

An aerial photograph of Yaroslavl, Russia, showing a mix of historical and modern architecture. In the foreground, the green and gold domes of a church are visible. The city is surrounded by lush green trees. The sky is blue with some light clouds.

**Алгоритм подготовки  
программы  
здоровьесберегающей  
работы в МОУ СОШ города  
Ярославля.  
Методические рекомендации**

# Пояснительная записка

- Проблемная ситуация
- Актуальность
- Новизна
- Цели
- Задачи
- Проблемное поле
- Целевая группа

# Цели

- Формирование мотивации к здоровому образу жизни за счет создания комплекса здоровьесберегающих мероприятий, учитывающих половозрастные особенности детей и формирующих нормы и правила здорового образа жизни
- Создание комфортной образовательной среды на основе внедрения здоровьесберегающих технологий в работе с учащимися
- Создание условий для успешной социализации различных категорий учащихся с учетом состояния их физического и морально-психологического здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей

# Задачи

- Организация работы по здоровьесбережению в школе,
- Методическое обеспечение работы по сохранению и укреплению здоровья,
- Разработка, апробация и обобщение конкретных технологий по минимизации рисков в сфере здоровья у учащихся,
- Содействие формированию мотивации ЗОЖ у школьников,
- Проведение мероприятий с учащимися, направленных на формирование осознанного ценностного отношения к собственному здоровью и укрепление здоровья школьников.
- Содействие формированию мотивации ЗОЖ у родителей и учителей как модераторов здорового образа жизни у школьников, сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса.



## Составляющие работы школы по формированию безопасного и здорового образа жизни

- Безбарьерная образовательная среда
- Оптимальная учебная нагрузка
- Физическая активность
- Профилактика вредных привычек
- Осознанная ценность собственного здоровья
- Выполнение требований Нового САНПиН

**Проблемное поле:**  
здоровьесохраняющая  
образовательная среда в школе

**Целевая группа:**  
учащиеся начальной школы,  
педагоги, родители

# Векторы работы программы

- Программа – оптимум – *сохранить* здоровье участников образовательного процесса
- Программа – максимум – *укрепить* здоровье участников образовательного процесса через формирование ценностного отношения к здоровью с целью успешного обучения и освоения учебных программ

# Ресурсы реализации программы:

Интеллектуальные

Материальные

Профессиональные

Управленческие

Духовно-  
ценностные



# *Основные этапы программы*

- *1 этап - подготовительный*
- *2 этап - основной (реализация проекта)*
- *3 этап - заключительный (общественная защита)*

Основные этапы	Сроки	Содержание работы
Подготовительный		<ul style="list-style-type: none"> <li>-создание условий для поэтапного перехода к реализации программы</li> <li>-решение вопросов ресурсного обеспечения программы</li> <li>-проведение диагностики личностных, психофизиологических и интеллектуальных особенностей учащихся, учителей и социальных партнеров</li> <li>-формирование высокого уровня мотивационной и профессиональной готовности участников проекта к инновационной деятельности</li> </ul>
Основной		<ul style="list-style-type: none"> <li>-разработка и реализация здоровьесберегающих программ с учащимися начальных классов</li> <li>- работа по созданию здоровьесберегающей образовательной среды</li> <li>-ресурсное обеспечение программы</li> <li>- мониторинг инновационной деятельности</li> </ul>
Аналитический		<ul style="list-style-type: none"> <li>-итоговая диагностика, мониторинг, самоанализ результатов</li> <li>-обмен опытом, изучение лучшего, обобщение, распространение</li> <li>-оформление результатов работы</li> </ul>

**Структурный**

**Мотивационный**

**Подходы  
к  
составлению  
плана  
мероприятий**

**Субъектный**

**Тематический**



# Структурный подход

- *Здоровьесеберегающая школьная инфраструктура (реализация новых САНПиН)*
- *Здоровьесохраняющий образовательный процесс (планирование оптимальной учебной нагрузки)*
- *Система питания*
- *Развитие физической активности школьников*
- *Просветительско-воспитательская работа (создание условий реализации безбарьерной среды общения в школе, мероприятия по осознанию школьниками ценности собственного здоровья)*
- *Профилактика вредных привычек*
- *Взаимодействие с социальными партнерами (ГЦПМСС, поликлиники, Комيته по делам молодежи и т.д.)*

