



## **Программа работы кабинета здоровья**

Программа направлена на формирование культуры безопасного поведения и здорового образа жизни, способствующего социальному, личностному, интеллектуальному, познавательному и эмоциональному развитию обучающихся, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы, благодаря сохранению и укреплению здоровья как биосоциальной базы, необходимой для достижения целей на каждом этапе своего жизненного пути. При этом здоровье рассматривается как персональный жизненный ресурс, условие реализации интеллектуального, нравственного, физического и репродуктивного потенциала человека.

Для этого важно понимание личностью необходимости укрепления и сохранения здоровья.

### **Цель и задачи программы**

**Цели:** формирование и развитие у обучающихся установок активного, здорового и безопасного образа жизни, понимание личной и общественной значимости приоритета здоровья, создание мотивации быть здоровым и обеспечение условий для ведения здорового образа жизни.

### **Задачи программы:**

- формирование у обучающихся саногенного (здоровьепологающего) мышления на основе знаний о человеческом организме, о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- воспитание ценностного отношения к своему здоровью и к здоровью окружающего сообщества путем соблюдения гигиенических, профилактических и эпидемиологических правил поведения;
- формирование способности делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- формирование способности самовоспитания и укрепления воли обучающегося путем внутренней установки личности поступать не во вред здоровью и вопреки пагубным желаниям, привычкам и модным тенденций

### 1. Научно-методическая работа

№	Программные действия и мероприятия	Срок исполнения	Ответственный
1.1.	Координирование работы КЗ	В течение всего периода	Директор
1.2	Развитие системы мониторинга и оценки состояния здоровья учащихся для анализа их физического развития и физической подготовленности	В течение всего периода	Мед.работник Учителя физ.культуры
1.3.	Формирование и пополнение школьного методического инструментария по здоровьесберегающим технологиям	В течение всего периода	зав., кабинетом здоровья Первощикова Е.Л.
1.4.	Проведение общешкольных и классных родительских собраний по актуализации ценности здоровья	По плану работы	Администрация, Классные руководители  зав. кабинетом здоровья Первощикова Е.Л.
1.5.	Проведение педсоветов, семинаров по проблемам здоровьесбережения	По плану работы	Администрация, зав., кабинетом здоровья Первощикова Е.Л.

## 2. Рациональная организация учебно-воспитательного процесса и образовательной среды

<b>2.1</b>	Неукоснительное соблюдение воздушно-теплого и светового режима в учебных помещениях	Постоянно	Администрация, педколлектив
<b>2.2</b>	Поддержка зеленой зоны в рекреациях, интерьерный дизайн	Постоянно	Администрация, педколлектив
<b>2.3</b>	Создание благоприятного психологического климата в классах	Постоянно	Администрация, педколлектив
<b>2.4</b>	Составление расписания уроков с учетом шкалы трудности предметов	Постоянно	Администрация,
<b>2.5</b>	Соблюдение адаптационного периода у учащихся после продолжительных пропусков по болезни и временного освобождения от физкультуры	Постоянно	Администрация, педколлектив
<b>2.6</b>	Сопровождение адаптационного периода учащихся 5-х классов и вновь прибывших в школу учащихся к новым образовательным условиям	Постоянно	Администрация, педколлектив

### 3. Профилактика и оздоровление

3.1	Регулярное прохождение диспансеризации учащимися	Ежегодно	Медицинские работники
3.2	Индивидуализация спортивных нагрузок детей и подростков в соответствии с группой здоровья	Постоянно	Учителя физкультуры,
3.3	Проведение мероприятий по вакцинации детей и подростков	Постоянно	Медицинские работники

### 4. Благоприятный двигательный режим

4.1	- Участие в «Кроссе Нации»	Сентябрь, апрель,	Кл. руководители Учителя физкультуры
4.2	- Проведение месячника «Защитника отечества».	Февраль	Кл. руководители Учителя физкультуры
4.3	- Школьные соревнования по теннису, волейболу, баскетболу	в течение года	Кл. руководители Учителя физкультуры
4.4	- Походы по родному краю. - Участие в тур слётах	в течение года	Кл. руководители Учителя физкультуры

## 5. Просветительская работа

5.1	Классные часы по здоровьесбережению и профилактике вредных привычек	в течение года	Кл. руководители Зав.КЗ Первощикова Е.Л.	Формирование позитивного отношения к ЗОЖ; умение противостоять негативному воздействию социальной среды.
5.2	Конкурс рисунков, фото, компьютерной графики на тему активного образа жизни и спорта «Школа – территория здоровья».	в течение года	Кл. руководители Зав.КЗ Первощикова Е.Л.	Формирование инициативы и самостоятельности детей к ЗОЖ; пропаганда здорового образа жизни.
5.3	Накопление теоретического и мультимедийного материала о здоровом образе жизни. Размещение информации на сайте школы	в течение года	Зав.КЗ Первощикова Е.Л.	Расширять возможности оказания методической помощи учителям и родителям
5.4	Проведение консультаций для родителей по проблеме сбережения здоровья детей, родительских собраний по вопросам здоровьесбережения	1 раз в полугодие согласно плана	Кл. руководители Зав.КЗ Первощикова Е.Л.	Оказание помощи родителям в процессе воспитания детей Повышение уровня родителей как воспитателей

5.5	Мероприятия по профилактике СПИДа и наркомании	Декабрь Май	Кл. руководители Зав.КЗ Первощикова Е.Л.	Профилактика заболевания СПИДом, ИПП и наркомании
5.6	Участие во Всероссийском дне здоровья (неделя здоровья)	Апрель	зам. директора по ВР , Кл. руководители Зав.КЗ Первощикова Е.Л.	активизация ЗОЖ учащихся, педагогов и родителей
5.7	Пропаганда здорового образа жизни (беседы, праздники, дни здоровья и т.п.) по различным ступеням школы	В течение года	зам. директора по ВР Кл. руководители Зав.КЗ Первощикова Е.Л.	Повышение культуры ЗОЖ у учащихся
5.8	Проекты учащихся по ЗОЖ	Март, апрель	Первощикова Е.Л.	Работа с одарёнными детьми
5.9	Разработка и издание методических рекомендаций по применению здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе, размещение информации на сайте школы.	В течение года	зав., кабинетом здоровья Первощикова Е.Л.	Методическая помощь учителям и классным руководителям

## **Результаты освоения программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни**

- осознанного отношение обучающихся к выбору индивидуального рациона **здорового** питания;
- знаний о современных угрозах для жизни и здоровья людей, в том числе экологических и транспортных, готовности активно им противостоять;
- профилактики употребления наркотиков и других психоактивных веществ, профилактики инфекционных заболеваний; убеждённости в правоте выбора здорового образа жизни и вреде употребления алкоголя и табакокурения; уменьшения темпов роста числа детей, употребляющих табак, алкоголь, наркотики;
- снижения у всех участников образовательного процесса поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья;
- повышения внимания школьников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности

## Календарно – тематическое планирование кабинета здоровья на первое полугодие

### Основные направления работы кабинета здоровья

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Профилактика простудных заболеваний.
3. Профилактика и предотвращение случаев дорожно-транспортного травматизма.
4. Создание и пополнение медиатеки по вопросам формирования ЗОЖ.
5. Агитационно-пропагандистская работа агитбригады «Радуга».
6. Оформление информационных стендов для учащихся

