



муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия № 14 управления, экономики и права»

660078, г. Красноярск, пер. Медицинский, 27, тел. 8(391) 261-27-73, [gymn14@mailkrsk.ru](mailto:gymn14@mailkrsk.ru)



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ Гимназия № 14

Н.В. Шуляк

» 20 г.

**ПРОГРАММА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ И  
ПРОПАГАНДЫ ЗДОРОВОГО ЖИЗНИ  
«НАША ГИМНАЗИЯ – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»**

Муниципального автономного общеобразовательного учреждения  
«Гимназия № 14 управления, экономики и права»  
на 2022 – 2027 годы

г. Красноярск  
2022 год

## ПАСПОРТ

### программы оздоровительной работы и пропаганды здорового жизни «Наша гимназия –территория ЗОЖ»

Наименование Программы	Внутригимназическая программа оздоровительной работы и пропаганды здорового жизни «Наша гимназия–территория здоровья» МАОУ Гимназия № 14 управления, экономики и права» на 2022-2027 гг.(далее – Программа)
Основание для разработки Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Федеральный закон от 10 апреля 2000 года №51-ФЗ «Об Утверждении Федеральной программы развития образования»,</li> <li>- Закон РФ «Об образовании»,</li> <li>- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ,</li> <li>- «Конвенция ООН о правах ребёнка»,</li> <li>- «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»,</li> <li>- Конституции Российской Федерации,</li> <li>- Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года,</li> <li>- Федеральная целевая программа развития образования (ФЦПРО), утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 23 декабря 2005 г. № 803,</li> <li>- Приоритетный национальный проект «Образование» (ПНПО),</li> <li>-</li> </ul>
Программа согласована и принята	Педагогическим советом МАОУ Гимназия № 14 Родительским комитетом МАОУ Гимназия № 14 Совет гимназистов МАОУ Гимназия № 14
Разработчики и исполнители Программы	Г.И. Берликова, заместитель директора по учебно-воспитательной работе; О.М. Романова, руководитель структурного подразделения ЦДО. Рабочая группа: медицинский работник, учителя физкультуры, педагоги дополнительного образования, педагог-психолог, социальный педагог
Цель и задачи Программы	<p><b>Цель:</b> формировать навыки организации здорового образа жизни посредством организации здоровьесберегающей и здоровьесформирующей образовательной среды, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• систематическое отслеживание санитарно-гигиенического состояния гимназии;</li> <li>• гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;</li> <li>• освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;</li> <li>• планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся с учетом особенностей состояния их здоровья;</li> <li>• развитие психолого-педагогического и медико-социального сопровождения обучающихся для своевременной профилактики дезадаптации школьников;</li> <li>• организация системы дополнительного образования, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни обучающихся;</li> <li>• создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской</li> </ul>

	<p>работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• обобщение опыта работы педагогических работников гимназии по использованию здоровьесберегающих педагогических технологий;</li> <li>• развитие программно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса по аспектам здоровьесбережения;</li> <li>• разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников гимназии.</li> </ul>
<p>Основные направления Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Кадровое обеспечение работы гимназии по сохранению здоровья учащихся</li> <li>• Материально-техническая база кабинетов, обеспечивающих здоровьесберегающий образовательный процесс</li> <li>• Создание здоровьесберегающей внутренней среды</li> <li>• Здоровьесберегающая организация образовательного процесса</li> <li>• Урок – здоровьесберегающая форма обучения учащихся</li> <li>• Работа с педагогическим коллективом по укреплению здоровья педагогов</li> <li>• Диагностика и мониторинг состояния здоровья и заболеваний обучающихся</li> </ul>
<p>Сроки и этапы реализации Программы</p>	<p>Сроки реализации Программы: 2022 – 2027 годы</p> <p><b>1. Подготовительный этап 2022 - 2023 учебный год</b></p> <p><u>Цели:</u> создание материально-технического, нормативного и программно-методического обеспечения реализации Программы.</p> <p><u>Задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• создание рабочей группы;</li> <li>• оценка имеющихся ресурсов (материальных, кадровых, организационных, информационных);</li> <li>• распределение сфер ответственности, обязанностей и задач каждого участника проекта;</li> <li>• выявление структуры факторов, оказывающих негативное воздействие на здоровье обучающихся;</li> <li>• анализ актуальности рассматриваемой проблемы (изучение медкарт, тестирование, диагностика);</li> <li>• разработка программы мониторинга;</li> <li>• составление Карты индивидуальных показателей обучающихся;</li> <li>• обновление методических материалов по использованию здоровьесберегающих педагогических технологий в образовательном процессе;</li> <li>• обновление программно-методического обеспечения образовательного процесса: разработка программ дополнительного образования, элективных курсов и элективных учебных предметов, способствующих формированию здорового образа жизни у обучающихся (с 1 по 11 классы);</li> <li>• разработка подпрограмм «обучение здоровью» для учителей, родителей, учащихся.</li> </ul> <p><u>Ответственные:</u> зам. директора по УВР, руководитель структурного подразделения ЦДО, рабочая группа (учителя физкультуры, логопед дефектолог, педагоги-психологи, социальные педагоги).</p> <p><b>2. Практический этап 2023 - 2026гг.</b></p> <p><u>Цель:</u> реализация Программы</p> <p><u>Задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• реализация программы мониторинга состояния физического и</li> </ul>

