

Муниципальное образовательное учреждение
«Кушалинская средняя общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДЕНО
Директор МОУ
«Кушалинская СОШ»
_____ /Ефимова В.С./
Приказ №140 от «30 " августа 2023 г.

Приказ № 140 от 30.08.2023г
Директор _____ Ефимова В.С.



ПРОГРАММА

**по сохранению и укреплению здоровья обучающихся при организации
образовательного процесса**

с. Кушалино

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Ни одно другое социальное окружение не оказывает такое воздействие на формирование здоровой личности, какое может осуществить школа.
*Американская
Ассоциация Национального
Здоровья*

Согласно статьям 28, 41, 42 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» четко обозначена ответственность образовательного учреждения за жизнь и здоровье детей, создание условий для охраны и укрепления физического и психического здоровья обучающихся.

В условиях сохраняющейся тенденции ухудшения состояния здоровья подрастающего поколения деятельность по сохранению, укреплению и формированию здоровья школьников рассматривается как необходимое условие национальной безопасности и развития российского общества. В состоянии здоровья детей и подростков, являющихся интеллектуальным, кадровым, оборонным потенциалом общества и государства, сформировались устойчивые негативные тенденции: растет заболеваемость, ухудшается физическое развитие, прогрессивно увеличивается распространенность факторов риска формирования здоровья и развития. В настоящее время число здоровых детей школьного возраста в целом по стране не превышает 10%.

Задачей современной школы является создание активной образовательной среды, в которой будет организована подготовка ученика к самостоятельной жизни, формирование у него культуры здоровья, воспитание потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение необходимыми знаниями и формирование соответствующих навыков.

Данная программа рассчитана на учащихся 1-11 классов. В настоящей Программе понятие «здоровье» определяется не только как отсутствие болезней и физических дефектов, а как состояние физического, душевного и социального благополучия человека.

Концепция программы.

В настоящей концепции понятие «здоровье» определяется не только как отсутствие болезней и физических дефектов, а как состояние физического, душевного и социального благополучия человека. Являясь целостным социально-психологическим явлением, здоровье школьника представляет интегративный критерий качества современного образования.

Подготовить учащегося к самостоятельной жизни - это значит сформировать у него адекватные механизмы физиологической, психологической, социальной адаптации к окружающей действительности, готовность к самостоятельному жизнепрживанию. Деятельность по созданию условий для сохранения здоровья учащихся в обязательном порядке должна учитывать те факторы, которые влияют на здоровье ребенка: и экологические, и социальные, и санитарно-гигиенические. Однако школа не в силах заменить медицинские учреждения и вылечить заболевание. Школа лишь может создать условия для профилактики новых заболеваний и сохранению здоровья, может содействовать формированию потребности в здоровом образе жизни, может научить учащихся защищать свою жизнь и сохранять свое здоровье. Необходимо сформировать у детей устойчивые мировоззренческие представления об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни как необходимом условии реализации личностных устремлений. Поэтому процесс формирования здоровья невозможен без целостной системы воспитания.

Настоящая программа предполагает дальнейшие действия по созданию условий для сохранения здоровья учащихся, формированию у них потребности в здоровом образе жизни.

ЦЕЛЬ:

создание благоприятных условий, обеспечивающих формирование основ сохранения здоровья, формирования мотивации к активному и здоровому образу жизни (ЗОЖ).

ЗАДАЧИ:

- 1) Разработать и внедрить наиболее рациональные формы и методы диагностики физического здоровья детей.
- 2) Создать систему учебных и внеучебных форм и методов, способствующих становлению физически, психически и эмоционально здоровой личности.
- 3) Сформировать навыки здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности

Нормативные документы

Программа разработана в соответствии с

- законом РФ «Об образовании»;
- Конвенцией о правах ребенка;
- Федеральным законом РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (1998г.);
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10
- «Оценкой физического развития и состояния здоровья детей и подростков». М: ТЦ Сфера, 2005;

- Методическими рекомендациями, утвержденными Госкомсанэпиднадзором РФ 17.03.96. №01-19/31-17).

Участники программы.

- ❖ учащиеся;
- ❖ родители;
- ❖ педагоги;
- ❖ администрация школы:
- ❖ учителя-предметники
- ❖ классные руководители,
- ❖ школьные специалисты (тьютор кабинета здоровья, социальный педагог, школьный психолог, медсестра),

Основные направления работы по реализации программы.

