

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
**«Средняя общеобразовательная школа № 28»**  
623107, город Первоуральск Свердловской области, улица Зои Космодемьянской, дом 20  
телефон: 63-15-47, факс 63-13-97.  
E-mail: [chkola28@mail.ru](mailto:chkola28@mail.ru)  
Сайт школы: <https://28prv.uralschool.ru>

---

Рассмотрено:  
на педагогическом совете  
от 28.08.2021 г. протокол № 1

Принято с учетом мнения Совета родителей  
(законных представителей) обучающихся  
протокол от «28» августа 2020 г. № 1

Принято с учётом мнения Совета обучающихся  
протокол от 09.09.2020 г. № 1



Утверждено:  
Директор МАОУ СОШ № 28  
А.В. Селюнина  
(приказом от 18.09.2020г. № 320)

**Программа «Сохранения и укрепления здоровья обучающихся  
в период обучения в МАОУ СОШ № 28 на 2020 – 2025 г.»**

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Состояние здоровья подрастающего поколения - важнейший показатель благополучия общества и государства. Однако состояние здоровья школьников вызывает обоснованную тревогу. Особенно тревожит постоянное увеличение заболеваний детей туберкулезом, нервной системы. Исследования показывают, что за годы обучения в школе здоровье детей ухудшается. 4,3% учащихся по состоянию здоровья отнесены к специальной медицинской группе, освобождены полностью от занятий физической культурой. Увеличилось количество детей с заболеваниями нервной системы на 0,3% , появились дети с эндокринными заболеваниями.

Ежегодно МАОУ СОШ №28 отслеживает уровень заболеваемости детей. В 2020-2021 учебном году детей с заболеваниями нервной системы – 28 человек - 4%, органов зрения – 25 человек -3%, органов дыхания – 22 человека – 3%, заболевания пищеварительной системы – 17 человек – 2%, с заболеваниями сердечно-сосудистой системы 10 человек – 1%, костно-мышечной системы – 7 человек – 0,8%, эндокринной системы – 6 человек – 0,7%, мочеполовой системы – 4 человека - 0,05%. Увеличивается количество больных детей в начальных классах. По-прежнему на первом месте заболевания нервной системы, органов зрения, пищеварительной и сердечно-сосудистой систем.

Помимо общей заболеваемости значительное место занимают травматизм и несчастные случаи.

Продолжают возрастать учебные нагрузки, уменьшается двигательная активность детей, приводя к гиподинамии и нарушению осанки. Свободное время дети отдают сидению перед компьютером, телевизором, игровыми приставками, которое часто и дети и родители расценивают как отдых от школы. Все меньше включаются в жизненные процессы мышцы и связки. Недостаточный уровень физической активности детей и подростков в значительной степени снижает сопротивляемость организма развитию утомления, понижает его работоспособность, препятствует оптимальному развитию психомоторной функции, отрицательно сказывается на показателях физического развития состояние здоровья, становление личностных качеств детей, их социализации обществе.

Такое состояние здоровья детей не только результат длительного неблагоприятного воздействия социально-экономических и, экологических факторов, но и целого ряда таких организационно-педагогических факторов, как:

- учебные стрессовые перегрузки;
- недостаточная освещенность классов; плохой воздух школьных помещений
- недостаток физической активности учащихся;
- чрезмерная интенсификация учебного процесса;
- недостаточная осведомленность учителей, родителей в вопросах формирования, сохранности и укрепления здоровья детей;

- распространение среди школьников курения, употребления алкоголя наркотиков;
- ухудшение материального положения многих семей.

Основанием для составления школьной целевой программы «Сохранения и укрепления здоровья обучающихся в период обучения в МАОУ СОШ № 28 на 2020 – 2025 г.» являются Концепция охраны здоровья населения Российской Федерации.

Программа служит основой сотрудничества школы и органов здравоохранения, общественности, родителей.

## **2. УЧАСТНИКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Участниками реализации программы являются:

- школьники,
- учителя;
- родительская общественность;
- представители социально-культурной сферы (медицины, ОВД, социальной защиты, культуры).

## **3. ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

Основные задачи:

- активизировать разъяснительную и профилактическую работу с детьми, подростками, формировать у детей, родителей, ответственное отношение к укреплению здоровья и ведению здорового образа жизни;
- воспитание потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, умение применять их дома и на отдыхе;
- приобретение необходимых знаний по гигиене, медицине, физической культуре и спорту;
- обучение жизненно-важным умениям и навыкам, применению их в различных условиях и в экстремальных ситуациях;
- развитие двигательных способностей, соблюдение правил ТБ во время занятий;
- организация и пропаганда здорового образа жизни;
- содействие воспитанию нравственности;
- совершенствование содержания профессиональной переподготовки педагогических кадров по вопросам здоровьесбережения.