	<p>психического здоровья обучающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• реализация разработанных программ дополнительного образования, элективных курсов и элективных учебных предметов, способствующих формированию здорового образа жизни у обучающихся (с 1 по 11 классы);</li> <li>• профилактическая работа по предупреждению заболеваний, реализация подпрограммы «Обучение здоровью»;</li> <li>• обеспечение качественного и рационального питания школьников и учителей, организация диетического питания;</li> <li>• организация сотрудничества семьи и школы;</li> <li>• организация и проведение спортивных праздников и соревнований с участием педагогов и родителей;</li> <li>• организация и проведение различных внеурочных видов деятельности: дни здоровья, месячники, декады, акции по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек;</li> <li>• ежегодный анализ промежуточных результатов реализации Программы и коррекция плана ее реализации .</li> </ul> <p><u>Ответственные:</u> зам. директора по УВР, руководитель структурного подразделения ЦДО, рабочая группа (учителя физкультуры, логопед, педагоги-психологи, социальные педагоги, классные руководители, учителя-предметники, педагоги-дополнительного образования)</p> <p><b>3. Обобщающий этап 2026 - 2027 учебный год.</b></p> <p><u>Цель:</u> анализ результатов реализации программы.</p> <p><u>Задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов реализации программы с поставленной целью;</li> <li>• корректировка исследования описание хода и результатов реализации программы;</li> <li>• оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности.</li> <li>• Обобщение и распространение опыта работы школы по реализации Программы</li> </ul> <p><u>Ответственные:</u> зам. директора по УВР, руководитель структурного подразделения ЦДО, рабочая группа (учителя физкультуры, логопед, педагоги-психологи, социальные педагоги, классные руководители, учителя-предметники, родители.</p>
<p>Ожидаемые конечные результаты реализации Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Использование в деятельности школы системы комплексного мониторинга состояния здоровья детей, анализ состояния здоровья и выработка мер коррекции.</li> <li>• Снижение заболеваний желудочно-кишечного тракта на 5%.</li> <li>• Снижение числа часто болеющих обучающихся (на 10%).</li> <li>• Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников (по результатам «Президентских состязаний» на 0,05).</li> <li>• Повышение числа обучающихся, занимающихся в спортивных секциях - не менее 90% от общего числа учеников школы.</li> <li>• Повышение числа педагогов, использующих в практической деятельности здоровьесберегающие технологии до 100%.</li> <li>• Увеличение числа родителей, участвующих в совместных физкультурно-оздоровительных мероприятиях.</li> </ul>

Система организации контроля за выполнением Программы	Управление Программой осуществляет Директор МАОУ Гимназия № 14 через своего заместителя по учебно-воспитательной работы, который в системе проводит мониторинг реализации Программы, своевременно вносит коррективы по предупреждению рисков и негативных последствий реализации Программы. Контроль за исполнением Программы осуществляет педагогический совет гимназии.
---	---

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Начало XXI века в России ознаменовалось глубинными социальными изменениями, которые отражаются и на системе образования. Среди участников педагогического процесса растет осознание того факта, что без решения проблемы сохранения и развития здоровья учащихся и учителей вряд ли произойдет гуманистическое обновление российской школы, а любая инновация в ней будет обречена на провал. Не случайно в школы пришли специалисты разного профиля – медицинский работник, педагоги-психологи, логопеды, социальные педагоги, валеологи, пытающиеся совместно с учителями оздоровить образовательную среду.