Медицинское - предполагает обеспечение гигиенических условий образовательного процесса. Под гигиеническими понимается соблюдение внешних условий организации учебного процесса: составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований, проведение физминуток, организация питания учащихся.

Просветительское - предполагает организацию деятельности по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; работа по предупреждению детского травматизма на дорогах; работа по предупреждению роста заболеваемости учащихся школы. Особое место отводится *работе с родителями*, так как прежде всего в семьях формируется правильный или неправильный образ жизни, закладываются основы мировоззрения. Просветительская работа должна сочетать в себе как традиционные, так и современные интерактивные приемы воздействия на учащихся и их родителей.

Психолого - педагогическое - предполагает прежде всего использование *здоровьесберегающих технологий*, форм и методов в организации учебной деятельности, а также предупреждение проблем развития ребенка, *обеспечение адаптации* на разных этапах обучения, развитие познавательной и учебной мотивации, формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля.

Спортивно - оздоровительное - предполагает организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение учащихся к здоровому досугу.

Предлагаемые формы работы по реализации программы.

1. Урочная и внеурочная спортивно – оздоровительная деятельность:
 - Работа спортивных секций;
 - Открытые уроки учителей физического воспитания;
 - Разработка и соблюдение валеологических требований на всех учебных занятиях.
2. Соревнования и спортивные праздники:
 - Спортивные турниры;
 - Спортивные праздники, творческие вечера, приуроченные к тем или иным датам и событиям;
 - Товарищеские встречи по различным видам спорта;
 - Подготовка сборных команд школы для участия в районных и областных соревнованиях, спартакиаде школьников области.
3. Туризм, краеведение:
 - Туристические слёты;
 - Общешкольные Дни здоровья;
 - Прогулки на свежем воздухе.
4. Профилактика заболеваний у учащихся и сотрудников школы:
 - Беседы и лекции;
 - Встречи с медработниками;
 - Смотры – конкурсы стенгазет, рисунков, буклетов, презентаций по борьбе с распространением ВИЧ – инфекции, куриного гриппа, наркомании, алкоголизма и табакокурения.
5. Исследовательская работа. Мониторинг.
 - Анкетирование.
 - Диагностика;
 - Подведение итогов внутришкольных соревнований.

Общая структура реализации программы

I. Младший школьный возраст.

1. Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры.
2. Пропаганда здорового образа жизни, профилактика заболеваний органов зрения, органов пищеварения, сколиоза.
3. Организация работы по профилактике детского травматизма на дорогах.

1-й класс	
Классные часы	Культура питания. Уход за телом, одеждой. Режим дня. Роль зарядки, гимнастики, бега или любых физических упражнений в жизни человека. Как необходимо сидеть за столом во время занятий. Культура чтения. Что необходимо помнить, оставаясь дома одному.

Родительские собрания	«Режим дня первоклассника», «Рабочее место первоклассника».
Конкурсы	Знатоков «Все без исключения должны знать правила дорожного движения». Рисунков «Осторожно, дети!».
2-й класс	
Классные часы	Режим дня («Каждому делу - свое время»). Роль прогулки, ее сущность. Закаливание. Культура питания (о продуктах, содержащих витамины, как вести себя за столом, режим питания). Температура воздуха в квартире, проветривание. Как необходимо одеваться осенью (весной) и зимой. Роль физических занятий в жизни ребенка.
Родительские собрания	«Зарядка и закаливание», «О необходимости соблюдения режима питания».
Конкурсы	Рисунков «Я за здоровый образ жизни», «Меню второклассника, здоровое и любимое». Знатоков ПДД «Перекресток».
3-4 классы	
Классные часы	Режим работы. Утренняя гимнастика. Красиво одеваться, значит опрятно. Культура одежды. Как создать уют в детской комнате. Рабочий стол. За рабочим столом. Лекарственные растения. Профилактика простудных заболеваний. Культура питания. Режим питания. Качество приготовленной пищи.
Родительские собрания	Поговорим «О школьной форме», «Режим питания ребенка. Школьный завтрак». Встреча учащихся и родителей с психологом школы по вопросу «Как избежать стрессов и психических расстройств младшего школьника».
Конкурсы	Рисунков «Зеленая аптека». Знатоков ПДД «Осторожно - движение». Моделей школьной формы (из цикла «Фантазеры»).

II. Младший подростковый возраст (5-6 классы).

1. Приобщение к здоровому образу жизни.
2. Организация профилактики детского травматизма на дорогах.

