

ПРИНЯТО

на Общем собрании
работников ГБОУ школы
№ 334 Невского района
Санкт-Петербурга
председатель Общего
собрания _____

Е.А. Ледоховских
Протокол №1 от 31.08.2021 г.

ПРИНЯТО

С учетом мнения:
Совета родителей
ГБОУ школы № 334
Невского района
Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 31.08.2021 г

Совета обучающихся
ГБОУ школы № 334
Невского района
Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 31.08.2021 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора
ГБОУ школы №334
Невского района
Санкт-Петербурга
от «__» _____ 2021 года
№ _____

Директор _____
Н.Н. Нагайченко



ПРОГРАММА
формирования культуры здорового
и безопасного образа жизни обучающихся
Государственного бюджетного образовательного учреждения
школа №334 Невского района Санкт-Петербурга

Введение

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся ГБОУ школа №334 Невского района Санкт-Петербурга – это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья, как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего, основного общего и среднего общего образования.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего, основного общего и среднего общего образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 Санитарно-эпидемиологические требования к образовательным организациям (далее – СП 2.4.3648-20);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685-21)

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни в ГБОУ школа №334 Невского района Санкт-Петербурга сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей и подростков.

Цель программы: обеспечение системного подхода к созданию здоровьесберегающей среды, способствующей формированию личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся, способствующей познавательному и эмоциональному развитию детей, достижению планируемых результатов освоения образовательных программ.

Задачи программы:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни содержит:

1. Характеристику контингента обучающихся ГБОУ школа №334 Невского района Санкт-Петербурга с позиции реального состояния здоровья детей и факторов риска.
2. Создание здоровьесберегающей среды.
3. Организация физкультурно-оздоровительной работы.
4. Реализация дополнительных образовательных программ.
5. Просветительская работа с родителями (законными представителями учащихся).
6. Оценка эффективности реализации программы.

1. Характеристика состояния здоровья контингента учащихся и факторы риска

Характеристика контингента обучающихся школы:

- число обучающихся – 957 человек;
- анализ здоровья на основании медицинских карт
 - 1 группа здоровья – 54 человек,
 - 2 группа здоровья – 765 человек,
 - 3 группа здоровья – 153 человек,
 - 4 группа здоровья – 12 человек.
- анализ данных о динамике здоровья на основании результатов мониторинга:

Группа здоровья	2020 год	2021 год
1 группа	57	54
2 группа	638 чел.	765 чел.
3 группа	152 чел.	153 чел.
4 группа	10 чел.	12 чел.

Заболевания	2020 год	2021 год
Заболевания лор-органов	48 чел.	50 чел.
Заболевания органов ЖКТ	16 чел.	19 чел.
Заболевания органов зрения	44 чел.	44 чел.
Психоневрологические заболевания	17 чел.	17 чел.
Эндокринная патология	13 чел. (из них ожирение – 9 чел.)	16 чел. (из них ожирение – 10 чел.)

Самыми распространенными заболеваниями обучающихся являются: заболевания лор-органов, органов ЖКТ, патология зрения, психоневрологические заболевания.

- Анализ охвата питанием: в 2021- 2022 учебном году в школе организованно питались 649 учащихся – 68%, с буфетом 910 учащихся – 95%.

2. Создание здоровьесберегающей среды в ГБОУ школа №334 Невского района Санкт-Петербурга.

2.1. В школе создана материально-техническая база, обеспечивающая оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья обучающихся:

- 2 спортивных зала (на Шелгунова,23, на Антокольском, 4)
- 2 спортивные площадки (на Шелгунова,23, на Антокольском, 4)
- 2 медицинских кабинета (на Шелгунова,23, на Антокольском, 4)

- кабинет педагога-психолога (на Шелгунова,23, на Антокольском, 4)
- школьная столовая (на Шелгунова,23, на Антокольском, 4)
- учебные кабинеты
- игровые комнаты в группе продленного дня (для начальной школы)

Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

Школьная *столовая* позволяет организовывать горячие завтраки и обеды в урочное и внеурочное время.

В школе работают оснащенные *спортивные залы*, имеются спортивные площадки, оборудованные необходимым игровым и спортивным снаряжением и инвентарём.

