

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 городского округа Похвистнево
Самарской области
(ГБОУ СОШ № 1 города Похвистнево)

Утверждено
Директор _____ Гайнанова В.Р.
(подпись) (ФИО)

Комплексная программа (проект)
антинаркотического воспитания
«Мы за здоровый образ жизни!»

Составители программы:

Саушкина Л.А.
Спиридонова О.Г.

<https://forms.yandex.ru/u/631734bceb6b0d207c69d627/>

Основания разработки программы

Профилактическая деятельность образовательного учреждения регламентируется:

- Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации», устанавливающим ответственность образовательного учреждения за жизнь и здоровье обучающихся во время образовательного процесса, в том числе и за защиту обучающихся от незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ;
- Федеральным законом №120 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних», устанавливающим правовые основания для проведения индивидуальной профилактической работы с несовершеннолетними, употребляющими наркотические средства или психотропные вещества без назначения врача, либо употребляющими одурманивающие вещества, а также совершающими правонарушения и антиобщественные действия (в том числе связанные с незаконным оборотом наркотиков);
- Федеральным законом №87 «Об ограничении курения табака» от 10.07.01.

Паспорт программы

Наименование	Программа профилактики немедицинского потребления наркотических веществ в ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево
Цели программы	Создание условий для эффективного противодействия потреблению наркотических веществ учащимися школы, а также формирование у них потребности в здоровом образе жизни
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование системы первичной профилактики злоупотребления психически активными веществами; 2. Организация межведомственного взаимодействия в сфере профилактики злоупотребления психически активными веществами; 3. Усиление пропаганды здорового образа жизни; 4. Снижение интереса к ПАВ среди учащихся школы путем вовлечения их в досуговую деятельность по интересам; 5. Уменьшение негативных последствий для здоровья подростков от злоупотребления ПАВ; 6. Формирование у родителей учащихся установки на актуальность проблемы наркотизации детей и подростков, непримиримого отношения к употреблению и распространению наркотиков;
Участники программы	Педагогический коллектив, учащиеся школы 1-11 класс, родители, медицинский работник школы
Исполнители программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Администрация школы; 2. Социально-психологическая служба школы; 3. Классные руководители; 4. Медицинский работник школы; 5. Учителя-предметники.
Основные мероприятия	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проведение мероприятий по формированию здорового образа жизни в целях профилактики возникновения зависимости от потребления наркотиков и иных психоактивных веществ у детей и подростков. 2. Проведение массовых общешкольных мероприятий, пропаганда среди детей и молодежи здорового образа жизни и нетерпимого отношения к наркомании. 3. Информационно-просветительская деятельность по пропаганде здорового образа жизни в целях профилактики возникновения зависимости от потребления наркотиков и иных психоактивных веществ у детей и подростков. 4. Повышение эффективности деятельности школы по формированию здорового образа жизни в целях нетерпимого отношения к наркомании. 5. Содействие в осуществлении социопсихологического тестирования немедицинского потребления наркотиков и иных психоактивных веществ среди учащихся школы
Ожидаемые результаты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создание системы профилактической работы в школе. 2. Уменьшение числа подростков, стоящих на всех видах учета. 3. Уменьшение количества семей «группы риска» 4. Активное и результативное участие учащихся школы в культурно-досуговых, спортивно-массовых мероприятиях.

<p>По окончании курса программы учащиеся должны приобрести знания:</p> <p>приобрести умения:</p>	<ul style="list-style-type: none"> -об опасных мотивах поведения человека, о внутренних ресурсах безопасности; -об опасных предметах и веществах, о способах безопасного поведения; -об опасных влияниях окружения, о безопасных способах противостояния. -выражать чувства здоровыми способами; -выражать и отстаивать свое мнение; -принимать решения в пользу здоровья; -правильно вести себя в трудной ситуации; -справляться со стрессом: -справляться с конфликтными ситуациями; -признавать собственные потребности, способности, достоинства, слабости и ограничения; -грамотно оценивать рекламу любых средств зависимости; -осознанно отказываться от опасных предложений; -вести здоровый образ жизни; -принимать ответственность за свое поведение, свое здоровье, свое будущее; -поддерживать и сохранять собственное здоровье.
<p>Контроль за исполнением программы</p>	<p>Мониторинг администрации школы, в течение года</p>

Пояснительная записка

Резкие изменения в нашей стране в течение последних десятилетий привели к нарушениям социальной адаптации у населения, которые отозвались ростом потребления психоактивных веществ в молодежной среде.

Основной возраст алкогольного или наркотического дебюта – это возраст подростковый, являющийся критическим периодом в развитии человека. Это время сильных психофизиологических изменений, этап активного экспериментирования в различных сферах жизни. Выйдя из-под опеки взрослых, подростки оказываются неподготовленными ко многим ситуациям социального риска. К рискованному поведению подростка может привести значимая для него группа, которая приобретает серьезное значение в формировании растущей личности. Поскольку среди особенностей развития подростков выделяются интенсивное формирование чувства собственного Я и при этом недостаточный уровень социальной компетентности, поэтому основой профилактической программы стала организация помощи учащимся по осознанию себя и своего жизненного пути.

