

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №235  
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ПРЕДМЕТОВ  
ИМ. Д.Д. ШОСТАКОВИЧА АДМИРАЛТЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

(ГБОУ средняя школа №235 им. Д.Д. Шостаковича)

ПРИНЯТА

Педагогическим советом учреждения  
Протокол от 27.05.2022 года № 6

РАССМОТРЕН

Родительским комитетом школы  
Протокол от 15.05.2022 года № 2

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ средней школы №235  
им. Д.Д. Шостаковича

  
Стаховский Т.В.  
Приказ от 02.06.2022 года № 191/1-О



**Программа  
«Здоровье в школе»  
на 2022 – 2025 годы**

Санкт-Петербург, 2022

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование Программы	«Здоровье в школе»
Основания для разработки Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.</li> <li>• Распоряжение Правительства Российской Федерации от 15.05.2013 № 792-р об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы.</li> <li>• Правительства Санкт-Петербурга от 10.09.2013 № 66-рп «О программе «Развитие образования в Санкт-Петербурге на 2013-2020 годы.</li> <li>• Правительства РФ от 15.04.2014г № 295 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы.</li> <li>• Стратегия экономического и социального развития Санкт-Петербурга на период до 2030 года, Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 28.03.2012 №275.</li> <li>• Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 г., утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.</li> <li>• Стратегия развития системы образования Санкт-Петербурга 2011-2020 «Петербургская школа 2020».</li> <li>• Концепция Федеральной целевой программы развития образования на 2016-2020 годы, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.12.2014 N2765-р.</li> <li>• Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 4 июня 2014 года N 453 «О государственной программе Санкт-Петербурга «Развитие образования в Санкт-Петербурге» на 2015-2020 годы.</li> <li>• Приказ Минпросвещения России от 18 июля 2022 г. № 569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. № 286»</li> <li>• Приказ Минпросвещения России от 18 июля 2022 г. № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. № 287»</li> <li>• Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413" (Зарегистрирован 12.09.2022 № 70034)</li> <li>• СанПин 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи от 21.12.2020</li> </ul>

Цели Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов.</li> <li>• Формирование у школьников навыков здорового образа жизни.</li> </ul>
Задачи Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного процесса.</li> <li>• Рациональная организация учебного процесса.</li> <li>• Организация физкультурно-оздоровительной работы.</li> <li>• Работа с учащимися, направленная на формирование представлений о ценности здоровья и здорового образа жизни.</li> <li>• Просветительская и методическая работа с педагогами и специалистами школы, направленная на повышение квалификации работников образовательного учреждения по проблемам здоровья, ЗОЖ и ЗОТ.</li> <li>• Просветительская работа с родителями, направленная на повышение уровня их знаний по проблемам охраны и укрепления здоровья.</li> <li>• Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья.</li> </ul>
Приоритетные направления Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Здоровьесберегающая инфраструктура школы.</li> <li>• Рациональная организация образовательного процесса.</li> <li>• Организация физкультурно-оздоровительной работы.</li> <li>• Формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.</li> <li>• