоровья, охваченных занятиями физкультурой и спортом.	%	100
6	Доля семей, посещающих спортивные мероприятия школы от общей численности семей обучающихся	%	Не менее 25
7	Доля обучающихся, имеющих вредные привычки	%	Не более 3
8	Доля учителей, освоивших и применяющих здоровьесберегающие и здоровьесозидающие технологии	%	100
9	Включенность педагогов школы в работу по реализации образовательной программы	%	100
10	Включенность участников образовательного процесса в олимпийское образование и просвещение	%	90
11	Снижение пропусков занятий в связи с заболеваемостью обучающихся	детодней	Не более 10
12	Доля обучающихся, не имеющих пропусков занятий в связи с заболеваниями от общего количества обучающихся	%	Не менее 20
13	Доля сотрудников, не имеющих больничных листов в течение учебного года от общего числа сотрудников	%	Не менее 70
14	Доля победителей в индивидуальном и командном зачете от общего числа проведенных соревнований	%	Не менее 30
15	Доля выявленных обучающихся, показывающих высокие спортивные достижения, для которых сформированы индивидуальные образовательные маршруты от общего числа обучающихся	чел.	7
16	Доля обучающихся 1-х, 2-х классов, для которых ведутся «Дневники здоровья»	%	100
17	Рост обеспеченности материально-техническим оборудованием для организации здоровьесозидающей, здоровьесберегающей деятельности, просветительской работы по отношению к 2026 году	руб.	Не менее 50000

18	Увеличение количества социальных партнеров школы по отношению к 2026 году	%	100
----	---	---	-----

Х. Ожидаемые результаты реализованной программы:

- Сохранение и укрепление здоровья учащихся.
- Продолжение снижение уровня заболеваемости детей простудными заболеваниями, заболеваниями опорно-двигательного аппарата и глаз.
- Социальная адаптация детей (средствами образования)
- Формирование в детях умения самостоятельно планировать режим нагрузок, отдыха, питания в соответствии с внешними обстоятельствами и состоянием здоровья
- Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни
- Актуализация внутренних потенциалов учащихся
- Привлечение детей к участию в социально-значимых проектах в данном направлении
- Развитие физических и моральных качеств личности
- Проявление положительных эмоций и укрепление психологического здоровья.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

План мероприятий по программе: «Школа- территория здоровья» на 2024- 2025 учебный год

№ п\п	Название мероприятий	Участники	Сроки проведения	Ответственные
1	Кросс наций	1-11 классы	сентябрь	Кл. руководители
2	День Здоровья	1-11 классы	апрель	Кл. руководители
3	«Веселые старты»	1-4 классы	сентябрь	Кл. руководители, Учитель физкультуры
4	«Муравейник	5-6 классы	сентябрь	Учитель физкультуры
5	Турнир по футболу Турнир по волейболу	1-4,6-9 кл. 6- 11 классы	октябрь,апрель	Учитель физкультуры
4	Первенство школы по баскетболу	5-11 классы	октябрь	Учитель физкультуры
6	Акция ««СПИД =наркотики» »	7-11 классы	декабрь	Классные руководители
7	Международный день отказа от курения.	5-11 классы	18 ноября	Кл.руководители
8	«Суд над вредными привычками»	5 -8 классы	декабрь	Молодёжный Совет школы
9	«Мама, папа, я – спортивная семья»	5-6 классы	Апрель	Кл. руководители, учитель физкультуры
10	Эстафета «День Победы»	5-11классы	май	Зам.директора по УВР учитель физкультуры
11	Сотрудничество с участковой больницей села (лекции, беседы, осмотры учащихся)		в течение года	Зам.директора по УВР Классные руководители

12	Совместная работа с участковой больницей (проведение медицинского осмотра учащихся, профилактика заболеваний, лечение)	в течение года	Администрация Классные руководители
13	Просветительная работа с учащимися по сохранению, развитию и коррекции здоровья	1-11 классы в течение года	Медработники Листвянского ФАПа, Зам.директора по УВР
14	Участие в районных, региональных мероприятиях, соревнованиях, конкурсах	в течение года	Учителя школы