Направление деятельности	Основные мероприятия	Сроки	Ответственные
<i>Здоровьесеберегающая школьная инфраструктура (реализация новых САНПиН)</i>			
<i>Здоровьесохраняющий образовательный процесс (планирование оптимальной учебной нагрузки)</i>			
<i>Система питания</i>			
<i>Развитие физической активности школьников</i>			
<i>Просветительско-воспитательская работа (создание условий реализации безбарьерной среды общения в школе, мероприятия по осознанию школьниками ценности собственного здоровья)</i>			
<i>Профилактика вредных привычек</i>			
<i>Взаимодействие с социальными партнерами</i>			

# Мотивационный подход

- - ценностно-смысловой компонент отношения к своему здоровью («Я хочу быть здоровым...»);
- - когнитивный компонент как система знаний о ЗОЖ («Я знаю...»);
- - эмоционально - волевой компонент как принятие осознанного решения быть здоровым («Я могу...»);
- - деятельностный компонент, проявляющийся в конкретных поступках, мнениях, навыках, обеспечивающих ЗОЖ («Я умею и действую...»)



# Тематический подход

- **Здоровьеукрепляющие** (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания)
- **Оздоровительные** (физическая подготовка, физиотерапия, ароматерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия)
- **Технологии обучения здоровью** (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла)
- **Воспитание культуры здоровья** (внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.)
- **Психологические** (занятия по развитию личности учащихся, развитие навыков эффективного общения с окружающими людьми, мероприятия, направленные на формирование мотивации здорового образа жизни у участников образовательного процесса).

# Субъектный подход

- Обучающиеся
- Педагоги
- Родители

Направление	Задачи-действия	Мероприятия	Ответственные	Сроки
Работа с учащимися	<p>Разработка и апробация конкретных технологий и методов по минимизации рисков в сфере здоровья у учащихся</p> <p>1-4 классов</p>			
	<p>Проведение мероприятий с учащимися 1-4 классов, направленных на формирование осознанного отношения к собственному здоровью</p>			
	<p>Развитие компетентности учащихся в вопросах здорового образа жизни</p>			
	<p>Развитие умений безопасного поведения и волевых качеств личности у учащихся</p>			
	<p>Создание системы сохранения и укрепления здоровья школьников при переходе от младшего к среднему звену.</p>			

Направление	Задачи-действия	Мероприятия	Ответственные	Сроки
Работа с родителями	Содействие формированию мотивации ЗОЖ у родителей как модераторов здорового образа жизни у школьников.			
Работа с педагогами	сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса, содействие формированию мотивации ЗОЖ у педагогов как модераторов процесса формирования здорового образа жизни у школьников			

# Рекомендательный набор мероприятий при планировании деятельности по здоровьесбережению в школе

(В.В. Елисеев. Материалы для подготовки плана здоровьесберегающей работы школы// Практика административной работы, 2011№ 3)

# Нормативно-правовое обеспечение здоровьесберегающей деятельности. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры

- Совершенствование локальных нормативно-правовых документов образовательного учреждения
- Совершенствование документов по охране труда и технике безопасности
- Поддержание порядка на школьной территории
- Обеспечение оснащённости зон для отдыха, занятий физической культурой, учебной деятельности
- Обеспечение санитарно-гигиенического состояния территории школы
- Предупреждение угрозы имуществу учащихся и педагогов
- Предупреждение угрозы жизни и здоровью обучающихся и учителей
- Наличие специалистов: медицинского работника, учителей физкультуры, тренеров, психологов и т.д.



# Управление здоровьесберегающей деятельностью

- Создание организационной структуры управления здоровьесберегающей деятельностью
- Организация исполнения предписаний надзирающих органов по вопросам сохранения здоровья (Роспотребнадзора, пожарнадзора, комиссии по охране труда и т.д.)
- Контроль здоровьесберегающей деятельности
- Проведение мониторинга здоровья обучающихся
- Своевременная коррекция плана деятельности по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса, формированию здорового образа жизни

# Рациональная организация образовательного процесса

- Обеспечение гигиенических требований к образовательному процессу (соответствие мебели росту школьников, соблюдение норм освещенности, воздушно-теплого режима)
- Рациональное использование видеоэкранных средств обучения
- Использование ЗОЖ-технологий в образовательном процессе
- Индивидуализация педагогических воздействий учителей
- Рациональная организация урока
- Оптимизация учебной нагрузки на учащихся
- Регулирование объема учебной нагрузки, количества уроков и их продолжительности, затраты времени на выполнение домашних заданий, нагрузок от дополнительных занятий
- Использование динамических пауз на уроках