Классные часы	Режим дня. Режим работы и отдыха. Умение уважать режим работы и отдых других людей. Культура питания. Режим питания. Школьный завтрак. О продуктах питания. Культура одежды. Как и куда одеваться. Гигиена мальчика и девочки. Культура гигиены. Физическая культура. Спорт в жизни человека. Профилактика простудных заболеваний, заболеваний органов зрения.
----------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	Походка. О вредных привычках. О вреде курения.
Родительские собрания	«Физическая культура и спорт». «Об особенностях физического развития младшего подростка». «Профилактики ранней преступности».
Конкурсы, викторины	Конкурс плакатов «Я за здоровый образ жизни!».

III. Средний подростковый возраст (7-8 классы).

1. Приобщение к здоровому образу жизни.
2. Организация мероприятий по профилактике наркомании и табакокурения.
3. Организация мероприятий по профилактике травматизма.
4. Организация мероприятий по профилактике заболеваний органов зрения, органов пищеварения, психических расстройств.

Классные часы	Что такое здоровье? (физическое, духовное, психическое). Способы укрепления здоровья. Гармония тела. Фитотерапия. Культура питания подростка. Система питания. Культура гигиены подростка. Культура одежды, уход за телом. Подросток и никотин. Подросток и алкоголь. Почему люди употребляют алкоголь и курят? Человек и наркотики. Как защититься от наркотика?
Родительские собрания	«Особенности физического и психического развития подростка 13-14 лет» (с привлечением психолога). Встречи с работниками РОВД по вопросу профилактики преступности.
Конкурсы	Конкурс плакатов, буклетов: «Скажем наркотику - нет!»

IV. Старший подростковый возраст (9-11-й классы).

1. Приобщение к здоровому образу жизни.
2. Профилактика наркомании, алкоголизма.
3. Профилактика преступности.

Классные часы	Единство физического, духовного и психического здоровья. Красота физическая. Гармония тела. Роль спорта в жизни человека. Как одеваться: стильно, модно, богато, удобно? Система питания старшеклассника. Культура гигиены девушки. Культура гигиены юноши. Из истории алкоголя и наркотика: причины быстрого распространения. Как устоять от соблазна «попробовать»? Четыре ступени, которые ведут в ад (алкоголь и подросток). Алкоголь - наркотик -
----------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	преступление. «Без кайфа жизни нет?».
Родительские собрания	Наркомания - знамение времени. Как уберечь ребенка от дурного влияния, пагубных привычек, наркотика. Особенности полового развития старшего подростка (15-16 лет). Плоды «свободной любви». Подросток-преступник: причины, последствия.
Конкурсы	Плакатов «Скажем наркотику - нет!», буклетов, презентаций «Я выбираю здоровый образ жизни».

План работы

по сохранению и укреплению здоровья обучающихся при организации образовательного процесса

№ п\п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
<i>1. Анализ и создание условий, необходимых для сохранения и укрепления здоровья</i>			
1	Осуществление контроля за соблюдением норм СанПиНа	В течение года	Администрация ОУ
2	Составление рационального расписания уроков и внеурочной деятельности школьников, не допускающего перегрузок	сентябрь	Зам. директора по УВР
3	Обеспечение качественного и рационального питания обучающихся в столовой	В течение года	Администрация ОУ, работники столовой, ответственный за питание
4	Обеспечение и организация профилактических прививок (в соответствии с календарем профилактических прививок и сезонных), ежегодных профилактических осмотров обучающихся	В течение года	Администрация ОУ, классные руководители, , медицинские работники
5	Организация и проведение неспецифических профилактических мероприятий в период подъема	В течение года	Администрация ОУ, классные руководители, ,

	заболеваемости ОРВИ и гриппа		медицинские работники
6	Информационное и эстетическое оформление интерьера класса, столовой, коридоров (информационные стенды, уголки здоровья, обустройство столовой, смотр кабинетов)	В течение года	Администрация ОУ, классные руководители, социальный педагог
7	Разработка и издание методических рекомендаций по применению здоровьесберегающих технологий на различных уроках и при проведении внеклассных мероприятий	В течение года	Методическое объединение классных руководителей, учителя предметники