## **4. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Реализация мероприятий программы позволит воспитать у учащихся культуру здоровья, чувство ответственности за свое здоровье, сформировать мотивацию на ведение здорового образа жизни.

**Мероприятия по реализации целевой программы «Сохранения и укрепления здоровья обучающихся в период обучения в МАОУ СОШ № 28 на 2020 – 2025 г.»**

№ п/п	Наименование мероприятия	Календарные сроки	Ответственный
<b>1. Организационно-педагогическая деятельность</b>			
1.1	<p>Привлекать внимание детей и их родителей к проблеме здоровья через:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- родительские собрания;</li> <li>- классные часы;</li> <li>- сочинения;</li> <li>- конкурсы и др.</li> </ul>	2020-2025	Заместитель директора по ВР, педагога-организатор, классные руководители
1.2	<p>Проводить совместное совещание с работниками здравоохранения по вопросам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организация и проведение ежегодного углубленного медицинского осмотра детей в школе;</li> <li>- совершенствование медицинского обслуживания гигиенического просвещения детей, родителей, педагогов;</li> <li>- использование рекомендаций для учителей, родителей по коррекции здоровья детей;</li> <li>- осуществление мониторинга результатов выполнения данных рекомендаций</li> </ul>	2020-2025	Заместитель директора по ВР, медицинский работник школы, классные руководители
1.3	Создать условия для оздоровления детей в летнем оздоровительном лагере и пришкольной площадке (оборудовать игровые площадки, приобрести спортивный инвентарь)	2020-2025	Директор школы
1.4	<p>Провести МО классных руководителей на темы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Семинар-практикум «Здоровая личность. Мониторинг здоровья учащихся и педагогов с применением компьютера и программных средств»</li> <li>2. "Учет психологических и возрастных особенностей в работе с</li> </ol>	2020-2025	Заместитель директора по ВР, руководители МО, классные руководители

	одаренными детьми". 3.«Педагогическая поддержка школьника - основа УВП. Организация системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья учащихся в классе » .		
1.5	Организовать: - медицинские осмотры детей; - лекции о здоровом образе жизни;	2020-2025	Медицинский работник школы
1.6	Организовать обеспечение вспомогательным оборудованием и инвентарем для укрепления здоровья детей	2020-2025	Учителя физкультуры
1.7	Привлекать детей-инвалидов, ОВЗ к участию деятельности классных коллективов	2020-2025	Тьютор, классные руководители
1.8	Обеспечить выполнение санитарно-гигиенических норм организации учебно-воспитательного процесса	2020-2025	Директор школы
1.9	Разработать собственные обучающие программы по формированию культуры здоровья и профилактике вредных привычек	2020-2025	Классные руководители
1.10	Продолжить внедрение паспортизации здоровья детей и подростков	2020-2025	Заместитель директора по ВР
1.11	Оборудовать комнату психологической разгрузки, игровые комнаты	2020-2025	Директор школы
1.12	Продолжить формирование у детей потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и убежденности в их пользе для здоровья через проведение: - ежедневной зарядки; - уроков физической культуры; - спортивных праздников; - конкурсов; - соревнований по видам спорта; - военно-спортивных игр; - спортивных секций, кружков	2020-2025	Классные руководители, учителя физической культуры
1.13	Провести общешкольное родительское собрание на тему «О роли семьи в вопросах сохранения и укрепления здоровья».	2020-2025	Заместитель директора по ВР, классные руководители
1.14	В качестве обязательных элементов	ежегодно,	Учителя- предметники