Профилактика зависимостей, заболеваний, асоциального, нездорового поведения не может осуществляться без систематического формирования у детей, подростков, молодёжи навыков здорового жизненного стиля. Их следует проводить одновременно с привлечением всех органов и учреждений системы профилактики, общественных организаций, средств массовой информации. Мероприятия и акции по профилактике аддиктивного поведения и формированию здорового образа жизни могут проводиться в различных формах. Когда мы говорим о профилактике злоупотребления теми или иными веществами, естественно мы обращаемся в первую очередь к учащимся, поскольку именно в этом возрасте и этой среде происходит массовое приобщение к наркотикам.

Однако в профилактике необходимо обращение и к окружающему взрослому населению, которое несет ответственность за подрастающее поколение. Проблема профилактики должна рассматриваться во всей ее целостности. Разработка данной программы продиктована необходимостью создания в школе системы работы по профилактике наркомании, токсикомании несовершеннолетних, позволяющей учащимся развиваться в благоприятной среде. Для решения общей задачи – борьбы с наркоманией необходима координация действий всех субъектов системы привлечением широкого круга общественности. Ведь «болезнь легче предупредить, чем лечить». Поэтому необходима широкая пропаганда среди детей здорового образа жизни и ранняя профилактика наркомании и токсикомании. Программа Профилактики направлена на все формы злоупотребления психоактивными веществами (ПАВ), включая употребление табака,

алкоголя, наркотиков и токсикантов. Программа профилактики направлена на формирование навыков сопротивления наркотикам (ПАВ) на основе усиления ответственности личности в использовании ПАВ, увеличения социальной компетентности, в соединении с укреплением негативного отношения к наркотикам. Разработанная профилактическая Программа призвана оказать воздействие на все причины, нивелируя влияние отрицательных и способствуя влиянию положительных.

Для того чтобы работа по сохранению и укреплению состояния здоровья учащихся дала положительные результаты, необходимо объединение усилий педагогов, врачей, психологов, родителей и учеников. Актуальной для коллектива стала систематизация деятельности по осуществлению профилактики злоупотребления наркотическими и психоактивными веществами.

Цель Программы:

состоит в создании условий для эффективного противодействия потреблению наркотических и психически активных веществ учащимися школы, а также формирование у них потребности в здоровом образе жизни и стойкое неприятие употребления наркотических веществ и ПАВ.

Задачи программы:

- совершенствование системы первичной профилактики злоупотребления психически активными веществами;
- организация межведомственного взаимодействия в сфере профилактики злоупотребления психически активными веществами;
- усиление пропаганды здорового образа жизни
- снижение интереса к ПАВ среди обучающихся путем вовлечения их в досуговую деятельность по интересам;
- уменьшение негативных последствий для здоровья подростков от злоупотребления ПАВ;
- формирование у родителей и обучающихся установки на актуальность проблемы наркотизации детей и подростков, непримиримого отношения к употреблению и распространению наркотиков;
- предотвращение начала наркотизации у детей и подростков, формирование у них личностного иммунитета к наркогенному соблазну;
- формирование сознательного отношения к своему физическому здоровью – основе успешного становления личности, потребности быть принятым и понятым в обществе.

Пути реализации программы:

- обеспечить эффективность занятий в системе дополнительного образования детей девиантного поведения;
- содержащих антинаркотическую информацию;
- совершенствовать методы совместной работы школы с органами систем профилактики наркомании и правонарушений;

- направить работу школьной социопсихологической службы на коррекцию и возможное нивелирование негативных личностных качеств, способных провоцировать желание употребить наркотики;
- привлечь родителей к вопросам профилактики наркомании;
- стимулировать работу Совета по профилактике наркомании и предупреждение безнадзорности и правонарушений обучающихся.

Механизм и принципы реализации программы

Механизм реализации Программы включает в себя комплексность и согласованное взаимодействие следующих структур:

- органов и учреждений, отвечающих за различные аспекты государственной системы профилактики наркомании;
- специалистов различных профессий, имеющих отношение к профилактической работе с детьми.

Принципы профилактической работы:

1. Комплексность - согласованное взаимодействие.
2. Дифференцированность.
3. Многоаспектность (социальный, психологический, образовательный).
4. Последовательность (этапность).
5. Аксиологичность – формирование мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни, законопослушности.
6. Легитимность (законность).
7. Долгосрочность и непрерывность (единый комплекс мероприятий, направленный на достижение конкретной цели).
8. Адресность (целевые группы)
9. Гуманность
10. Принцип «равный — равному» (принцип взаимодействия людей, обладающих рядом одинаковых признаков, например: возраст, социальное положение, опыт, которые способствуют установлению между ними взаимопонимания и доверия).

Ведущими аспектами профилактической деятельности являются:

Социальный аспект, ориентированный на формирование позитивных моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни.