2. Организация и проведение диагностических мероприятий

1	Медосмотр учащихся	по плану	Медицинский работник
2	Анализ заболеваемости учащихся, учет учащихся по группам здоровья	сентябрь-ноябрь	Медицинский работник
3	Организация и осуществление комплексного мониторинга состояния здоровья обучающихся	в течение года	Администрация ОУ, медицинские работники
4	Создание базы данных о состоянии здоровья обучающихся и педагогических работников на основе комплексной оценки	в течение года	Администрация ОУ, медицинские работники
5	Анализ занятости обучающихся физкультурой и спортом	в течение года	Классные руководители, учитель физической культуры

3. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса

1	Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий, в том числе антиковидных	ежедневно	Завхоз
2	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	ежедневно	Завхоз
3	Обеспечение соблюдения правил ПБ в	ежедневно	Завхоз

	школе		
4	Содержание в исправности электрохозяйства и всех средств пожаротушения	ежедневно	Завхоз
5	Организация работы рециркуляторов воздуха	ежедневно	Завхоз, классные руководители
6	Санитарная обработка помещений ОУ (в период сезонных заболеваний)	ежедневно	Завхоз
7	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по ТБ в учебных кабинетах	по плану	Директор школы
8	Разработка плана мероприятий по охране труда и ТБ в школе	сентябрь	Директор школы
9	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья школьников, - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил ТБ, ПБ и охраны труда	сентябрь	Директор школы
10	Составление социального паспорта по классам, составление списков: - учащихся с девиантным поведением, - неблагополучных семей, - многодетных семей, - малообеспеченных семей, - неполных семей, - детей-инвалидов	сентябрь	Соц. педагог, классные руководители, психолог
11	Учет посещаемости учащимися школы	ежедневно	Соц. педагог, классные руководители
12	Организация дежурства по школе	сентябрь	Зам.директора по УВР
13	Оформление листков здоровья в классных журналах.	сентябрь	Классные руководители
14	Проведение физкультминуток на уроках	постоянно	Учителя
15	Составление графика работы спортивных секций, внеурочной деятельности и спортивного зала	сентябрь	Зам.директора по УВР

16	Обновление информационных материалов в уголке здоровья	В течение года	Медицинский работник
17	Озеленение учебных кабинетов	В течение года	учителя-предметники
18	Рейды по проверке внешнего вида учащихся,	еженедельно	Зам.директора по УВР
19	Обеспечение готовности школьных помещений, системы отопления для работы в зимний период	к началу зимнего периода	Завхоз, директор

3. Инструктивно-методическая и учебно-воспитательная работа

1	Организация работы с учащимися, мотивированными на успешное обучение, путем участия в олимпиадах, предметных неделях, различных конкурсах с целью профилактики учебных перегрузок	в течение года	Зам. директора по УВР, учителя-предметники
2	Проведение инструктажей по правилам ТБ, ПБ и охраны труда, ПДД, антитеррористической безопасности	Систематически в течение года	классные руководители
3	Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий	в течение года	Зам. директора по УВР
4	Проведение единого ДНЯ БЕЗОПАСНОСТИ	Ежемесячно	Классные руководители
5	Проведение недель, месячников: - по ПДД, - пожарной безопасности - гражданской защиты - за здоровый образ жизни - охраны труда	В течение года	Зам. директора по УВР, классные руководители
6	Проведение цикла уроков с валеологической направленностью	В течение года	Учителя-предметники
7	Создание библиотеки метод. литературы по проблеме здорового образа жизни	до 1 декабря	Библиотекарь
8	Обеспечение соблюдения правил ТБ и ПБ во время проведения новогодних	во время каникул	Зам. директора по УВР

	мероприятий и на каникулах		
9	Разработка рекомендаций классным руководителям по ведению индивидуального учета физического и психического состояния учащихся	декабрь-январь	Медицинский работник
10	Организация круглых столов по обмену опытом в разработке эффективных форм и методов работы, направленных на оздоровление учащихся	ноябрь март	Классные руководители, зав. кабинетом здоровья
11	Проведение обучающего семинара для педагогов «Оказание первой медицинской помощи»	сентябрь	Зам. директора по УВР, медицинский работник, зав. кабинетом здоровья
12	Размещение плана мероприятий по сохранению и укреплению здоровья учащихся на 2020/2021 учебный год на сайте учреждения на информационном стенде и на сайте школы	сентябрь	Ответственный за работу с сайтом

4. Оздоровительно - профилактическая работа.