Мероприятие	Дата	Ответственный
1. Планирование и утверждение плана работы КЗ	Сентябрь	Зав КЗ Первощикова Е.Л.
2. Представление КЗ обучающимся и родителям	Сентябрь	Зав КЗ Первощикова Е.Л.
3. Организация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению	Сентябрь-октябрь	Зав. по ВР Учителя физ.культуры
4. Накопление базы данных о состоянии здоровья и физического развития обучающихся	Сентябрь	Классные руководители
5. Оформление уголка здоровья по темам	Постоянно	Зав КЗ Первощикова Е.Л.
6. Накопление теоретического и мультимедийного материала о ЗОЖ	Постоянно	Зав КЗ Первощикова Е.Л.
7. Проведение тематических родительских собраний: «Вакцинация – гимнастика иммунитета» Оформление информационного стенда для учащихся	Сентябрь	Зав КЗ Первощикова Е.Л. Кл. руководители
8. День трезвости: Беседы в классах «Трезвость – норма жизни» Просмотр фильма о вреде алкоголя в 8-х классах «Соблазн велик, а жизнь дороже» Оформление информационного стенда для учащихся	11 сентября	Зав КЗ Первощикова Е.Л. Кл. руководители
9. 17 ноября – день отказа от курения Классные часы «Курить – здоровью»	17 ноября	Зав КЗ Первощикова Е.Л.

вредить» Просмотр фильма в 7-х классах о вреде курения Оформление информационного стенда для учащихся Конкурс рисунков в 5-6 классах		Кл. руководители Учитель ИЗО
10. 15 октября – всемирный день мытья рук Оформление информационного стенда для учащихся Выступление агитбригады «Радуга» в начальных классах по теме «Осторожно, инфекция»	15 октября	Зав КЗ Перевощикова Е.Л.
11. 1 декабря – день борьбы со СПИДом. Беседы на тему: «Слова СПИД и ВИЧ знакомы всем». Оформление информационного стенда для учащихся Акция волонтеров «Опасность рядом» Брейн-ринг в 9-10 классах Анкетирование старшеклассников Просмотр фильма в 8-х классах	3-7 декабря	Зав КЗ Перевощикова Е.Л.
12. Выступление на пед.совете Тема «Использование приёмов здоровьесберегающих технологий на уроках»	ноябрь	Зав КЗ Перевощикова Е.Л.

### **Календарно – тематическое планирование кабинета здоровья на второе полугодие**

Мероприятие	Дата	Ответственный
<b>Декада здорового питания.</b>  Оформление информационных стендов для учащихся Классные часы с приглашением медика Интегрированное внеклассное мероприятие КЗ и кабинета технологии Беседы о рациональном питании 8-9 класс	Январь	Зав КЗ Перевощикова Е.Л.
<b>-Всемирный день больного</b>	<b>11 февраля</b>	Зав КЗ

формление информационных стендов для учащихся		Первощикова Е.Л.
Спортивные мероприятия, посвящённые дню защитников Отечества	февраль	Зав.по ВР Учителя физ.культуры
<b>-Международный день борьбы с наркоманией, наркобизнесом и наркомафией</b>  формление информационных стендов для учащихся Просмотр фильма в 8-х классах «Соблазн велик, а жизнь дороже» Беседы в 9-11 классах	<b>1 марта</b>	Зав КЗ Первощикова Е.Л.
<b>-Всемирный день борьбы против туберкулёза.</b>  формление информационных стендов для учащихся Информационные листовки для родителей и педагогов Беседы о профилактике туберкулёза в 8-11 классах	<b>24 марта</b>	Зав КЗ Первощикова Е.Л. Кл. руководители
<b>Всемирный день здоровья</b> (Согласно плана недели здоровья)	<b>7 апреля</b> 1-5 апреля	Зав КЗ Первощикова Е.Л. Кл. руководители
<b>Международный день семей.</b>  формление информационных стендов для учащихся Конкурс рисунков «Мир глазами позитивных людей»	<b>15 мая -</b>	Зав КЗ Первощикова Е.Л.  Учитель ИЗО
<b>Всемирный день памяти погибших от СПИДа.</b>  формление информационных стендов для учащихся	<b>Третье воскресенье мая -</b>	Зав КЗ Первощикова Е.Л.
<b>Всемирный день без табака</b>  формление информационных стендов для	<b>31 мая —</b>	Зав КЗ Первощикова Е.Л.

учащихся		
12. Выступление на пед.совете Тема «Использование приёмов здоровьесберегающих технологий на уроках»	Согласно плана МО	Зав КЗ Первощикова Е.Л.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 485533304729193266044243163523256844335510391478

Владелец Мингалева Валентина Петровна

Действителен с 27.06.2022 по 27.06.2023