Психологический аспект, направленный на формирование устойчивых личностных установок, - умение сделать правильный выбор в трудной жизненной ситуации.

Образовательный аспект, формирующий систему знаний о социальных, медицинских, правовых, морально-этических нормах.

В соответствии с вышесказанным, можно выделить основные направления работы школы по профилактике наркомании:

1) Работа с детьми:

- общая воспитательная педагогическая работа с детьми;
- работа с детьми «группы риска»;

2) Работа с педагогическим коллективом:

- подготовка учителей к ведению профилактической работы;
- организационно-методическая антинаркотическая работа.

3) Работа с родителями:

- информирование и консультирование родителей по проблеме наркомании;
- работа с конфликтными семьями (семьями «группы риска»);

4) Работа с различными организациями, ответственными за осуществление антинаркотической профилактики.

Ожидаемые результаты реализации программы:

- Создание системы профилактической работы в школе.
- Уменьшение числа подростков, стоящих на всех видах учета.
- Уменьшение количества семей «группы риска»
- Активное и результативное участие учащихся школы в культурно-досуговых, спортивно-массовых мероприятиях
- Недопущение появления в школе детей, употребляющих наркотические или токсикоманические вещества;
- Укрепление общего соматического, психического здоровья детей и подростков;
- Обеспечение оптимального взаимодействия всех заинтересованных лиц в решении проблемы профилактики как приоритетной в воспитании современных детей и подростков;
- Повышение уровня воспитанности и правового воспитания учащихся;
- Поддержание благоприятной эмоциональной психологической атмосферы в образовательном учреждении;
- Проявление навыков ЗОЖ в повседневной практической деятельности учащихся.

Методы реализации программы:

Мозговой штурм. Метод используют для развития творческого мышления. Это помогает обучающимся не быть строгим судьёй себе и другим.

Попросит группу учеников выдать столько идей, сколько они могут, может, зафиксировать их на доске. Никто в группе не должен оценивать и комментировать: «Позитивные или негативные идеи?» По завершении мозгового штурма идёт оценка этих идей.

Ролевые игры. Ощущение себя «в чужой шкуре» помогает развить сопереживание и возможность понять ситуацию с различных сторон.

Можно попросить ребят представить себя в различных ситуациях – «драматическая ситуация» помогает вжиться в проблему. Можно принять ролевые игры, «проживая» какие-либо события.

Развитие мнений через обсуждение и дебаты. Многие вопросы требуют обсуждения, т. к. дети и педагоги часто имеют собственное мнение. Следовательно, очень важно

определить своё собственное мнение. Во время обсуждения дети понимают, что бывает множество мнений по одному вопросу.

Рекламные листки, буклеты, плакаты, эмблемы. Чаще всего школьное обучение состоит из разделов: слушать учителя, выполнять письменные задания. Записи очень важны для систематизации знаний, для развития коммуникативных способностей. Можно сделать записи в форме рекламного листка, буклета, плаката – т.е. того, что может информировать других. Дизайн и иллюстрация становятся очень важными для детей, так как помогает им общаться.

Исторические факты. Многие люди учатся на историях, которые являются важным путём передачи знаний и морали; и даже телевизионные «мыльные оперы» по-своему учат нас исследовать текущие события. Истории и рассказы позволяют ученикам переносить свой личный опыт в форму фантазий, и поэтому они не сообщают о себе те вещи, о которых хотелось бы умолчать. Различные люди по-разному интерпретируют одну и ту же историю. Народные сказки, рассказы о жизни, фантастика часто нужны нам, так как помогают лучше понять свои проблемы.

Работа в группах и парах. Ребёнок учится на чужих примерах, чужом опыте, поэтому работа в группе очень важна. Но управлять группой должен преподаватель, в обязанности которого входит следить, не доминирует ли кто-либо над другими, все ли участвуют в работе. В состав группы не должны постоянно входить только друзья, а с целью улучшения атмосферы в группе необходимо научиться уважать чужую точку зрения, что способствует развитию коммуникативных навыков.

Кадровое обеспечение программы

- Администрация школы;
- Социальный педагог школы;
- Классные руководители;
- Медицинский работник школы;
- Библиотекарь школы;
- Психолог школы
- Инспекторы ОДН, КДН и ЗП города Похвистнево, социальные педагоги ГКУ СО «Комплексный центр социального обслуживания населения Северо-Восточного округа» и другие специалисты, сотрудничающие со школой в области профилактической работы;