# Организация физкультурно-оздоровительной работы

- Введение в расписание третьих уроков физической культуры
- Работа с учащимися, отнесенными к различным медицинским группам
- Организация внеклассной физкультурно-оздоровительной работы
- Туристская работа
- Проведение занятий ЛФК
- Витаминизация обучающихся (по показателям)
- Проведение мероприятий по фито и ароматерапии
- Использование офтальмотренажеров
- Ведение карт здоровья школьников
- Работа по предупреждению школьных болезней (сколиоза, близорукости, нервно-психических расстройств, астено-невротических состояний, заболеваний ЖКТ)

# Рациональная организация питания в школе

- Охват обучающихся питанием
- Контроль качества приготовленной пищи
- Использование средств для организации бесплатного питания детей из малообеспеченных семей
- Проведение массовых развлекательных мероприятий по пропаганде здорового питания

# Просветительско-воспитательная работа

- Использование наглядной агитации по вопросам ЗОЖ
- Лектории для учителей, родителей и учащихся
- Создание системы психолого-педагогического просвещения по вопросам ЗОЖ
- Коррекция тревожности обучающихся, создание позитивного психологического климата и взаимоотношений и т.д.

# Профилактика вредных привычек

- Воспитание ответственности за собственное здоровье
- Мероприятия профилактической направленности (зависимости, вредные привычки)
- Проведение учебных игр, тренингов, дискуссий, направленных на формирование ценности здоровья и отказ от вредных привычек
- Организация просмотра и анализа видеоматериалов



# Формирование ценностного отношения к здоровью и культуры здоровья

- «Обучение здоровью»
- Формирование у школьников мотивации на ведение здорового образа жизни
- Проведение мероприятий по защите и укреплению здоровья
- Проведение Дней здоровья
- Проведение конкурсов и массовых мероприятий здоровьесберегающей направленности



## **Организационные результаты**

Организация работы по здоровьесбережению в школе  
(критерий - программа здоровья в образовательном учреждении, план работы по здоровому образу жизни; здоровьесберегающая школьная инфраструктура)

## **Образовательные результаты**

- Рост физической и санитарно-гигиенической культуры учащихся, активизация познавательного интереса  
(критерий – знание о способах сохранения здоровья учащимися, познавательные УУД)
- Устойчивый интерес и потребность к занятиям физкультурой и спортом, здоровому и активному образу жизни (критерий – посещение уроков физкультуры и успеваемость по предмету, занятость в спортивных кружках и секциях).

## Психолого-педагогические результаты

- Ценностное отношение к здоровью со стороны участников образовательного процесса – *(критерий – рейтинг здоровья среди остальных базовых ценностей)*.
- Устойчивые навыки обеспечения безопасной жизнедеятельности как важного условия самореализации личности *(критерий - знание о способах сохранения здоровья учащимися)*.
- Коммуникативные универсальные учебные действия *(критерий – уровень сплоченности, общительности учащихся; безбарьерная образовательная среда)*
- Сформированность регулятивных универсальных учебных действий *(критерий - умение учащихся организовывать и анализировать свою деятельность)*
- Сформированность личностных универсальных учебных действий *(укрепление морально-психологического здоровья учащихся, нравственное и эстетическое совершенствование личности) (критерий – самооценочные и идентификационные показатели личности, наличие четких здоровьесберегающих установок)*

## Медико-соматические результаты

- Соблюдение гигиенических норм и требований к уроку (*критерий – здоровьесберегающий хронометраж урока*)
- Оптимальный уровень физической активности на уроке (*критерий – физкультминутки и динамические паузы*)
- Устойчивые показатели индекса заболеваемости (*критерий – индекс заболеваемости*)
- Формирование безопасного образа жизни учащихся (*критерий – низкие показатели травматизма*)
- Организация горячего питания в школе (*рост числа питающихся*)

## Сопровождающие результаты

- Профессиональная компетенция педагогов и работников школы в сохранении и укреплении физического, нравственного, морального и социального здоровья школьников (*критерий – число педагогов, обученных в рамках внедрения ЗОЖ - технологий в образовательный процесс; количество мероприятий ЗОЖ-направленности с педагогами (семинары, тренинги и т.д.)*)
- Поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей (*критерий - посещаемость собраний, число родителей, вовлекаемых во внеучебные мероприятия, инновационные формы с родителями, мероприятия с детьми и родителями совместно*).
- Социальное партнерство общественности и школы по расширению материально-технических возможностей для совершенствования оптимального учебно-воспитательного процесса, конечной целью которого является выполнение важнейшего социального заказа – формирования личности, способной с наибольшей пользой для себя и общества жить и работать в условиях современного общества (*критерий – наличие социальных партнеров*).