

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
основная общеобразовательная школа с. Васильевка муниципального района  
Безенчукский Самарской области

«Утверждаю»  
Директор ГБОУ ООШ с. Васильевка  
/Голованова Л.Н./

Программа «Здоровье»

2022-2024 г.г.

*Здоровье – не всё,  
но всё без здоровья – ничто.*

*Сократ*

## Цели и задачи программы

Цель программы: сохранение и укрепление здоровья учащихся через систему профилактических оздоровительных мероприятий

### Задачи программы:

- Создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся;
- Выявление одарённых детей, обладающих уникальными физическими способностями, содействие полному их раскрытию;
- Привлечение к соревнованиям и конкурсам не только здоровых детей, но и учащихся с ослабленным здоровьем, физическими недостатками, обеспечивая при этом равные шансы на победу для всех учащихся;
- Воспитание негативного отношения к вредным привычкам, активная и широкая пропаганда здорового образа жизни;
- Установление тесной взаимосвязи с медицинскими учреждениями по вопросам профилактики заболеваний.

### Деятельность по реализации программы предполагает:

- Объединение учащихся в соответствии с их спортивными интересами для совместных занятий в спортивных кружках и секциях;
- Проведение разнообразных спортивных праздников и состязаний, игр, Дней здоровья;
- Подготовку и проведение тематических классных часов, бесед, родительских собраний, лекториев;
- Организацию экскурсий, походов, прогулок;
- Пропаганда здорового образа жизни детей и подростков;
- Организация интересного и плодотворного досуга, в том числе и в каникулярное время
- Привлечение внимания родителей и других представителей взрослого населения города к проблемам формирования и ведения здорового образа жизни.

### Участники программы:

- Учащиеся школы;
- Члены педагогического коллектива;
- Медицинские работники;



- Родители

## I. Основные направления деятельности и предлагаемые формы работы

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные	Система целесообразных форм и мер организации работы
1.	Поддержание санитарно-гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон и т.д.); организация дежурства по классу, по школе и по столовой	В течение года	Голованова Л.Н. Петракова Н.А.	
2.	Эстетическое оформление интерьера класса и школы (разведение цветов, живые уголки, информационные центры)	Постоянно	Голованова Л.Н., Заведующие кабинетами	
3.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Ежегодно сентябрь, январь	Петракова Н.А.	
4.	Приемка кабинетов (аттестация рабочих мест), их соответствие требованиям (санитарно-гигиеническим, психофизическим, эстетическим)	Ежегодно август	Голованова Л.Н., Заведующие кабинетами	
5.	Организация активного отдыха на переменах (подвижные игры, настольные игры, работа библиотек)	Постоянно	Мартынова И.Ю, Дежурный учитель	Семинар для кл. руководителей
6.	Работа школьного психолога: диагностика, организация психологоэмоциональной разгрузки учителей и учащихся.	Постоянно	Быкова Н.Е.	Тематика родительских собраний
7.	Введение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни: ОБЖ, экология, «Окружающий мир», «Обществознание», «Мир вокруг нас»		Администрация школы	Педсовет



	амбулаторного и диспансерного лечения)			
3.	Организация горячего питания	Постоянно	Голованова Л.Н, классные руководители	
4.	Профилактическая работа во время эпидемий		Администрация школы	Составляется специальная программа
5.	Работа во время каникул		Петракова Н.А.	
6.	Оздоровительная работа с детьми в летний период	Июнь	Начальник летнего лагеря, воспитатели	Организация и работа оздоровительного лагеря, турпоходы, экскурсии

### III. Гигиеническое, санитарно-просветительское воспитание учащихся

1.	2.	3.	4.	5.
1.	Пропаганда спецлитературы по здоровому образу жизни	1 раз в четверть	Крыгина Н.П.	
2.	Организация постоянно действующих лекториев для учащихся, учителей, родителей по пропаганде здорового образа жизни	В течение года	Классные руководители, медсестра	Тематика составляется на основе диагностических данных, исследований педагогов, родителей, учащихся
3.	Организация работы спортивных кружков и секций	Ежегодно сентябрь	Петракова Н.А.	

