

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. П. МЕКЕН - ЮРТ ИМЕНИ
КОНСТАНТИНА ДМИТРИЕВИЧА УШИНСКОГО»
(МБОУ «СОШ с. п. Мекен – Юрт им. К.Д. Ушинского»)**

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ с.п. Мекен-Юрт
им. К.Д. Ушинского»
_____ М.А. Осмаева

**Программа по оздоровлению
и пропаганде здорового образа жизни
«Школа – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»
на 2023-2025 годы**

с.п. Мекен-Юрт 2023г.

1. Обоснование необходимости реализации Программы

Одним из приоритетов современной государственной политики является сохранение и укрепление здоровья населения и усиления пропаганды здорового образа жизни (ЗОЖ). Общеобразовательные школы, являясь интеллектуальными, культурными, образовательными центрами, играют важную роль в формировании здоровья участников образовательного процесса (УОП), в обучении и воспитании навыков ЗОЖ, в увеличении трудового потенциала общества в целом.

Вопрос формирования, сохранения и укрепления здоровья детей и подростков школьного возраста имеет особую социальную значимость, так как от этой категории населения зависит здоровье нации.

2. Нормативно-правовое обеспечение Программы

1. Федеральный закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон № 3-ФЗ от 08.01.1998 г. « О наркотических и психотропных веществах».
3. Федеральный закон N 120-ФЗ от «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
4. Постановление Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации «О неотложных мерах по предупреждению распространения в России наркомании и токсикомании детей и молодёжи»
5. Устав МБОУ «СОШ с.п. Мекен-Юрт имени К.Д. Ушинского»

3. Стратегическая цель Программы

Создание комплексной системы формирования здоровья, ЗОЖ и обеспечение полноценных условий ее успешного и длительного функционирования.

4. Задачи Программы

1. Обеспечение внутришкольного взаимодействия и социального партнерства по вопросам сохранения и укрепления здоровья обучающихся.
2. Формирование у обучающихся мировоззрения и эмоционально-ценностного отношения к ЗОЖ, содействие развитию приоритетов здоровья.
3. Формирование внутришкольной среды, ориентированной на ценности здоровья и ЗОЖ. Создание условий учебы, работы и отдыха, обеспечивающих физический, психологический комфорт и высокую работоспособность, реализацию принципов ЗОЖ.

4. Повышение уровня информированности обучающихся по вопросам сохранения и укрепления здоровья через создание и поддержание постоянно действующей информационной и образовательной системы, направленной на мотивацию к ЗОЖ, привлечению к активному отдыху, занятиям физической культурой, туризмом и спортом педагогов, обучающихся и их родителей (законных представителей)

5. Формирование и совершенствование системы мониторинга здоровья, факторов риска и уровня информированности по вопросам сохранения и укрепления здоровья.

6. Духовно-нравственное воспитание обучающихся.

5. Принципы реализации Программы

Реализация Программы базируется на следующих принципах:

1. Научность – использование сведений, положений и методов, подтвержденных наукой и практикой.

2. Системность – комплексная взаимосвязь различных методов управления здоровьем и формирования ЗОЖ.

3. Преемственность – вовлечение в процесс формирования навыков ЗОЖ воспитанников дошкольных учреждений и выпускников школы.

4. Региональная специфика – учет территориальных и экологических факторов, влияющих на уровень здоровья и на формирование ЗОЖ.

5. Адресность - учет индивидуальных особенностей УОП.

6. Сроки реализации Программы

Период реализации Программы – 2023-2025 гг.

1 этап – 2023-2024 гг. – формирование организационно-правовой базы, разработка плана мероприятий по реализации программы, апробация предполагаемых методов и технологий, реализация мероприятий программы.

2 этап – 2024-2025 гг. – оценка эффективности, корректировка и реализация мероприятий Программы.

7. Ресурсы для решения поставленных задач

- кадровые

В школе обучается 358 обучающихся. Педагогический коллектив состоит из 31 учителей.

Структурными подразделением МБОУ «СОШ с.п. Мекен-Юрт имени К.Д. Ушинского», непосредственно занимающимся оздоровлением и пропагандой ЗОЖ,

является служба социально-психологической поддержки в лице педагога-психолога и социального педагога.

8. Основные направления работы в рамках реализации Программы

8.1. Развитие материально-технической базы Школы

- постоянное пополнение материально-технического оснащения медицинского кабинета

- ежегодный ремонт, озеленение учебных кабинетов школы, оснащение их новой школьной мебелью, осветительными приборами, ТСО с учетом санитарных норм для различных возрастных контингентов обучающихся.

- ежегодный ремонт, обновление инвентаря в спортивных залах, спортивной площадке и стадионе школы.

- ежегодный ремонт, пополнение и обновление оборудования школьной столовой.

8.2. Научно-образовательная и просветительская деятельность по формированию ЗОЖ

Научно-обоснованная система обучения здоровью и ЗОЖ в школе позволяет наиболее полно реализовать задачи Программы. Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Всестороннее информирование обучающихся, их родителей (законных представителей) и преподавателей в вопросах сохранения и укрепления здоровья:

- проведение классных и общешкольных внеклассных мероприятий, обучающих приемам и методам сохранения и укрепления здоровья, правовым вопросам охраны здоровья;

- использование возможностей учебных дисциплин для акцентирования внимания на вопросах ЗОЖ (с учетом специфики учебных предметов, профориентации учащихся).

2. Включение обучающихся в научно-исследовательскую деятельность по проблемам здоровья:

- подготовка обучающимися докладов и рефератов на темы, связанные с разными аспектами здоровья человека и ЗОЖ;

- выпуск буклетов, пособий для сверстников по проблемам здоровья;

3. Привлечение обучающихся и преподавателей к пропаганде ЗОЖ:

- проведение обучающимися и преподавателями акций, направленных на пропаганду ЗОЖ

- проведение обучающимися школы информационно-профилактических и познавательных мероприятий с воспитанниками детских садов, с учащимися общеобразовательных школ, учреждений начального и среднего профессионального образования о преимуществах ЗОЖ;

8.3. Организация досуговой деятельности и активного отдыха

В школе создана система работы по формированию культуры здоровья в процессе досуговой деятельности и активного отдыха обучающихся, что позволяет поддерживать высокий уровень психического и физического здоровья всех субъектов образовательного процесса.

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Развитие ученического самоуправления, работа школы актива, организация учебы ученического актива школы и актива общественных объединений.

2. Привлечение обучающихся к участию в творческих конкурсах, фестивалях, конференциях различного уровня (областных, региональных, всероссийских и т.д.); проведение творческих конкурсов, фестивалей внутри школы.

3. Сотрудничество с культурными учреждениями (Дом культуры, районный Дом детского творчества)

4. Поддержка спорта, туризма; привлечение к участию в соревнованиях различного уровня; сотрудничество с ДЮСШ, спортивными клубами и центрами

8.4. Развитие физической культуры и спорта

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Развитие системы физкультурно-спортивного образования и воспитания обучающихся:

- разработка и внедрение рекомендаций по объему двигательной активности в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся;

- проведение мониторинга обучающихся, систематически занимающихся физической культурой и спортом;

- выполнение норм всероссийского физкультурно-спортивного комплекса обучающимися школы

2. Пропаганда физической культуры и спорта среди обучающихся:

- выявление интересов, потребностей и мотивации обучающихся и определение эффективности работы по пропаганде физической культуры и ЗОЖ;

- привлечение к пропаганде спорта специалистов по спортивно-оздоровительной работе, общественных деятелей.

- привлечение к организации и проведению спортивных мероприятий родителей обучающихся

3. Стимулирование двигательной активности преподавателей:

- разработка физкультурно-оздоровительных программ для преподавателей

- содействие преподавателям и сотрудникам в организации занятий физической культурой и спортом.