1	Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований на уроках, профилактики близорукости и сколиоза, режима проветривания кабинетов на переменах	ежедневно	Классные руководители
2	Контроль соблюдения режима дня учащимися		Классные руководители
	Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок учащимся	по графику	Мед. работник
3	Организация работы по пропаганде здорового образа жизни среди учащихся (лекции, беседы, вечера)	в течение года	Зам. директора по УВР, классные руководители, зав. кабинетом здоровья
4	Проведение тематических классных часов по привитию навыков здорового образа жизни:	В течение года	Классные руководители

	<ul style="list-style-type: none"> - «Вредные привычки и их предотвращение» (7-8 классы) - «Формирование навыков здорового образа жизни» (4-5 классы) - «Правильное питание» (1-9 классы) - «Организация досуга учащихся» (5-9 классы) и т.д. 		
5	Обучение школьников эффективным поведенческим стратегиям: умению решать жизненные проблемы, эффективно общаться, владеть своими эмоциями и т. д.	в течение года	Классные руководители Соц.педагог, Психолог
6	Оказание социальной поддержки подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	По мере необходимости	Зам. директора по УВР, соц. Педагог, классные руководители, Психолог
7	Проведение физкультминуток на уроках	ежедневно	Учителя
	Проведение на уроках специальной гимнастики на осанку, гимнастики для снятия утомления глаз учащихся	систематически	Учителя-предметники
8	Проведение подвижных перемен	ежедневно	Классные руководители
9	Проведение мероприятий в рамках месячников по безопасности ПДД, ПБ, ГО и ЧС, сети Интернет, ПАВ, ЗОЖ.	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители
10	Физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия по плану спортивно - массовых мероприятий	В течение года	Зам. директора по УВР, классные руководители, учитель физкультуры
11	Работа с родителями по плану родительского лектория	В течение года	Классный руководитель
12	Организация индивидуальных консультаций для родителей.	в течение года	Классные руководители, социальный педагог

5. Физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия

1	Презентация школьных спортивных кружков и секций. ОСЕННИЙ КРОСС День здоровья Осенний кросс Соревнования по футболу Всероссийский день бега «Кросс Наций»	сентябрь	Учитель физкультуры
2	Акция «Мы выбираем спорт!» Легкоатлетическое четырехборье Веселые старты Первенство школы по н/теннису Первенство школы по волейболу (девушки)	октябрь	Учитель физкультуры
3	Соревнования по волейболу (юноши) Спортивная эстафета «ЗОЖ – альтернативы нет!»	ноябрь	Учитель физкультуры
4	Соревнования по шахматам Спортивно-развлекательная программа «Зимние забавы» Зимняя эстафета «Начни день со спорта»	Декабрь-январь	Учитель физкультуры
5	Спортивно-творческий конкурс «Служить России!» Лыжные соревнования (первенство школы) «Лыжня России» - районные соревнования	февраль	Учитель физкультуры
6	Первенство школы легкоатлетический кросс Всероссийские соревнования по спортивному ориентированию ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ (по плану)	апрель	Учитель физкультуры
7	Сдача нормативов ГТО	В течение года	Учитель физкультуры
8	Спортивные соревнования «Забег отважных», посвященный 77-й годовщине Победы в ВОВ	май	Учитель физкультуры

6. Работа с родителями

1	Информирование о порядке проведения плановых ежегодных профилактических осмотров и обследований детей, срока действия медицинских заключений о состоянии здоровья и медицинских рекомендаций для занятий в группе по физической культуре (срок действия – 1 год) О сроках действия медсправки для поступления в УССО И УВО (6 месяцев)	сентябрь	Администрация, классные руководители, медицинский работник школы
2	Направление детей в амбулаторно-поликлинические организации здравоохранения на плановые профилактические осмотры	Ежегодно, в месяц рождения ребенка	медицинский работник школы
3	Организация индивидуальных консультаций для родителей	в течение года	Классные руководители, социальный педагог
4	Выступление на родительских собраниях по результатам диагностики	по плану	Зам. директора по УВР, классные руководители
5	Участие родителей в спортивно-оздоровительных мероприятиях	по плану	Классные руководители
6	Родительский лекторий «Методы оздоровления детей в домашних условиях»	раз в четверть	Зам. директора по УВР, классные руководители
7	Включение в повестку родительских собраний выступлений по вопросам: - профилактики детского травматизма - инфекционных заболеваний - вакциноуправляемых инфекций - ВИЧ-инфекции - сохранения репродуктивного здоровья - здорового питания - гигиенического воспитания и др.	ноябрь, январь, апрель	Отв. по вопросам здоровьесбережения, классные руководители
8	Приглашение на родительские собрания медицинских работников	по плану	Зам. директора по ВР, классные руководит