Наш Красноярский край характеризуется тяжелыми климатическими факторами, такими как, “синдром полярного напряжения”, в основе которого лежат космические излучения и геомагнитные флюктуации, перестройка суточной периодики организма, диктуемая нарушениями среднеширотной фотопериодичности, низкие температуры с ветром, характер питания, переключающего метаболизм с углеводного типа на жировой.

Современная школа находится в поиске новых моделей обучения, предусматривающих разностороннее развитие личности с учетом индивидуальных, психофизиологических и интеллектуальных возможностей.

Как отмечают педиатры Красноярского края, по числу выявленных заболеваний у детей первое место занимают заболевания костно-мышечной системы, затем – органов зрения, органов пищеварения, нервной и мочеполовой систем.

Учитывая, что нарушения в состоянии здоровья учащихся часто являются причиной трудностей усвоения учебного материала, мы все усилия медицинского персонала и учителей направляем на устранение тех факторов, которые вызывают эти нарушения или способствуют их возникновению.

Образовательная система располагает реальными возможностями для позитивного воздействия на здоровье школьников путем повышения уровня грамотности, воспитания культуры здоровья, приобщения к ведению здорового образа жизни.

Но можно ли сформировать культуру здоровья учащихся только на уроках физкультуры или уроках здоровья? Вряд ли. Необходима целостная система учебно-воспитательной работы в этом направлении. С этой целью должна быть разработана Программа, ориентированная на решение таких значимых проблем, устранение которых в сумме может дать максимально возможный, полезный эффект оздоровления как учащихся, так и учителей.

Анализ основных параметров состояния здоровья школьников является неотъемлемой частью анализа итогов учебного года на протяжении всех лет существования школы. В гимназии реализуется комплексный план оздоровительных мероприятий и гигиенического воспитания учащихся, результатом чего является стабилизация, а по некоторым показателям и снижение уровня заболеваемости.

**Цель программы:** формировать навыки организации здорового образа жизни посредством организации здоровьесберегающей и здоровьесформирующей образовательной среды, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса.

### **Задачи:**

- систематическое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся;
- планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся с учетом особенностей состояния их здоровья;
- развитие психолого-педагогического и медико-социального сопровождения обучающихся для своевременной профилактики дезадаптации школьников;

- организация системы дополнительного образования, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни обучающихся;
- создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- обобщение опыта работы педагогических работников школы по использованию здоровьесберегающих педагогических технологий;
- развитие программно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса по аспектам здоровьесбережения;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

Одним из методов реализации программы является создание системы наблюдения за состоянием здоровья ребенка на основе педагогических наблюдений, медицинских обследований, изучения медицинской документации, создание нормальных санитарно-гигиенических условий обучения, питания, комфортной психологической среды.

### **Ожидаемые результаты реализации Программы :**

- Использование в деятельности школы системы комплексного мониторинга состояния здоровья детей, анализ состояния здоровья и выработка мер коррекции.
- Снижение заболеваний желудочно-кишечного тракта на 5%.
- Снижение числа часто болеющих обучающихся (на 10%).
- Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников (по результатам «Президентских состязаний» на 0,05).
- Повышение числа обучающихся, занимающихся в спортивных секциях - не менее 90% от общего числа учеников школы.
- Повышение числа педагогов, использующих в практической деятельности здоровьесберегающие технологии до 100%.
- Увеличение числа родителей, участвующих в совместных физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

## **1. Подготовительный этап 2022 - 2023 учебный год**

Цели: создание материально-технического, нормативного и программно-методического обеспечения реализации Программы.