В школе на двух площадках работают *медицинские кабинеты*.

Создана и работает служба *психолого-педагогического сопровождения*.

В школе строго соблюдаются все *требования к использованию технических средств обучения*, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

2.2. Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает *квалифицированный состав специалистов*: учителя начальных классов, учителя-предметники, педагог-психолог, социальный педагог, учителя физической культуры, медицинские работники, педагог-организатор, воспитатели группы продленного дня, классные руководители в средней и старшей школе.

2.3. В школе действует расписание соответствующее гигиеническим требованиям к режиму учебно-воспитательного процесса. Сохранение и укрепление здоровья обучающихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работе педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха. Организация образовательного процесса строится с учетом *гигиенических норм и требований* к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях).

3. Использование возможностей УМК «Планета знаний» в образовательном процессе

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализована с помощью УМК «Планета знаний». Учебно-методический комплект «Планета знаний» способствует созданию здоровьесберегающей среды обучения; формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни.

3.1. В целях создания здоровьесберегающей среды УМК «Планета знаний» обеспечивает организацию адаптационного периода обучения первоклассников в течение 2-х первых месяцев. Это способствует благоприятному вхождению ребёнка в школьную жизнь, позволяет провести необходимую коррекционную работу для подведения детей к единому стартовому уровню.

Учебники разработаны с учётом психологических и возрастных особенностей младших школьников, на основе принципа вариативности, благодаря этому закладывается возможность обучения детей с разным уровнем развития, возможность выстраивания дифференцированной работы, индивидуальных программ обучения, в том числе для так называемых правополушарных детей. Система заданий комплекта предоставляет учащимся реализовывать право на выбор, на ошибку, на помощь, на успех, тем самым способствуя созданию психологического комфорта при обучении.

Создание ситуаций выбора, разноуровневые задания позволяют каждому учащемуся обучаться на максимально посильном для него уровне, реализовать свои интересы и склонности, снимают излишнее эмоциональное и интеллектуальное напряжение, способствуют формированию положительных внутренних мотивов учения.

3. Организация физкультурно-оздоровительной работы

Физкультурно-оздоровительная работа в школе направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья. Система физкультурно-оздоровительной работы школы включает:

- проведение уроков физической культуры – 3 часа в неделю;
- проведение зарядки перед уроками;
- организацию динамических перемен;
- организацию физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий.

4. Реализация программ внеурочной деятельности

В школе созданы и реализуются программы внеурочной деятельности, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

Программы курсов направлены на формирование у обучающихся представления о ценности здоровья, жизни и необходимости бережного отношения к своему организму.

5. Работа с обучающимися и родителями (законными представителями обучающихся) по программе «Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни».

ГБОУ школа №334 Невского района Санкт-Петербурга активно привлекает обучающихся и родителей (законных представителей) к вопросам формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

1. В образовательном учреждении ведётся просветительская работа:

- лекции специалистов (психологи, врачи);
- уроки духовно-нравственного содержания для родителей (проводит классный руководитель);
- круглые столы во время уроков по соответствующей тематике, или классных часов, посвящённые проблемам охраны и укрепления здоровья детей;
- родительские собрания.

6. Оценка эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости обучающихся и т.п.

Основные результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся не подлежат итоговой оценке индивидуальных достижений выпускников ГБОУ школа №334 Невского района Санкт-Петербурга, однако, оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами являются: экспертные суждения (родителей); анонимные анкеты, позволяющие анализировать (не оценивать) ценностную сферу личности; различные тестовые инструменты, созданные с учётом возраста; самооценочные суждения обучающихся.

В качестве содержательной и критериальной базы оценки выступают *планируемые личностные результаты обучения*:

- ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
- элементарные представления о взаимообусловленности физического, нравственного, социально-психологического здоровья человека, о важности морали и нравственности в сохранении здоровья человека;
- первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности;
- первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;
- знания о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека.

Оценка и коррекция развития этих и других личностных результатов образовательной деятельности обучающихся осуществляется в ходе постоянного наблюдения педагога в тесном сотрудничестве с семьей школьника.