8.5. Сохранение и укрепление психического здоровья

В свете современной социально-экономической ситуации проблема сохранения психического здоровья становится первоочередной, в том числе для учащихся детей и подростков. Огромные нервно-психические нагрузки, обусловленные целым рядом причин, вызывают различного рода зависимости (в том числе Интернет-зависимость, игромания и т.д.); возрастает количество психосоматических и нервно-психических заболеваний.

Психологическая поддержка ведется в следующих направлениях:

- разработка и внедрение комплекса профилактических мероприятий по сохранению и укреплению психического здоровья обучающихся;

- оказание адресной психологической помощи обучающимся в решении проблем личностной сферы и межличностного взаимодействия;

- повышение психоадаптивных способностей и стрессоустойчивости обучающихся.

8.6. Организация сбалансированного рационального питания

Рациональное сбалансированное питание, соответствующее возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, является одним из основных факторов, определяющих гармоничное развитие организма школьников.

8.7. Профилактика табакокурения, наркомании, алкоголизма и других форм зависимости

Употребление психоактивных средств стало глобальной проблемой, особенно актуальной для подростков и молодежи, которые склонны игнорировать и недооценивать долговременные последствия своего поведения. В связи с этим в МБОУ «СОШ с.п. Мекен-Юрт имени К.Д. Ушинского» будет активизирована работа по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании и других форм зависимости.

1. Побуждение школьников к осознанному принятию решения не курить, не употреблять алкоголь и наркотики

2. Предоставление обучающимся альтернативных способов удовлетворения их потребностей в самовыражении и социальном развитии – физическая культура и спорт, культурные мероприятия и различные формы активного отдыха.

3. Создание обстановки в школе, защищающей обучающихся от влияния различных форм психофизической зависимости.

8.8. Деятельность по совершенствованию медицинского обслуживания (совместно с ЦРБ)

Медицинская служба школы осуществляет комплекс мероприятий, направленных на формирование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, профилактику заболеваний, снижение заболеваемости, обеспечивает своевременность и доступность медицинской помощи.

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

- ежегодный профилактический осмотр обучающихся и преподавателей
- индивидуальная оценка состояния здоровья с учетом факторов риска;
- разработка, проведение, контроль эффективности и коррекция комплекса лечебно-профилактических, оздоровительных мероприятий и диспансерного динамического наблюдения за обучающимися с выявленными заболеваниями.

8.9. Информационное обеспечение Программы

Информационное обеспечение играет важную роль в популяризации ЗОЖ.

Данное направление осуществляется путем реализации следующих мер:

1. Формирование информационного пространства на основе сочетания различных форм учебной и внеучебной деятельности, в том числе пропагандистской, медико-профилактической, досуговой, физкультурно-оздоровительной, спортивной и др.

2. Разработка и проведение информационных кампаний, популяризирующих ценности ЗОЖ на основе систематичности, регулярности, непрерывности, преемственности информационного воздействия.

3. Организация обучения обучающихся методам и формам пропаганды ЗОЖ среди различных категорий и групп населения.

4. Анализ эффективности и корректировка пропагандистского воздействия на формирование целевых установок ЗОЖ у обучающихся.

9. Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- здоровьесберегающие медицинские технологии;

- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

10. Ожидаемые конечные результаты реализации Программы:

- Совершенствование пропаганды здорового образа жизни и занятий физической культурой и спортом;
- Повышение уровня всестороннего гармоничного развития обучающихся и преподавателей, направленное на формирование и развитие культуры личности;
- Максимальное вовлечение обучающихся и преподавателей в спортивно-массовую и физкультурно-оздоровительную деятельность;
- Сокращение количества болеющих обучающихся и преподавателей;
- Сокращение зависимости от вредных привычек у преподавателей и обучающихся;
- Расширение спортивно-оздоровительной материально-технической базы школы.