Задачи:

- создание рабочей группы;
- оценка имеющихся ресурсов (материальных, кадровых, организационных, информационных);
- распределение сфер ответственности, обязанностей и задач каждого участника проекта;
- выявление структуры факторов, оказывающих негативное воздействие на здоровье обучающихся;
- анализ актуальности рассматриваемой проблемы (изучение медкарт, тестирование, диагностика);
- разработка программы мониторинга;
- составление Карты индивидуальных показателей обучающихся;
- обновление методических материалов по использованию здоровьесберегающих педагогических технологий в образовательном процессе;
- обновление программно-методического обеспечения образовательного процесса: разработка программ дополнительного образования, элективных курсов и элективных учебных предметов, способствующих формированию здорового образа жизни у обучающихся (с 1 по 11 классы);
- разработка подпрограмм «обучение здоровью» для учителей, родителей, учащихся.

Ответственные: зам. директора по УВР, руководитель структурного подразделения ЦДО, рабочая группа (учителя физкультуры, логопед, педагоги-психологи, социальные педагоги классные руководители, учителя-предметники, родители)

## **2. Практический этап 2023 - 2026 гг.**

Цель: реализация Программы

Задачи:

- реализация программы мониторинга состояния физического и психического здоровья обучающихся;
- реализация разработанных программ дополнительного образования, элективных курсов и элективных учебных предметов, способствующих формированию здорового образа жизни у обучающихся (с 1 по 11 классы);
- профилактическая работа по предупреждению заболеваний, реализация подпрограммы «Обучение здоровью»;
- обеспечение качественного и рационального питания школьников и учителей, организация диетического питания;
- организация сотрудничества семьи и школы;
- организация и проведение спортивных праздников и соревнований с участием педагогов и родителей;
- организация и проведение различных внеурочных видов деятельности: дни здоровья, месячники, декады, акции по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек;
- ежегодный анализ промежуточных результатов реализации Программы «Здоровье», коррекция плана реализации программы.

Ответственные: зам. директора по УВР, руководитель структурного подразделения ЦДО, рабочая группа (учителя физкультуры, логопед дефектолог, педагоги-психологи, социальные педагоги классные руководители, учителя-предметники, родители)

## **3. Обобщающий этап 2026 - 2027 учебный год.**

Цель: анализ результатов реализации программы.

Задачи:

- обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов реализации программы с поставленной целью;
- корректировка исследования описание хода и результатов реализации программы ;
- оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности.
- Обобщение и распространение опыта работы гимназии по реализации Программы

Ответственные: зам. директора по УВР, руководитель структурного подразделения ЦДО, рабочая группа (медицинские работники, логопед, педагоги-психологи, социальные педагоги, учителя, родители).

### **Программа реализуется по следующим направлениям:**

1. Кадровое обеспечение работы гимназии по сохранению здоровья учащихся
2. Материально-техническая база кабинетов, обеспечивающих здоровьесберегающий образовательный процесс
3. Структура управления здоровьесбережением
4. Создание здоровьесберегающей внутренней среды
5. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса
6. Урок – здоровьесберегающая форма обучения учащихся
7. Работа с педагогическим коллективом по укреплению здоровья педагогов
8. Диагностика и мониторинг состояния здоровья и заболеваний обучающихся



Программой охвачены все педагоги и учащиеся с 1 – 11 класс.

### **Кадровое обеспечение работы школы по обеспечению здоровья учащихся:**

- Заместитель директора по УВР
- Руководитель структурного подразделения ЦДО
- Учителя физической культуры
- Педагоги дополнительного образования
- Медицинский работник
- Школьный логопед
- Школьные педагоги-психологи
- Школьный социальный педагог
- Классные руководители

### **Материально-техническая база кабинетов, обеспечивающих здоровьесберегающий образовательный процесс:**

- Медицинский кабинет
- Физиокабинет
- Кабинет логопеда
- Кабинет педагогов-психологов
- Два спортивных зала: большой для 5-11 классов и малый для 1-4 классов (шведские стенки, маты, мячи, скакалки и др.)
- Тренажерный зал (велотренажер, беговые дорожки, силовые тренажеры, штанги, гири)
- Спортплощадка на пришкольной территории
- Компьютерный кабинет, с установленной программой по технологии БОС-здоровье
- Школьная столовая

### **Создание здоровьесберегающей внутренней среды:**

- Оптимальный световой режим: искусственное и естественное освещение учебных помещений, местное освещение классных досок
- Цветовое решение интерьера и мебели
- Расстановка оборудования и регулируемой мебели
- Адаптация первоклассников в учебном процессе («Дошколенок», дополнительные каникулы)
- Наличие зон активного отдыха (спортивная площадка на улице, площадка во дворе школы для прогулок ГПД, школьные коридоры)
- Соответствие величины нагрузки максимально допустимой норме (составление учебного плана, расписание уроков, расписание дополнительного образования с учетом соблюдения санитарных норм и правил)
- Организация питания
- Посадка учащихся с учетом заболеваний органов зрения и слуха
- Озеленение классов и школьных коридоров
- Оборудование для очистки воды
- Наличие кондиционеров кабинетах, где находится специальная техника

- Наличие бактерицидных рециркуляторов в учебных кабинетах, а также в рекреационных пространствах
- Наличие вентиляционного оборудования в учебных кабинетах

## Здоровьесберегающая организация образовательного процесса

Анализ основных параметров состояния здоровья школьников является неотъемлемой частью анализа итогов учебного года на протяжении всех лет существования гимназии. В гимназии организуется комплексный план оздоровительных мероприятий и гигиенического воспитания учащихся, результатом чего является стабилизация, а по некоторым показателям и снижение уровня заболеваемости.

### **Комплекс мероприятий:**

**Динамические паузы** на уроках (2-3 раза по 1-2 мин.) и пальчиковые игры.

Занятия **лечебной физической культурой** для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата и детей, имеющих хронические заболевания (1-2 раза в неделю). Данные занятия ориентированы на укрепление здоровья школьников и включают комплексы оздоровительной и корригирующей гимнастики, двигательные действия и упражнения, направленные как на развитие основных физических качеств, так и на коррекцию нарушений осанки и плоскостопия. Группы учащихся комплектуются в начале учебного года по данным медицинского обследования, с учетом возраста, показателей физической подготовленности, функционального состояния и степени выраженности патологического процесса. Сроки пребывания детей в группах не ограничены и зависят от степени улучшения состояния здоровья детей.

Деятельность ФСК «Форвард» направлена на формирование мотивации на занятия физической культурой и здоровый образ жизни учащихся.

**Спортивный час** для учащихся, посещающих ГПД. Проводится с целью физического развития, содействует овладению необходимыми движениями. Укрепление здоровья средствами физического воспитания.

**Медицинский работник** гимназии, изучая анамнез развития ребёнка, выявляет часто болеющих детей, страдающих хроническими заболеваниями. Учёт возрастных и личностных особенностей обследуемого совместными усилиями педагогов и медицинского работника позволяет выявить у ребёнка не только имеющиеся проблемы, трудности, но и его потенциальные возможности.

Для укрепления и сохранения здоровья налажен тесный контакт с детской поликлиникой. 1 раз в год проходит плановый углубленный осмотр врачами-специалистами (хирург, ортопед, ЛОР, офтальмолог, невропатолог, стоматолог и др.) детей 1-ых, 5-11 классов. Они дают рекомендации медицинскому работнику и родителям. Это, в свою очередь, позволяет иметь целостную картину о состоянии здоровья школьника. Данные заносятся в индивидуальную карту развития ребёнка, а по результатам разрабатывается совместно с другими специалистами индивидуальные планы работы.

Ежегодно работники гимназии проходят обязательный медицинский осмотр. Также в гимназии проходит плановая вакцинация учащихся и учителей, способствующая повышению устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды.

**Организация питания.** Так как край относится к числу неблагополучных по заболеваниям эндокринной и иммунной систем, ежедневно проводится профилактика J-дефицита (в таблетках) и профилактика авитаминозов (добавление в школьное питание витамина С в третьи блюда). Кроме этого, для детей, имеющих ограничения в продуктах питания создан отдельный стол диетического питания. Так же, помимо бесплатных завтраков и обедов для обучающихся 1-4 классов, правом на бесплатные обеды по обладают дети из многодетных и малообеспеченных семей, дети, проживающие в семьях, находящихся в социально опасном положении условиях. Для обучающихся с 5 по 11 классов организована работа школьного буфета. Следовательно, в нашей гимназии осуществляется 100% охват горячим питанием всех школьников.