### IV. Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)

1.	2.	3.	4.	5.
1.	Результаты тестирования учащихся (5-8 кл.) по выявлению склонностей учащихся к вредным	Ежегодно	Петракова Н.А., классные руководители	Вопросы и анкеты

	привычкам. Определение дальнейшей деятельности школы			
2.	Участие в проведении: Международного дня борьбы со СПИДом;  Международного дня борьбы с курением	1.12  19.11	Быкова Н.Е, классные руководители,	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Конкурсное сочинение «СПИД – чума века»;</li> <li>• Выпуск плакатов и бюллетеней</li> <li>• Тест «Что мы знаем о курении»;</li> <li>• Беседа врача</li> </ul>
3.	Родительский лекторий «В дом пришла беда»	Раз в полугодие	Администрация школы, спецслужбы	Круглый стол. Участники: Родительские комитеты, педагоги, ИПДН, отдел по борьбе с наркоманией, врач, нарколог
4.	Цикл лекций по профилактике вредных привычек	Постоянно	Классные руководители, Быкова Н.Е, врачи	Цикл лекций, составленный классными руководителями на год с учётом возрастных особенностей учащихся
5.	Проведение школьной акции «Мы – против наркотиков»	Ежегодно	Голованова Л.Н., Петракова Н.А., Быкова Н.Е.	В программе: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Конкурс рисунков, плакатов, сочинений;</li> <li>• Обзорные книжные выставки, материалы СМИ;</li> <li>• Просмотр фильмов;</li> <li>• Беседы, диспуты, конференции на классных часах</li> </ul>

## V. Физкультурно-массовая оздоровительная работа

1.	2.	3.	4.	5.
1.	Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Определение группы здоровья;</li> <li>• Занятость в спортивных секциях: в школе, в ДЮСШ</li> </ul>	Сентябрь, январь	Петракова Н.А.,  Шешунова О.В., учитель физкультуры	В школе должно быть: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Расписание работы спортсекций</li> <li>• Данные о посещении спортивных школ и клубов</li> </ul>
2.	Программа районной спартакиады школьников		Комитет по физкультуре и спорту	
3.	Школьные программы спортивно-оздоровительной работы	Учебный год	Учителя физкультуры, руководители спортивных кружков и секций	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дни здоровья;</li> <li>• Работа школьных спортивных секций;</li> <li>• Школьные спортивные соревнования</li> <li>• Подвижные игры, конкурсы;</li> <li>• Турслёты, походы</li> </ul>
4.	Летняя оздоровительная программа	Июнь	Начальник летнего лагеря, воспитатели	Школьный оздоровительный лагерь

## VI. Система классных часов

### 1 класс

№ п/п	Сроки	Тема классного часа	Кто проводит
1.	Сентябрь	Правила поведения в школе	Классный руководитель
2.	Октябрь	Трамвоопасные участки в школе	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Режим дня	Классный руководитель
4.	Декабрь	Одежда осенью и зимой. Уход за одеждой	Классный

			руководитель
5.	Январь	Правила поведения в общественных местах	Классный руководитель
6.	Февраль	Подвижные игры во время перемен	Классный руководитель, учитель физкультуры
7.	Март	Вред табачного дыма	Классный руководитель, школьный врач
8.	Апрель	Укусы насекомых	Классный руководитель, школьный врач
9.	Май	Основы личной безопасности дома	Классный руководитель

## 2 класс

1.	2.	3.	4.
1.	Ноябрь	Самопознание через ощущение, чувство и образ	Классный руководитель
2.	Декабрь	Дружба	Классный руководитель
3.	Январь	Безопасное поведение в школе	Классный руководитель
4.	Февраль	Гигиена учебного труда и отдыха	Классный руководитель, школьный врач
5.	Март	Гигиена питания	Классный руководитель
6.	Апрель	О вреде табачного дыма	Классный руководитель, школьный врач

## 3 класс

№ п/п	Сроки	Тема классного часа	Кто проводит
1.	Сентябрь	Безопасное поведение в школе во время уроков и перемен	Классный руководитель
2.	Октябрь	Способы решения конфликтных ситуаций	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Бытовой и уличный травматизм	Классный руководитель
4.	Декабрь	Строение тела человека. Здоровье и болезнь	Классный руководитель

5.	Январь	Поведение в экстремальных ситуациях	Классный руководитель
6.	Февраль	Профилактика инфекционных заболеваний. Микробы	Классный руководитель
7.	Март	Питание – основа жизни	Классный руководитель
8.	Апрель	Вред табачного дыма. Что такое алкоголь и чем опасно его употребления	Классный руководитель, школьный врач
9.	Май	Правила поведения за столом и уход за посудой	Классный руководитель