Перечень программных мероприятий

Мероприятие (вид деятельности)	Исполнители	Органы взаимодействия
Посещение семей учащихся, состоящих на различных формах учета	классные руководители соцпедагог администрация школы	соцпедагог ОУ, классные руководители, специалисты ГКУ СО «Комплексный центр социального обслуживания населения Северо-Восточного округа»
Просветительская и профилактическая работа с приглашением специалистов учреждений и служб системы профилактики, организация встреч с представителями КДН, ОДН, администрации ОУ с семьями, стоящими на различных видах учета	соцпедагог ОУ администрация школы	специалисты ГКУ СО «Комплексный центр социального обслуживания населения Северо-Восточного округа» инспекторы ОДН, КДН
Обновление банка данных учащихся, находящихся в социально опасном положении	классные руководители соцпедагог ОУ	специалисты ГКУ СО «Комплексный центр социального обслуживания населения Северо-Восточного округа», инспекторы ОДН, КДН
Организация помощи в организации оздоровления детей, попавших в ситуацию социального риска	СО «Комплексный центр социального обслуживания населения Северо-Восточного округа»	специалисты ГКУ СО «Комплексный центр социального обслуживания населения Северо-Восточного округа»
Психолого-педагогическое просвещение родителей и учащихся, находящихся в социально опасном положении	классные руководители соцпедагог ОУ	специалисты ГКУ СО «Комплексный центр социального обслуживания населения Северо-Восточного округа» Специалисты по делам с общественностью инспектор ОДН, КДН
Организация участия родителей из семей, находящихся в социально опасном положении в школьных мероприятиях	классные руководители	
Проведение Совета профилактики	классные руководители соцпедагог администрация школы	специалисты ГКУ СО «Комплексный центр социального обслуживания населения Северо-Восточного округа» Специалисты по делам с общественностью инспектор ОДН, КДН
Проведение школьного ПМПК	классные руководители	администрация школы, специалисты ГКУ СО

	соцпедагог администрация школы	«Комплексный центр социального обслуживания населения Северо-Восточного округа»
Контроль за посещаемостью уроков и внеурочных занятий, спортивных секций	классные руководители, учителя-предметники	классные руководители, тренера секций
Школьная научно- практическая конференция «Мы за здоровый образ жизни!»	соцпедагог ОУ	
Участие в мероприятиях , посвященных Международному дню отказа от курения	классные руководители	Медработник школы
Участие в мероприятиях , посвященных Международному дню борьбы со СПИДом	классные руководители соцпедагог	Медработник школы, сотрудники здравоохранения по согласованию
Занятия по профилактическим программам	Классные руководители	специалисты ГКУ СО «Комплексный центр социального обслуживания населения Северо-Восточного округа»

Описание разработки

Во все времена, во всех странах врачи, учёные и философы искали ответы на извечные вопросы: почему люди болеют и умирают, в чём секрет долголетия, пытались познать законы жизни.

Для этого использовались различные средства, от науки до мистики.

Миллионы лет человек учился защищаться от неблагоприятных условий внешней среды, строить жильё, шить одежду и обувь, учился использовать технику, химию, лекарства. Издавна люди стремятся перейти от физического труда к умственному, к сидячей – лежачему образу жизни, что ведёт к ограничению движений, атрофии мышц, застойным явлениям в крови.

Несомненно в теле каждого человека должен быть свой баланс нагрузок: «труда и отдыха», «голода и сытости», «тепла и холода», «света и темноты» и т. д. Состояние современного человека зависит как от внешних условий, так и от собственного отношения к здоровью.

Мы предлагаем Вашему вниманию программу МБОУ «Куликовская средняя общеобразовательная школа» «За здоровый образ жизни», рассчитанную на 2011 – 2015 годы.

1.1. Пояснительная записка.

В соответствии с законом РФ “Об образовании” **здоровье школьников** отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. Комплексная программа укрепления здоровья в нашей школе – это совокупность мероприятий, направленная на обеспечение здоровья и благополучия субъектов УВП.

Основная цель образования – развитие ребёнка при сохранении здоровья, т. е. развитие ребёнка в соответствии с принципом природосообразности.

Именно поэтому уже в начальной школе важно научить ребёнка осознать себя как часть природы и понимать ответственность перед обществом за сохранение своего здоровья.

Учёные отмечают, что первый скачок в увеличении ребят, страдающих хроническими заболеваниями, происходит в возрасте 7-10 лет. Это заставляет не только задуматься, но и бить тревогу, поскольку через школу проходит всё население страны.

И на этом этапе социализации личности формируется индивидуальное здоровье детей и всего общества. Среди источников «школьных» факторов, негативно воздействующих на здоровье учащихся, в период обучения можно выделить следующие неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия:

- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей;
- комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся школьного возраста к своему здоровью.

1.2. Обоснование необходимости реализации Программы.

Посёлок Куликово расположен на территории Красноборского района Архангельской области. Ведущей отраслью района является лесозаготовительная промышленность.

Частым образом развивается сельское хозяйство, которое в настоящее время находится в критическом состоянии.

Другие отрасли экономики не получили здесь своего развития, поэтому уровень безработицы очень высокий.

Таким образом, сложная социально-экономическая ситуация в посёлке усугубляется низким уровнем культуры населения, в т.ч. питания, неблагоустроенным жильём (в домах отсутствует канализация, вода, поступающая по старому водопроводу, с повышенным содержанием железа).

