

ПРИНЯТО

Общим собранием работников Учреждения  
Протокол от 30.08.2021 № 3

С учетом мнения Совета обучающихся  
(протокол от 30.08.2021 № 3)

С учетом мнения Совета родителей (законных  
представителей) несовершеннолетних  
обучающихся (протокол от 30.08.2021 № 3)



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ - гимназия № 94

С.А. Ярославцев

Приказ от 30.08.2021 № 46/2 -О

## ПРОГРАММА

**Здоровьесбережения обучающихся МАОУ-гимназия №94 на 2021 – 2025 учебные годы**

## **Пояснительная записка**

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение.

Чтобы быть здоровым нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Кроме того, нужно постоянно помнить о том, что сейчас идеально здоровых детей не много. Поэтому, оздоровление детей должно вестись целенаправленно, через систематическую спланированную работу всего коллектива образовательного учреждения на длительный период. Разработка эффективных мер по укреплению здоровья детей и подростков имеет исключительное значение для современной общеобразовательной школы. Установление гармонической связи между обучением и здоровьем обеспечивает качественный сдвиг в сторону повышения эффективности образовательной деятельности, то есть осуществления комплексного подхода к проблеме, и имеет прямое отношение к обучению.

1. Охрана здоровья обучающихся включает в себя:

1) оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья;

2) организацию питания обучающихся;

3) определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул;

4) пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда;

5) организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом;

6) прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации медицинских осмотров, в том числе профилактических медицинских осмотров, в связи с занятиями физической культурой и спортом, и диспансеризации;

7) профилактику и запрещение курения табака или потребления никотинсодержащей продукции, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ;

8) обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;

9) профилактику несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;

10) проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий;

11) обучение педагогических работников навыкам оказания первой помощи.

### **Цель программы**

Создание в гимназии организационно - педагогических, материально-технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса

### **Задачи:**

- 1) Определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул;
- 2) пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда;
- 3) организация и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физкультурой и спортом;
- 4) профилактика и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов, и других одурманивающих веществ;
- 5) профилактика несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в гимназии;
- 6) проведение санитарно-противоэпидемических, санитарно-гигиенических и профилактических мероприятий;
- 7) наблюдение за состоянием здоровья обучающихся.

## **Содержание программы:**

### **Определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул:**

Разработка и реализация календарного учебного графика, режима занятий, учебного плана, плана внеурочной деятельности

### **Пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда:**

Инструктажи по охране труда, информирование о преимуществе здорового образа жизни с использованием специально разработанных раздаточных материалов; проведение встреч, бесед, тренингов, кинолекториев, воспитательных бесед; оформление информационных стендов о пользе здорового образа жизни;

### **Организация и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физкультурой и спортом**

Организация питания. Осуществление плановых медицинских осмотров. Соблюдение индивидуальных рекомендаций медицинских организаций по созданию условий организации образовательного процесса. Создание условий для занятий, обучающихся на спортивных площадках; занятия физической культурой, охраны труда и безопасности жизнедеятельности; занятия в объединениях дополнительного образования спортивной направленности; разработку новых методов и форм обучения практическим навыкам и умениям в области здорового образа жизни; спортивные праздники и недели физической культуры и спорта.

### **Профилактика и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов, и других одурманивающих веществ**

Локальный нормативный акт о запрете курения, употребления и распространения алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов, и других одурманивающих веществ; проведение профилактических мероприятий, единых дней профилактики (проведение встреч, бесед, тренингов, кинолекториев, воспитательных бесед; оформление информационных стендов, размещение профилактических материалов

на сайте гимназии)

**Профилактика несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в гимназии**

Организация дежурства педагогического состава, обучение педагогов и обучающихся технике безопасности и правилам поведения в условиях чрезвычайной ситуации, организация работы медицинского кабинета.

**Проведение санитарно-противоэпидемических, санитарно-гигиенических и профилактических мероприятий**

Обеспечение гигиенических норм естественного и искусственного освещения, соответствия размеров школьной мебели возрастнo-антропометрическим параметрам школьника, величины учебной нагрузки, режима проветривания учебных кабинетов.

**Наблюдение за состоянием здоровья обучающихся**

Организация и проведение анкетирования учащихся, родителей; Организация и проведение медицинского осмотра учащихся; Посещение уроков с целью выявления использования здоровьесберегающих технологий на уроке; Оформление паспорта здоровья для каждого класса, внесение результатов медицинского осмотра, тестирования, анкетирования.