Здоровьесберегающая среда и здоровьесберегающие технологии в методической работе

Каждое образовательное учреждение помимо решения педагогических задач должно соотносить учебную нагрузку и методы преподавания с возрастными и индивидуальными особенностями детей, содействовать охране и укреплению их здоровья. Научить детей жить без конфликтов и стрессов, укреплять, сохранять свое и ценить чужое здоровье, усилить мотивацию учения, привить принципы здорового образа жизни поможет, несомненно, применение в педагогическом процессе здоровьесберегающих технологий в совокупности с охранительными педагогическими режимами обучения.

Гигиенические показатели, характеризующие урок:

- 1) Обстановка и гигиенические условия в классе (кабинете): температура и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.д.
- 2) Число видов учебной деятельности: опрос учащихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение примеров, задач и др. Норма: 4-7 видов за урок. Однообразность урока способствует утомлению школьников, как бывает, например, при выполнении контрольной работы. Сочинение - более творческая задача, и коэффициент утомления при этой форме работы несколько ниже. Наоборот: частые смены одной деятельности другой требуют от учащихся дополнительных адаптационных усилий.
- 3) Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности. Ориентировочная норма - 7-10 минут.
- 4) Число видов преподавания: словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и т.д. Норма - не менее трех.
- 5) Чередование видов преподавания. Норма - не позже чем через 10-15 минут.
- 6) Наличие и выбор места на уроке методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся, когда они действительно превращаются из "потребителей знаний" в субъектов действия по их получению и созиданию. Это такие методы, как метод свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, выбор способа действия, выбор способа взаимодействия, свобода творчества и т.д.); активные методы (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь); методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки).

7) Место и длительность применения ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами), умение учителя использовать их как возможности инициирования дискуссии, обсуждения.

8) Физкультминутки и другие оздоровительные моменты на уроке - их место, содержание и продолжительность. Норма - на 15-20 минут урока по 1 минуте из 3-х легких упражнений с 3 – повторениями каждого упражнения.

9) Наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни; демонстрация, прослеживание этих связей; формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности; выработка понимания сущности здорового образа

жизни; формирование потребности в здоровом образе жизни; выработка индивидуального способа безопасного поведения, сообщение учащимся знаний о возможных последствиях выбора поведения и т.д.

10) Наличие у учащихся мотивации к учебной деятельности на уроке (интерес к занятиям, стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу и т.п.) и используемые учителем методы повышения этой мотивации.

11) Психологический климат на уроке.

12) Наличие на уроке эмоциональных разрядок: шуток, улыбок, использование юмористических картинок, поговорок, афоризмов с комментариями, небольших стихотворений, музыкальных минуток и т.п.

13) Момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности. Определяется в ходе наблюдения по возрастанию двигательных и пассивных отвлечений у детей в процессе учебной работы. Норма - не ранее чем через 25-30 минут в 1-м классе; 35-40 минут в начальной школе; 40 минут в средней и старшей школе.

15) Темп и особенности окончания урока:

- быстрый темп, "скомканность", нет времени на вопросы учащихся, быстрое, практически без комментариев, записывание домашнего задания;

- спокойное завершение урока: учащиеся имеют возможность задать учителю вопросы, учитель может прокомментировать задание на дом, попрощаться с учащимися;

- задержка учащихся в классе после звонка (на перемене).

Ожидаемые результаты

1. Создание безопасных условий жизнедеятельности обучающихся и охрану труда работников.
2. Снижение уровня заболеваемости детей школьного возраста, распространенности среди обучающихся социально обусловленных заболеваний.

3. Увеличение числа школьников, занимающихся в спортивных кружках и секциях;
4. Создание системы мониторинга состояния здоровья детей.
5. Повышение общей культуры учащихся и их родителей.
6. Повышение уровня знаний школьников по вопросам здорового образа жизни и здоровьесбережения;
7. Формирование у обучающихся осознанного отношения к сохранению и укреплению своего здоровья как к основному фактору жизненного успеха.
5. Совершенствование системы медико-психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса.
6. Повышение социально-психологической комфортности в детском и педагогическом коллективе Повышение готовности педагогов к здоровьесберегающей деятельности, личностный и профессиональный рост педагогического коллектива школы.
7. Активное и результативное участие обучающихся школы в различных интеллектуальных и творческих проектах