Все эти обстоятельства негативно влияют на состояние здоровья населения.

На сегодняшний день существует объективная необходимость целенаправленного формирования у школьников образа жизни, подчиненного принципам заботы о собственном **здоровье** и здоровье окружающих, отказа от вредных привычек и профилактике различных социальных девиаций. Утверждение **здорового образа жизни**, сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения рассматриваются в качестве одного из приоритетных направлений деятельности нашего ОУ, т. к. школа является одним из главных инициаторов и исполнителей культурного просвещения учащихся и взрослого населения в Куликово.

В школе сложилась система, предполагающая планомерный контроль состояния здоровья учеников и принятие мер по его улучшению, которая легла в основу комплексно-целевой программы « За здоровый образ жизни» (далее – Программа).

1.3. Ресурсное обеспечение Программы.

МБОУ Куликовская СОШ представляет собой одноэтажное здание деревянной конструкции общей площадью 600 кв. м, территория земельного участка школы 1,4 га.

В школе имеются 16 кабинетов, спортзал и автономный тренажёрный зал, столярная мастерская, библиотека и столовая. Во дворе находится спортивная площадка площадью 200 м², хоккейный корт в 420 м², оборудованная полоса препятствий.

Рассмотрено

на школьном МО классных руководителей

«10»_сентября 2012г.

Завуч по воспитательной работе

_____ (О.Е.Новинская)

«12» сентября 2012 года.

Утверждаю:

директор МБОУ «Куликовская СОШ»

_____ (Жгилёв Е. Е.)

«12_» сентября 2012 года.

Программа формирования здорового и безопасного образа жизни «Мы за здоровый образ жизни!»

Во все времена, во всех странах врачи, учёные и философы искали ответы на извечные вопросы: почему люди болеют и умирают, в чём секрет долголетия, пытались познать законы жизни. Для этого использовались различные средства, от науки до мистики. Миллионы лет человек учился защищаться от неблагоприятных условий внешней среды, строить жильё, шить одежду и обувь, учился использовать технику, химию, лекарства. Издавна люди стремятся перейти от физического труда к умственному, к сидячей – лежачему образу жизни, что ведёт к ограничению движений, атрофии мышц, застойным явлениям в крови. Несомненно в теле каждого человека должен быть свой баланс нагрузок: «труда и отдыха», «голода и сытости», «тепла и холода», «света и темноты» и т. д. Состояние современного человека зависит как от внешних условий, так и от собственного отношения к здоровью. Мы предлагаем Вашему вниманию программу МБОУ «Куликовская средняя общеобразовательная школа» «За здоровый образ жизни», рассчитанную на 2011 – 2015 годы.

1.1. Пояснительная записка

В соответствии с законом РФ «Об образовании» здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. Комплексная программа укрепления здоровья в нашей школе – это совокупность мероприятий, направленная на обеспечение здоровья и благополучия субъектов УВП.

Основная цель образования – развитие ребёнка при сохранении здоровья, т. е. развитие ребёнка в соответствии с принципом природосообразности. Именно поэтому уже в начальной школе важно научить ребёнка осознать себя как часть природы и понимать ответственность перед обществом за сохранение своего здоровья. Учёные отмечают, что первый скачок в увеличении ребят, страдающих хроническими заболеваниями, происходит в возрасте 7-10 лет. Это заставляет не только задуматься, но и бить тревогу, поскольку через школу проходит всё население страны. И на этом этапе социализации личности формируется индивидуальное здоровье детей и всего общества. Среди источников «школьных» факторов, негативно воздействующих на здоровье учащихся, в период обучения можно выделить следующие неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия:

- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей;
- комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся школьного возраста к своему здоровью.

1.2. Обоснование необходимости реализации Программы

Посёлок Куликово расположен на территории Красноборского района Архангельской области. Ведущей отраслью района является лесозаготовительная промышленность. Частым образом развивается сельское хозяйство, которое в настоящее время находится в критическом состоянии. Другие отрасли экономики не получили здесь своего развития, поэтому уровень безработицы очень высокий. Таким образом, сложная социально-экономическая ситуация в посёлке усугубляется низким уровнем культуры населения, в т.ч. питания, неблагоустроенным жильём (в домах отсутствует канализация, вода, поступающая по старому водопроводу, с повышенным содержанием железа).

Все эти обстоятельства негативно влияют на состояние здоровья населения.

На сегодняшний день существует объективная необходимость целенаправленного формирования у школьников образа жизни, подчиненного принципам заботы о собственном здоровье и здоровье окружающих, отказа от вредных привычек и профилактике различных социальных девиаций.

Утверждение здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения рассматриваются в качестве одного из приоритетных направлений деятельности нашего ОУ, т. к. школа является одним из главных инициаторов и исполнителей культурного просвещения учащихся и взрослого населения в Куликово.

В школе сложилась система, предполагающая планомерный контроль состояния здоровья учеников и принятие мер по его улучшению, которая легла в основу комплексно-целевой программы «За здоровый образ жизни» (далее – Программа).