## 4 класс

1.	2.	3.	4.
1.	Сентябрь	Безопасное поведение в школе во время уроков и перемен	Классный руководитель
2.	Октябрь	Я и другие	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Режим дня школьника	Классный руководитель
4.	Декабрь	Как защититься от простуды и гриппа	Классный руководитель, школьный врач
5.	Январь	Кого я могу назвать своим другом, подругой	Классный руководитель
6.	Февраль	Один дома	Классный руководитель
7.	Март	Правильное питание – залог здоровья	Классный руководитель
8.	Апрель	Поведение в общественных местах	Классный руководитель
9.	Май	На водоёме, в лесу, в горах	Классный руководитель

## 5 класс

№ п/п	Сроки	Тема классного часа	Кто проводит
1.	Сентябрь	Способ преодоления стресса	Классный руководитель
2.	Октябрь	Безопасность поведения в школе	Классный руководитель

3.	Ноябрь	«Легальные» и «нелегальные» психоактивные вещества	Классный руководитель
4.	Декабрь	Режим дня	Классный руководитель
5.	Январь	Функции основных систем организма	Классный руководитель, школьный врач
6.	Февраль	Переутомление. Его признаки	Классный руководитель, школьный врач
7.	Март	Критика. Её виды. Способы реагирования	Классный руководитель,
8.	Апрель	Продукты питания в разных странах	Классный руководитель, школьный врач
9.	Май	Правила безопасности на дорогах. Правила поведения с незнакомыми людьми. Меры предосторожности при контакте со случайными знакомыми	Классный руководитель

## 6 класс

1.	2.	3.	4.
1.	Сентябрь	Межличностное общение	Классный руководитель
2.	Октябрь	Что такое дружба	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Как избежать конфликтной ситуации	Классный руководитель
4.	Декабрь	Моя семья	Классный рук.
5.	Январь	Я и другие. Как я отношусь к критике	Классный руководитель
6.	Февраль	Гигиена тела	Классный руководитель школьный врач
7.	Март	Правильное питание	Классный руководитель
8.	Апрель	Психоактивные вещества	Классный руководитель, школьный врач
9.	Май	Личная безопасность. Правила поведения в экстремальных ситуациях	Классный руководитель

## 7 класс

№ п/п	Сроки	Тема классного часа	Кто проводит
1.	Сентябрь	Безопасное поведение в школе	Классный

			руководитель
2.	Октябрь	Я и другие. Возможные конфликты с родителями, друзьями, учителями	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Безопасное поведение на дорогах и в транспорте	Классный руководитель
4.	Декабрь	Влияние наркотиков на жизненный стиль человека	Классный руководитель, школьный врач
5.	Январь	Стресс, его психологические и физиологические проявления. Способы совладания со стрессом	Классный руководитель
6.	Февраль	Правила личной гигиены подростков	Классный руководитель, школьный врач
7.	Март	Гигиена учебного труда и отдыха	Классный руководитель, школьный врач
8.	Апрель	Потребности организма подростка в основных веществах и энергии	Классный руководитель, школьный врач
9.	Май	Правила безопасного обращения с огнём. Доврачебная помощь при ожогах	Классный руководитель, школьный врач

## 8 класс

1.	2.	3.	4.
1.	Сентябрь	Безопасное поведение на дорогах	Классный руководитель
2.	Октябрь	Бытовой и уличный травматизм	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Правила выбора гигиенических средств ухода за телом	Классный руководитель, школьный врач
4.	Декабрь	Признаки утомления органов зрения и слуха. Способы снятия утомления	Классный руководитель, школьный врач
5.	Январь	Инфекционные заболевания и иммунитет подростка	Классный руководитель
6.	Февраль	Болезни, передаваемые через пищу	Классный руководитель, школьный врач
7.	Март	Употребление психоактивных веществ как слабость воли, болезнь	Классный руководитель
8.	Апрель	Безопасное поведение в городе и на природе	Классный руководитель, школьный врач

## 9 класс

№ п/п	Сроки	Тема классного часа	Кто проводит
1.	Сентябрь	Самооценка личности	Классный руководитель
2.	Октябрь	Конфликты и способы их разрешения	Классный руководитель
3.	Ноябрь	Гигиена тела – основа здорового образа жизни	Классный руководитель, школьный врач
4.	Декабрь	Режим дня и оптимальные условия функционирования организма человека	Классный руководитель
5.	Январь	Питание – основа жизни	Классный руководитель
6.	Февраль	Безопасное поведение. Травматизм	Классный руководитель
7.	Март	Поведение в экстремальных ситуациях	Классный руководитель
8.	Апрель	Психоактивные вещества как фактор риска в жизни человека	Классный руководитель, школьный врач
9.	Май	Правила безопасности на экскурсии и в походе	Классный руководитель