	урока проводить: -физкультурные минутки в 1 -9 классах; -для профилактики и лечения близорукости школьников -гимнастику для глаз в 1 -11 классах; -смену динамических поз и др.		
1.15	Организовать проведение: - дополнительные занятия физической культурой для отдельных групп учащихся; - перенос отдельных уроков на свежий воздух; - использование естественных факторов природы в школьных условиях	2020-2025	Директор школы
1.16	Обеспечить здоровьесберегающее сопровождение учебно-воспитательного процесса: - обеспечить в школе температурный, осветительный режимы, проветривание помещений; - сформировать здоровьесберегающую цветовую гамму школьных помещений; - по возможности оснастить школьные кабинеты разновозрастной, ростомерной мебелью; - создать в школе экологически, психологически комфортную среду; - формировать правильную осанку у детей на каждом уроке; - правильно разместить учащихся в классе с учетом их остроты зрения, слуха	2020-2025	Директор школы, учителя
1.17	Скоординировать работу физкультурных и оздоровительных кружков с целью увеличения двигательной активности школьников	2020-2025	Заместитель директора по ВР
1.18	Организовать углубленное изучение ПДД и безопасного поведения на дорогах.	2020-2025	Ответственный за профилактику ПДД, учитель ОБЖ
1.19	Продолжить работу по реализации комплекса ГТО	2020-2025	Руководитель ШМО, учителей физкультуры
1.20	Продолжить работу по программе «Профилактика ПАВ»	2020-2025	Социальный педагог

## 2. Медико-педагогическое обеспечение программы

2.1	Ежегодно проводить углубленный медицинский осмотр школьников	ежегодно.	Медицинский работник школы
2.2	Активизировать работу специальных медицинских групп	2020-2025	Медицинский работник школы
2.3	Для снятия напряжения с позвоночника, для сохранения правильной осанки использовать на уроке смену динамических поз	2020-2025	Учителя школы
2.4	Для снятия зрительно-моторного напряжения использовать зрительно-двигательные тренажеры	2020-2025	Учителя школы
2.5	Организовать индивидуальные консультации для подростков, родителей по вопросам: - сексуальной культуры; - профилактики социально-значимых заболеваний; - табакокурения; - алкоголизма; - наркомании	2020-2025	Педагог – психолог, социальный педагог
2.6	Выявить факторы риска, влияющие на коллективное здоровье учащихся	2020-2025	Медицинский работник школы
2.7	Оборудовать комнату психологической разгрузки для учащихся и учителей	2020-2025	Директор школы
2.8	Проводить уроки музыки, хорового пения на здоровьесотворяющей основе, обеспечивая духовное и психофизическое здоровье школьников	2020-2025	Учитель музыки
2.9	Продолжить работу по обучению учащихся методам оздоровления и взаимопомощи: - оказанию первой помощи пострадавшим от ДТП, ожогов, укусов и т.д.; - профилактическому точечному массажу лица; - гимнастике для глаз.	2020-2025	Учитель ОБЖ, медицинский работник школы
2.10	Создать банк данных в школе о здоровье детей	2020-2025	Медицинский работник школы
2.11	Обеспечить лагерь отдыха учащихся в летний период квалифицированными педагогическими кадрами и	2020-2025	Директор школы

	медработниками, организовать консультации для воспитателей лагерей по применению методик профилактики заболеваний		
<b>3. Психолого-педагогическое и методическое обеспечение выполнения программы</b>			
3.1	Развивать личностные качества учащихся через тренинги, ролевые и деловые игры, беседы: - уверенность в себе; - адекватность самооценки; - личностные особенности (характер, темперамент и др.); - коммуникативную компетентность	2020-2025	Педагог - психолог, классные руководители
3.2	Проводить ролевые игры, беседы, занятия с детьми и родителями о воздействии вредных привычек на психику ребенка: - «Противостоять агрессии» психологическое занятие - «Новое поколение выбирает пиво?» ток-шоу - «Курение - личное дело каждого?» час общения - «Коктейль здоровья» практикум	2020-2025  2021  2022  2023  2024	Классные руководители
3.3	Разработать лекции по профилактике суицидального поведения среди подростков и старшеклассников	2020-2025	Педагог –психолог, социальный педагог
3.4	Создать благоприятные условия для социальной и психологической адаптации детей при поступлении в школу и переходе из начального в среднее звено.	2020-2025	Педагог –психолог, социальный педагог
3.5	Психологу школы оказать необходимую консультативно-методическую помощь детям, учителям, родителям на темы: «Стресс», «Нервная система», «Память «Величайшая способность мозга», проводить анкетирование и тестирование по адаптации	2020-2025	Педагог -психолог
3.6	Продолжить работу по реализации комплекса ГТО	2020-2025	Руководитель ШМО учителей физкультуры
<b>4. Мероприятия по формированию у детей здорового образа жизни</b>			
4.1	Разработать комплексный план по профилактике алкоголизма, наркомании,	2020-2025	Социальный педагог, учитель ОБЖ