1.3. Ресурсное обеспечение Программы

МБОУ Куликовская СОШ представляет собой одноэтажное здание деревянной конструкции общей площадью 600 кв. м, территория земельного участка школы 1,4 га. В школе имеются 16 кабинетов, спортзал и автономный тренажёрный зал, столярная мастерская, библиотека и столовая. Во дворе находится спортивная площадка площадью 200 м², хоккейный корт в 420 м², оборудованная полоса препятствий

Информационные ресурсы школы:

- количество книг в библиотеке в расчёте на одного учащегося 172 шт.;
 - суммарное время пользования Интернетом на одного учащегося в год 7 ч;
 - количество учащихся на один компьютер 2 чел.
 - соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
 - наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;
- В школе имеется столовая на 80 мест, пищеблок, где имеются все необходимые условия для хранения продуктов и приготовления пищи.
- организацию качественного горячего питания учащихся, в том числе горячих завтраков;
- Обучающиеся начальной школы охвачены горячим питанием (полный обед). Имеется 10 — дневное меню, утверждённое Роспотребнадзором.
- оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.

Имеется спортивный зал (общая площадь 162 м²), где имеется всё необходимое оборудование для осуществления образовательного процесса по предмету физическая культура, работы спортивных кружков и секций, внеурочной деятельности:

1. Козёл гимнастический
2. Стенка гимнастическая
3. Скамейка гимнастическая жёсткая
4. Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания)
5. Мячи: малые (мягкие), баскетбольные, волейбольные
6. Скакалки детские
7. Маты гимнастические
8. Акробатическая дорожка
9. Обручи пластиковые детские
10. Флажки стартовые
11. Лента финишная
12. Лыжи детские (с креплениями и палками)
13. Сетка для переноса и хранения мячей
14. Аптечка
15. Контейнер с комплектом игрового инвентаря

- В школе отлично оборудованный тренажёрный зал принимает детей как во время уроков, так и во внеурочное время. В тренажёрный зал приходят заниматься родители и другие жители посёлка три дня в неделю. Всё лето на спортивной площадке и полосе препятствий не смолкают детские голоса. Летняя оздоровительная площадка уже не первый год носит спортивную направленность. Зимой и обучающие школы и их родители катаются на хоккейном корте, постоянно следят за его состоянием.

Медицинское сопровождение обучающихся осуществляет Куликовская участковая больница и Красноборская районная больница.

- наличие необходимого и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (учителя физической культуры, психолог, медицинские работники).
Оздоровительную работу с обучающимися осуществляют специалисты: учителя физической культуры

1.4. Стратегические цели по оздоровлению школьников и пропаганде здорового образа жизни

Программа преследует следующие стратегические цели:

- поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся;
- создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей достижения успеха.

1.5. Задачи, решение которых обеспечивает достижение заявленных целей.

Задачи Программы:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих 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.

1.6. Сроки реализации Программы.

Программа рассчитана на 5 лет и предполагает постоянную работу по её дополнению и совершенствованию.

1.7. Основные направления деятельности

Здоровьесберегающая инфраструктура	Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся	Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы	Реализация дополнительных образовательных программ Внеурочной деятельности
---	---	--	---

2.1. Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения включает:

- соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;
- организацию качественного горячего питания учащихся, в том числе горячих завтраков;
- оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным инвентарём;
- наличие помещений для медицинского персонала;
- наличие необходимого (в расчёте на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (логопеды, учителя физической культуры, психологи, медицинские работники).

Ответственность и контроль за реализацию этого блока возлагается на администрацию образовательного учреждения.

2.2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности

обучающихся, направленная на повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, включает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);
- введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;
- индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования.

Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности каждого педагога.

2.3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы.
направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех

возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья, включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
- организацию занятий по лечебной физкультуре;
- организацию часа активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками;
- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно – оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителей физической культуры, а также всех педагогов.

2.4. Реализация дополнительных образовательных программ внеурочной деятельности предусматривает:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;

- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и т.п.;

Программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, предусматривают разные формы организации занятий:

- интеграцию в базовые образовательные дисциплины;
- проведение часов здоровья;
- факультативные занятия;
- проведение классных часов;
- занятия в кружках;
- проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п.;
- организацию дней здоровья.