## VII. Содержание работы школьного медработника

№ п/п	Содержание работы	Сроки
<i>I. Организационная работа</i>		
1.	Проверка санитарного состояния школы и выявление травмоопасных мест перед началом каждого учебного периода	Август, ноябрь, январь, апрель
2.	Сверка медицинских документов учащихся	Август - сентябрь
3.	Оформление обязательной документации	Август - сентябрь
4.	Составление графика диспансеризации учащихся	Сентябрь
<i>II. Лечебно – профилактическая работа</i>		
1.	Диспансеризация учащихся с 1 по 11 класс	Октябрь
2.	Рекомендации учителям и классным руководителям по результатам диспансеризации	В течение года
3.	Необходимое дополнительное обследование учащихся	В течение года
4.	Профилактика спортивного травматизма	В течение года
5.	Контроль уроков физкультуры и спортивных соревнований	В течение года
6.	Контроль состояния учебных мастерских	В течение года
7.	Контроль и сопровождение учебных экскурсий	В течение года
8.	Контроль соблюдения санитарно-гигиенических норм образовательного процесса	В течение года
<i>III. Противоэпидемическая работа</i>		
1.	Анализ иммунозащиты учащихся и планирование профилактических прививок на год	В течение года
2.	Проведение профилактических прививок согласно российскому календарю	Октябрь, ноябрь
3.	В случае возникновения инфекционного заболевания в школе проведение противоэпидемических мероприятий: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ежедневный контроль за контактными детьми с учётом инкубационного периода заболеваний;</li> <li>• Дополнительные инструктажи сотрудников школы по санитарной обработке помещений и столовой;</li> <li>• Ведение учётной документации</li> </ul>	В период инфекционного заболевания
4.	Постоянный контроль за школьной столовой: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Контроль за состоянием здоровья работников столовой;</li> <li>• Контроль ассортимента продуктов, сроков их реализации, технологии обработки продуктов;</li> <li>• Ведение бракеражного журнала;</li> <li>• Контроль за санитарным состоянием кухни и обеденного зала</li> </ul>	Ежедневно
5.	Контроль за санитарным состоянием школы	В течение года
<i>IV. Лечебная работа</i>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ежедневный приём учащихся и сотрудников школы;</li> <li>• Оказание неотложной помощи;</li> </ul>	В течение года

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Назначение лечения в случае заболевания и наблюдение в течение всего периода болезни</li> </ul>	
	<i>V. Санитарно-просветительская работа</i>	В течение года
	<i>VII. Лекторий для родителей</i>	Ноябрь, март

## VIII. Содержание теоретической части физической культуры

Классы	Темы учебной программы	Сроки
1.	Сведения о режиме дня и личной гигиене	Сентябрь
2.	Сведения о режиме дня и личной гигиене	Сентябрь
3.	Гигиенические правила при выполнении физических упражнений	Сентябрь
4.	Гигиенические правила при выполнении физических упражнений	Сентябрь
5.	Гигиенические правила занятий физическими упражнениями	Сентябрь
6.	Гигиенические правила занятий физическими упражнениями	Сентябрь
7.	Правила безопасности при выполнении физических упражнений	Сентябрь
8.	Оказание первой помощи при травмах	Сентябрь
9.	Правила самоконтроля и безопасности при выполнении физических упражнений	Сентябрь
10.	Первая доврачебная помощь	Сентябрь
11.	Тренировочные нагрузки и их контроль	Сентябрь

## IX. План спортивно-массовых мероприятий на учебный год

№ п/п	Мероприятия	Классы	Сроки
1.	Лёгкоатлетическая эстафета	5 – 9	Сентябрь
2.	Лёгкоатлетический кросс	1-9	Сентябрь
3.	«Весёлые старты»	1 – 4	Ноябрь
4.	Первенство школы по пионерболу (девочки)	5 – 7	Ноябрь
5.	Соревнования по подтягиванию (мальчики)	5 – 9	Декабрь
6.	Соревнования по подниманию туловища (девочки)	5 – 11	Декабрь
7.	Личное первенство по шахматам	3 – 9	Декабрь
8.	Лично-командные соревнования по шахматам	3 – 9	Январь
9.	Конкурс «А ну-ка, парни»	7-9	Февраль
10.	«Весёлые старты»	1 – 4	Март
11.	«День здоровья»	1 – 9	Апрель
12.	«Безопасное колесо»	6 – 8	Апрель
13.	Легкая атлетика	5 – 9	Май

14.	Участие в спортивных играх		В течение года
15.	Спортивные секции	1 – 11	В течение года

## Схема реализации программы «Здоровье»