	табакокурения		
4.2	Организовать информационно-наглядную агитацию по вопросам здоровья: стенды, плакаты, рисунки, санбюллетени и т.д	2020-2025	Учитель ОБЖ
4.3	Регулярно проводить мероприятия по половому воспитанию, профилактике венерических заболеваний, СПИДа по плану	2020-2025	Ответственная за план профилактики ВИЧ
4.4	Информировать детей о влиянии вредных привычек на организм	2020-2025	Медицинский работник
4.5	Продолжить традицию проведения школьных дней здоровья	2020-2025	Руководитель ШМО учителей физкультуры
4.6	Проводить совместно с родителями нетрадиционные спортивные мероприятия: - «бегом за здоровьем»; - походы; -эстафеты;	2020-2025	Руководитель ШМО учителей физкультуры
4.7	Организовать регулярное проведение в школе: - спортивных секций; - спортивных состязаний; спортивных праздников; - спортивных конкурсов; -показательных выступлений с целью пропаганды здорового образа жизни	2020-2025	Руководитель ШМО учителей физкультуры, ОБЖ
4.8	Принимать участие в городских спортивных мероприятия 2020 – 2025 г.	2020-2025	Руководитель ШМО учителей физкультуры, ОБЖ
4.9	Проводить конкурсы: - на самый здоровый класс; - конкурсы и соревнования по программе «Школа безопасности»; - конкурс учебных кабинетов	2020-2025	Ответственный за профилактику ПДД
4.10	Принять участие в творческом конкурсе «Законы дорог уважай»	2020-2025	Ответственный за профилактику ПДД
4.11	Участие в городской спартакиаде школьников: - соревнования по футболу; - соревнования по стритболу; - соревнования по волейболу; - соревнования по шахматам; -соревнования по настольному теннису; - соревнования по стрельбе;	2020-2025	Руководитель ШМО учителей физкультуры, ОБЖ

	- соревнования по мини-футболу; - соревнования по баскетболу; - соревнования молодежи допризывного возраста		
4.12	Участие в соревнованиях по военно-прикладному виду спорта «Спортивное ориентирование»	январь-декабрь 2020-2025	Руководитель ШМО учителей физкультуры, ОБЖ
4.13	Участие в малых Олимпийских играх	май ежегодно. 2020-2025.	Руководитель ШМО учителей физкультуры,
4.14	Проведение спортивных конкурсов и викторин: - бегунов; - прыгунов; - метателей; - силачей; - гимнастов.	2020-2025.	Руководитель ШМО учителей физкультуры
4.15	Проведение спортивно-патриотических праздников «Салют, Победа», «Браво, мальчишки!» - состязание и др.	2020-2025.	Руководитель ШМО учителей физкультуры
<b>5. Совместная работа с родителями по внедрению идей здоровьесбережения в школе и семье</b>			
5.1	Регулярно проводить родительские собрания по разъяснению роли родителей в осуществлении мероприятий здоровьесбережения	2020-2025	Заместитель директора по ВР, классные руководители
5.2	Организовать для родителей семинары, консультации с целью решений психолого-педагогических проблем развития ребенка»	2020-2025	Педагог - психолог
5.3	Привлекать родителей к проведению школьных мероприятий: - соревнования; - изготовление поделок; - проведение походов; - дни мам, бабушек, дедушек и т.д.	2020-2025	Заместитель директора по ВР, классные руководители
5.4	Разработать цикл бесед, лекций, практических занятий по профилактике вредных привычек	2021	Заместитель директора по ВР, руководители ШМО
<b>6. Отслеживание результатов выполнения мероприятий программы</b>			
6.1	Ежегодно анализировать: - динамику показателей физического развития детей; состояния заболеваемости детей	2020-2025	Руководитель ШМО учителей физкультуры, медицинский работник
6.2	На основании анализа разрабатывать мероприятия по коррекции	2020-2025	Заместитель директора по ВР, руководитель

	отклонений здоровье	в		ШМО классных руководителей
6.3	Осуществлять СанПиН в ОУ		2020-2025	Директор
6.4	Проводить анкетирование учащихся по актуальным вопросам наркомании, антиалкогольному воспитанию, занятости вне уроков, комфортности в школе		2020-2025	Заместитель директора по ВР, педагог - психолог, социальный педагог, Классные руководители
6.5	Заслушать отчеты классных руководителей на совещании при директоре: - о работе с учащимися по формированию здорового образа жизни; - о работе с родителями по пропаганде <u>здоровьесбережения детей</u>		2020-2025	Директор
6.6	На заседаниях педсовета заслушать отчеты учителей по работе с учащимися по воспитанию неприятия к вредным привычкам		2020-2025	Директор