Для предупреждения детского травматизма проводятся следующие мероприятия:

- - классными руководителями проводятся занятия по правилам дорожного движения;
- - классными руководителями постоянно проводится инструктаж по вопросам обучения безопасным приёмам и методам поведения в учебный период, профилактике детского травматизма с соответствующей записью в журнале по ТБ;
- - проводятся воспитательные часы: «О вредном влиянии на организм генно-модифицированных составляющих, содержащихся в продуктах», «Травмы при поражении электрическим током», «Меры безопасности при пользовании тепловой энергией», «О причинах несчастных случаев, происшедших с детьми при поражении электрическим током», «О предупреждении гибели детей при возникновении пожаров», «Огонь – друг, огонь – враг», «Меры пожарной безопасности в быту», индивидуальные беседы с родителями по вопросам детской безопасности, «Об обдуманности поведения», «В мире соблазнов», «Правила поведения и техника безопасности на каникулах», «Правила поведения на ледовом покрытии», «Безопасность на воде, дорогах», «Техника безопасности в темное время суток»;
- - воспитатель проводит беседы по правилам поведения в различных жизненных ситуациях и приёмам оказания первой помощи;
- - в школе оформлен Уголок Здоровья;
- - оформлены уголки «Безопасность движения» и «Правила безопасности пользования электрической энергией»;
- - педагоги и учащиеся школы принимают активное участие в конкурсах,

выставках, смотрах различного уровня по ЗОЖ.

2.5. Просветительская работа с родителями (законными представителями) включает:

- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т.п.;
- приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно- методической литературы;

- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т.п.

2.7. Ожидаемые результаты реализации Программы

Ожидаемые результаты заключаются в следующем:

- сохранение и по возможности укрепление психосоматического здоровья школьников через овладение навыками ЗОЖ;
- формирование осознанного ценностного отношения школьников и их родителей к здоровью как основному фактору успеха подрастающего поколения на последующих этапах жизни;
- повышение адаптационных возможностей детского организма и стабилизация уровня обученности при переходе учащихся с одной ступени обучения на другую;
- повышение уровня психологической комфортности в системах: « ученик – учитель », « ребёнок – ребёнок », « ребёнок – детский коллектив », « ребёнок – родители »;
- улучшение взаимодействия семьи и ОУ, ОУ и социума при организации здоровье-сберегающей деятельности школы.

2.8. Критерии оценки достижения результатов

Критериями оценки результативности здоровьесберегающей деятельности школы являются следующие показатели:

- желание учащихся посещать школу и оставаться в ней после окончания уроков;
- активность и заинтересованность школьников и их родителей в мероприятиях, связанных с тематикой здоровья;
- позитивные изменения психологического климата в педагогическом и детских коллективах;
- позитивные результаты мониторинга психосоматического здоровья учащихся.

2.9. Организация контроля исполнения Программы

Осуществляется в соответствии с внутришкольным контролем по правилам, предусмотренным разделом « Контроль над соблюдением гигиенических норм и правил, а также организацией учебно – воспитательного процесса и созданием условий, гарантирующих охрану и укрепление здоровья обучающихся».

2.10. Участники программы:

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

2.11. Деятельность по реализации программы предполагает:

Объединение учащихся в соответствии с их спортивными интересами для организации спортивных секций (баскетбол, футбол, лёгкая атлетика, настольный теннис, шашки и т.д.).

- Проведение Дней здоровья, спортивных праздников и состязаний, игр.
- Подготовку и проведение тематических классных часов, бесед, родительских собраний.
- Организацию экскурсий, походов.
- Пропаганду здорового образа жизни детей.
- Организацию интересного и плодотворного досуга. В том числе и в каникулярное время.
- Привлечение внимания родителей, общественных организаций, учреждений села к проблемам формирования и ведения здорового образа жизни.

Информация

о проводимых мероприятиях по *профилактике употребления наркотических средств*
МБОУ « Куликовская СОШ»

Наименование образовательного учреждения (классы)	Количество проведённых мероприятий
1 – 4 класс	Кл. час –тренинг « Цветок здоровья» Ролевая игра

	Урок – суд: « Судим пагубные привычки»
5-7 класс	Кл. час тренинг « Мы за ЗОЖ»
8-11 класс	Устный журнал « Нет наркотикам!» Просмотр видеофильма «Наркомания, курение и алкоголизм. Последствия»

Информация

о проводимых и планируемых мероприятиях по *профилактике ПАВ*

№	тема	форма	класс
1	« Цветок здоровья»	Кл. час - тренинг	Нач. ш
2	« Мы за ЗОЖ»	Кл. час	5-7
3	« Нет наркотикам!»	Кл. час и викторина	8-11
4	« Вредные привычки»	Анкета	5-11
5	« Ребята, давайте жить дружно!»	Конкурс творческих работ	Нач. ш
6	« Литературные герои имеют право»	Викторина	Нач. ш
7	« Мы и закон»	Пресс - конференция	5-7
8	« Но вечный выше вас закон»	Кл. час	5-7
9	« Мы – будущее России»	Брейн-ринг	1-11
10	« Территория безопасности»	Видеофильм	8-11
11	« Детская среда и вредные привычки» « Точка не возврата» « Ваши дети и вредные привычки»	Лекторий Видеофильм Анкета	Родители учащ
12	« ЗОЖ»	Выпуск плакатов	1-11
13	« Будь здоров!»	Весёлые старты	Нач. ш
14	« Дорога к доброму здоровью»	Вечер-КВН	Нач. ш