Учитывая систему полного дня, придаем большое значение таким факторам, влияющим на сохранение физического здоровья, **как режим работы, расписание занятий, выполнение санитарно-гигиенических норм.**

При уборке помещений гимназии используются специальные моющие средства, для медицинского кабинета проводится **кварцевание**. Гигиенические требования к состоянию **учебной мебели** и ее соответствию возрасту учащихся выполнены полностью.

**Учебно-трудовая нагрузка** учащихся не превышает нормы предельно допустимой. На уроках применяются методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям учащихся, а также используются новые педагогические технологии в учебно-воспитательном процессе.

Перед началом занятий в начальных классах проводится **утренняя гимнастика** (10 минут). Продолжительность перемен в первой и второй половинах дня между уроками 10-20 минут. На больших переменах в начальной школе проводятся **«веселые переменки»** (подвижные игры, эстафеты). Для учащихся 1-2 классов, посещающих группы продленного дня, организованы **прогулки и подвижные игры на свежем воздухе** после уроков (1,5-2 часа). С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения на уроках проводятся динамические паузы и **гимнастика для глаз**.

Уровень физического развития учащихся зависит от состояния физического воспитания в школе. Наряду с уроками по физической культуре (2 раза в неделю) в школе проводятся массовые **физкультурно – спортивные мероприятия** (конкурсы, праздники, олимпиады) по плану физкультурно-массовых мероприятий. В школе работают **спортивные секции** (волейбол, баскетбол, настольный теннис, мини-футбол, лыжи) и **тренажерный зал**.

Заботясь не только о физическом, но и о душевном развитии и здоровье учащихся, **служба психолого-педагогического сопровождения** помогает в разрешении проблемных ситуаций, которые связаны не только с пребыванием учащихся в гимназии, но и затрагивает ситуации, возникающие вне школы. За время работы служба усовершенствовала навыки по оказанию помощи учащимся, их родителям и всему педагогическому коллективу.

Деятельность службы педагогов – психологов и социальных педагогов осуществляется в рамках следующих направлений:

- психологическая диагностика учащихся;
- развивающие психологические занятия с учащимися;
- психологическое консультирование учащихся;
- индивидуальная коррекционная работа с учащимися;
- психологическое обучение родителей;
- психологическое консультирование родителей;
- совместная методическая работа педагогов, психологов, социальных педагогов;
- психологическое обучение педагогов;
- психологическое консультирование педагогов;
- учет посещаемости и успеваемости;
- предупреждение и профилактика правонарушений, правовой всеобуч;
- организация и отдых детей в каникулярное и внеурочное время;
- совместная работа гимназии, семьи и общественности;

Вся деятельность осуществлялась на основании нормативно-правовой документации (законодательных и рекомендательных документов).

Таким образом, в настоящее время гимназия идет по пути осознанного усиления валеологического компонента в воспитательной деятельности по сохранению физического здоровья учащихся, что подтверждается стабилизацией уровня заболеваемости.

### **Урок – здоровьесберегающая форма обучения учащихся:**

- Личностно-ориентированный подход в обучении
- Дифференцированный подход в обучении
- Соответствие величины нагрузки максимально допустимой норме
- Игровая форма деятельности учащихся
- Дозировка домашнего задания
- Динамические паузы

## **Работа с педагогическим коллективом по укреплению здоровья педагогов:**

- Участие в городских соревнованиях в составе команды «Фитнесс-марафон»
- Организация «Дней здоровья»
- Укрепление здоровья через приобретение санаторно-курортных путевок
- Цикл бесед по профилактике различных заболеваний
- Прохождение ежегодного медицинского осмотра
- Вакцинация против гриппа, гепатита, дифтерии и др.

### **Диагностика и мониторинг состояния здоровья и заболеваний обучающихся**

Одной из главных задач в области охраны здоровья подрастающего поколения, является создание оптимальных условий жизнедеятельности ребенка на разных этапах его развития. Уровень физического развития учащихся напрямую зависит от состояния физического воспитания, оздоровительной работы в гимназии.