## ПЛАН

**Реализации программы здоровьесбережения обучающихся МАОУ-гимназия №94 на 2021-2025 гг.**

№ п\п	мероприятие	периодичность	ответственный
1.	<b>Определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул</b>		
1.1	Разработка и утверждение календарного учебного графика, режима занятий, учебного плана, плана внеурочной деятельности	август	Ярославцев С.А., Коновалова Н.Е., Куимова Н.С.
2.	<b>Пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда</b>		
2.1	Инструктажи по охране труда	Весь период	Антропова С.И.
2.2	Информирование о преимуществе здорового образа жизни с использованием специально разработанных раздаточных материалов	Весь период	Кузьминых В.В., Токмянникова А.В.
2.3	Проведение встреч, бесед, тренингов, кинолекториев, воспитательных бесед	Согласно распоряжения Департамента образования о Единых днях профилактики, неделях безопасности и графика классных часов	Кузьминых В.В., Токмянникова А.В.
2.4	оформление информационных стендов о пользе здорового образа жизни, размещение информационных материалов на сайте гимназии	Весь период	Токмянникова А.В., Коновалов В.К.
3.	<b>Организация и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физкультурой и спортом</b>		

3.1	Организация питания обучающихся	Весь период	Ярославцев С.А., Кузьминых В.В., Коновалов В.К.
3.2	Осуществление плановых медицинских осмотров	Согласно плана ГАУЗ СО ДГП №13	Ярославцев С.А., Нечаева Е.Ю.
3.3	Соблюдение индивидуальных рекомендаций медицинских организаций по созданию условий организации образовательного процесса. Применение здоровьесберегающих технологий на уроке	Весь период	Коновалова Н.Е., Куимова Н.С.
3.4	Создание условий для занятий, обучающихся на спортивных площадках; занятия физической культурой, охраны труда и безопасности жизнедеятельности;	Весь период	Коновалов В.К, Антропова С.И.
3.5	Занятия в объединениях дополнительного образования спортивной направленности;	Весь период	Кузьминых В.В.
3.6	Разработка новых методов и форм обучения практическим навыкам и умениям в области здорового образа жизни; проведение спортивных праздников и Дней и недель спорта, участие в спортивных соревнованиях различного уровня.	Весь период	Сидорова Е.В. (руководитель МО учителей физической культуры)
4	<b>Профилактика и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов, и других одурманивающих веществ</b>		
4.1	П профилактических мероприятий, единых дней профилактики (проведение встреч, бесед, тренингов, кинолекториев, воспитательных бесед; оформление информационных стендов, размещение профилактических материалов на сайте гимназии)	Весь период	Кузьминых В.В., Токмянникова А.В.
5	<b>Профилактика несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в гимназии</b>		
5.1	Организация дежурства педагогического состава	Весь период	Кузьминых В.В.

5.2	обучение педагогов и обучающихся технике безопасности и правилам поведения в условиях чрезвычайной ситуации	Весь период	Антропова С.И.
5.3	Обеспечение условий для работы медицинского кабинета	Весь период	Коновалов В.К.
6	<b>Проведение санитарно-противоэпидемических, санитарно-гигиенических и профилактических мероприятий</b>		
6.1	Обеспечение гигиенических норм естественного и искусственного освещения, соответствия размеров школьной мебели возрастнo-антропометрическим параметрам обучающегося	Весь период	Коновалов В.К.
	Обеспечение соблюдения норм величины учебной нагрузки	Весь период	Коновалова Н.Е., Куимова Н.С.
6.2	Проведение профилактических работ по дезинфекции, дезинсекции и дератизации	Весь период	Коновалов В.К.
6.3	Уборка помещений и территории гимназии	Весь период	Коновалов В.К.
6.4	Обеспечение соблюдения температурного режима помещений для пребывания обучающихся и режима проветривания	Весь период	Коновалов В.К.
6.5	Обеспечение СИЗ, спецодеждой персонал гимназии	Весь период	Коновалов В.К.
6.6	Осуществление контроля качества поступающих продуктов питания, соблюдения условий хранения и реализации пищевых продуктов	Весь период	Коновалов В.К.
6.7	Осуществление контроля организации рационального питания детей, качественного приготовления пищи, питьевого режима обучающихся.	Весь период	Коновалов В.К.
6.8	Проведение профилактических прививок детей и персонала	В соответствии с календарём прививок	Коновалов В.К., Нечаева Е.Ю.
7	<b>Наблюдение за состоянием здоровья обучающихся</b>		
	Организация и проведение анкетирования учащихся, родителей	Сентябрь-октябрь	Кузьминых В.В., Нечаева Е.Ю.



	Организация и проведение медицинского осмотра учащихся	Согласно плана ГАУЗ СО ДГП №13	Ярославцев С.А., Нечаева Е.Ю.
	Посещение уроков с целью выявления использования здоровьесберегающих технологий на уроке	Весь период	Коновалова Н.Е., Куимова Н.С.
	Оформление паспорта здоровья для каждого класса, внесение результатов медицинского осмотра, анкетирования	Октябрь-ноябрь	Кузьминых В.В.