			(дети-ро
15	Неделя здоровья -«Чистые ручки» -«Самый чистый класс» - «Рациональное питание» - «Что мы знаем о табаке?» - « Здоровое питание школьника» - « Праздник здоровья»	- Акция - Конкурс - Конкурс меню - брошюры - сан.бил. -Вечер-КВН	1-11 Кл.ру родит
16	Майская эстафета	кросс	1-11 Учит родит
17	« Воспоминания моего детства»	Кл.час-тренинг	11кл.
18	« Традиции моей семьи»	Кл.час	5-10
19	« Моя семья»	Выставка творческих работ	Нач.ш
20	«ЗОЖ»	Участие в районном конкурсе презентаций	5-6к Дет.орг. « Со
21	« Я выбираю жизнь»	Кл.час	5-6кл
22	« Профилактика вредных привычек»	Кл.час	9кл.
23	« Русская речь без мата»	Кл.час	7-9
24	« Сквернословие»	Кл.час	11
25	« Полезные привычки»	Кл.час	1-11

2.13. Улучшение системы питания:

- оптимизация системы питания в школьной столовой с учётом потребностей учащихся;

- привлечение родительской общественности к процессу контроля работы столовой и организации системы питания;
- реализация программы «Разговор о правильном питании»,
- детские проекты «Плох обед, если хлеба нет», «Где найти витамины весной».

Приложение №1.

**Положение
о неделе здоровья
«Территория здоровья»**

Цель: Формирование у учащихся положительного отношения к ЗОЖ

Задачи:

1. Выработать и развить навыки ЗОЖ
2. Развитие познавательных и творческих способностей уч-ся
3. Укрепление семейно – школьных отношений

Время проведения: 23 апреля – 27 апреля

Место проведения: Куликовская СОШ

Участники: учащиеся, родители, учителя

№	мероприятие
1.	Акция « Чистые ручки», «Мой портфель»
2.	Конкурс « Самый чистый класс».
3.	Конкурс « Рациональное питание» (меню на один день)

4.	Сан.бюл. « Здоровое питание школьника»
5.	Вечер- КВН « Праздник здоровья»

2.12. Основные направления деятельности и предполагаемые формы работы:

1) Учёт состояния здоровья детей:

- анализ медицинских карт учащихся;
- определение групп здоровья;
- учёт посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

2) Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

- организация работы спортивных секций;
- динамические паузы для учащихся 1-х классов;
- динамическая перемена для учащихся 2-4-х классов;
- дни здоровья;
- организация летнего оздоровительного лагеря при школе с дневным прибытием.

3) Урочная и внеурочная работы:

- открытые уроки физической культуры, ОБЖ;
- открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
- спортивные секции
 - а) баскетбол
 - б) шашки и шахматы
 - в) настольный теннис
 - г) легкая атлетика
 - д) футбол

4) Основные направления пропаганды здорового образа жизни:

- тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции;
- совместная работа с учреждениями здравоохранения, органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма;
- обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи;
- пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки физической культуры и ОБЖ.

5) Соревнования и спортивные праздники:

- « Весёлые старты»;
 - Военизированная игра « Зарница»;
 - Эстафета «Полоса выживания»;
 - Дни бегуна, прыгуна;
 - « Папа, мама, я – спортивная семья»;
 - Общешкольные соревнования по баскетболу, футболу, лёгкой атлетике, пионерболу, лыжным гонкам и др.
 - русские народные игры, олимпийские игры, подвижные игры.
- ### б) Профилактика заболеваний учащихся:
- организация медицинского обследования;
 - соблюдение гигиенических норм и правил для учащихся;
 - соблюдение норм освещения и отопления в классах и школе;

-осуществление мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди учащихся;

-беседы, лекции, просмотры фильмов;

-проведение школьного конкурса « Самый здоровый класс»;

-проведение конкурса « Спортсмен года».

7) Тематические классные часы по вопросам гигиены, охраны здоровья и формирования здорового образа жизни:

-цикл бесед « Гигиена школьника»;

- «Чтобы зубы не болели»;

- «Да здравствует мыло душистое»;

- «Ты и телевизор»;

- «Компьютер + здоровье»;

- «Твой режим дня»;

- инструктажи по предупреждению травматизма;

- беседы по правилам дорожного движения.

8) Тематика родительских собраний по проблеме формирования здорового образа жизни:

- «Здоровье ребёнка в руках взрослых»;

- «Режим труда и учёбы»;

- «Физическое воспитание детей в семье»;

- «Алкоголизм, семья и дети»;

- «Предупреждение нервных и сердечных заболеваний в годы юности»;

- «Вредные привычки у детей»;

- «Наркотики в зеркале статистики»;

- «Психология курения»;

- «Нецензурная брань – это тоже болезнь»;

- «Физическое развитие школьника и пути его совершенствования».

9) Диагностика учащихся по проблеме формирования здорового образа жизни:

-анкета «Отношение младших школьников к табакокурению»;

-анкета «Отношение к психоактивным веществам»;

-анкета «Что такое по-твоему ЗОЖ».