По данным медицинского осмотра учащихся начальной школы наблюдается стабильность в физической группе и группе здоровья, но, важно, отметить увеличение процента учащихся, отнесенных к I группе здоровья. У обучающихся 5-11 классов наблюдается снижение количества учащихся, отнесенных к основной группе, увеличивается процент учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к I группе здоровья

Так как в МАОУ Гимназия № 14 работа по оздоровлению обучающихся идет непрерывно, то снижается процент таких заболеваний как: бронхиальная астма; карлес; нарушение зрения; заболевания опорно-двигательного аппарата; неврологические заболевания; эндокринные заболевания.

Система коррекционной помощи детям с нарушениями речи в нашей гимназии постоянно развивается и совершенствуется с учетом современных педагогических и технических достижений. В результате применения диафрагмально-релаксационного дыхания улучшается психо-эмоциональное состояние, работоспособность большей части детей.

Деятельность по данному направлению реально влияет на общее состояние здоровья учащихся. Исходя из этого показателя, наблюдается положительная динамика в здоровье детей, сокращается количество уроков, пропущенных по причине болезни после проведенных занятий с детьми.

Также, хочется отметить уровень физической подготовленности (СУФП) обучающихся по школе, он составляет 0,19 (средний), что соответствует уровню физической подготовленности – «хорошо».

Повышается показатель результативность участия обучающихся в районных, городских и краевых спортивно-массовых мероприятиях работа, ежегодно учащиеся становятся победителями и призерами соревнований различного уровня. Растет количество обучающихся получивших значок ГТО.

Разрабатывая программу «Здоровье» на 2022-2027 года, мы стремились к тому, чтобы разработанная нами система оздоровительной работы, включая инновационные формы и методы, органически входила в жизнь гимназии, вовлекая в нее всех участников образовательных отношений (обучающихся, педагогов и родителей) решила вопросы психологического благополучия и нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности, и самое главное нравилась бы детям.

#### **План на ближайшие 3 – 4 года:**

- Продолжить проведение совместных мероприятий: «дней здоровья», туристических походов, праздников, субботников.
- Посещение родителями занятий по валеологической направленности, с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни.

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья учащихся,  
учителей и родителей на 2022 -2027 учебный год**

№ п/п	мероприятия	сроки	ответственные
<b>1. Развитие физической культуры, физической подготовки и воспитания учащихся</b>			
1	Направить усилия на развитие спортивной базы гимназии а) приобрести необходимый спортивный инвентарь и оборудование для уроков физической культуры, спортсекций и кружков б) обеспечить ремонт и оснащение подсобных помещений спортзалов	ежегодно	Заместитель директора по УВР, Заместитель директора по АХР, руководитель структурного подразделения ЦДО
2.	Ввести в практику работы спортивные перемены и спортминутки, часы здоровья	ежегодно	Учителя физической культуры
3.	Обеспечение систематического проведения уроков физической культуры на свежем воздухе	ежегодно	Учителя физической культуры
4.	Ежегодно осенью, зимой и весной проводить Дни <b>Здоровья</b>	сентябрь, февраль апрель	Учителя физической культуры
5.	Продолжение работы спортивных секций и кружков	ежегодно	Руководители кружков и секций
6.	Организация активной пропаганды работы спортсекций и кружков среди учащихся.	ежегодно	Руководитель структурного подразделения ЦДО.
7.	Проведение бесед о пользе зарядки и соблюдении режима дня	ежегодно	Классные руководители, учителя физической культуры Учителя предметники
8.	Участие учащихся в городских спортивно-массовых мероприятиях	По плану согласованному с ГУО и организационно-ресурсным центром ДООЦ № 1	Руководитель структурного подразделения ЦДО, учителя физической культуры
9.	Проведение школьной Спартакиады среди учащихся 1-11 классов, ГПД (начальной школы)	ежегодно	Руководитель структурного подразделения ЦДО, учителя физической культуры

10.	Проведение общегимназического фестиваля «Готов к труду и обороне!»	Ежегодно, 1 и 3 четверть	учителя физической культуры
11	Организация спортивных вечеров для проведения семейных соревнований	ежегодно	Учителя физической культуры
12.	Организация группы <b>Здоровья</b> для учителей школы.	ежегодно	Зам. директора по УВР

## 2. Лечебно-оздоровительная работа, психолого-логопедическая помощь школьникам

1.	Организация регулярного проведения диагностики: а) на наличие стресс-фактора б) комфортности детей на уроке в) взаимоотношения в коллективе	ежегодно	Зам. дир. по УВР Кл. руководители Психологи, логопед
2.	Организация медицинской службы в гимназии: а) постоянный мониторинг здоровья детей б) своевременные профилактические меры предупреждения заболеваний	ежегодно	Зам. дир. по УВР Медицинский работник гимназии
3.	Организация диетического питания учащихся.	ежегодно	Классные руководители, Соц. педагоги
4.	Организация летнего отдыха детей	ежегодно	соц. педагоги
5.	Полное обеспечение школьного медпункта медикаментами	ежегодно	Зам.директора по АХЧ
6.	Своевременное прохождение работниками школы медосмотра	ежегодно	Зам . директора по УВР, специалист отдела кадров.
7.	Оформление уголка здоровья в начальной школе (с рекомендациями родителям)	ежегодно	Зам. дир. по УВР

## 3. Пропаганда здорового образа жизни

1	Проведение бесед с учащимися с приглашением специалистов детской поликлиники, отдела профилактики наркологического диспансера	ежегодно	Зам. директора. по УВР Медицинский работник
2.	Ознакомление родителей с результатами медицинского осмотра	ежегодно	Медицинский работник
3	Выпуск санитарных бюллетеней	ежегодно	Зам. директора по УВР. Медицинский работник
4.	Выпуск стенгазеты «Здоровый образ жизни»	ежегодно	медицинский работник
5.	Беседа «Как правильно питаться» (6-8 классы)	ежегодно	Кл. руководители
6.	Родительский лекторий «Здоровый образ жизни»	ежегодно	Зам. директора по УВР.
7.	Игры и развлечения на свежем воздухе	ежегодно	Учителя физ-ры. воспитатели ГПД
8.	Цикл лекций и бесед для детей на тему «Наше здоровье» (перед выход на каникулы)	ежегодно	Зам. директора по УВР. Классные руководители .

3.	«День здоровья»	ежегодно	Зам. директора по УВР. Учителя физ-ры, Кл. руководители
4.	Формирование групп детей для оздоровления в летних лагерях	ежегодно	Соц. педагоги
5.	Совместная работа с детскими садами города, в вопросах физической подготовке подготовительных групп к школе	ежегодно	Соц. педагоги

**4. Обеспечение условий для сохранения здоровья учащихся на уроках.  
Организация контроля за соблюдением санитарно – гигиенических норм**

1	Обеспечение выполнения требований к оборудованию учебных помещений и их освещению.	ежегодно	Зам. директора по АХЧ, заведующие учебных кабинетов.
2	Обеспечение выполнения требований к воздухо-тепловому режиму, постоянный контроль за его соблюдением.	ежегодно 2 раза в год	Зам. по АХЧ, заведующие учебных кабинетов
3.	Организация постоянного контроля за санитарным состоянием и содержанием учебных помещений	ежегодно	Зам. по АХЧ, ОБЖ
4.	Регулярное проведение инструктажа по технике безопасности среди педагогов и учащихся школы	ежегодно	Зам. по АХЧ Учителя предметники, педагоги ДО.
5.	Наличие инструкций по технике безопасности в кабинетах повышенной опасности	ежегодно 4 раза в год	Зам. по ОБЖ Ответственные за кабинеты
6.	Соблюдение установленных норм работы с компьютером и другими техническими средствами на уроках	ежегодно обновление 2 раза в год	Зам. по ОБЖ Ответственные за кабинеты Учителя информатики
7.	Проведение изучения загруженности детей домашним заданием	ежегодно	Зам. дир. по УВР
8.	Соблюдение требований СанПинов при составлении расписания уроков и занятий ДО	в течение года	Зам. дир. по УВР, руководитель структурного подразделения ЦДО

**5. Материально-техническая база**

1.	Приобретение спортивного инвентаря и оборудования	ежегодно	Зам. Директора по АХЧ.
2.	Приобретение единой общегимназической спортивной формы (волейбол, футбол, баскетбол)	ежегодно	зам. Директора по УВР.
3.	Ремонт спортивного инвентаря и оборудования	ежегодно	Зам. Директора по АХЧ.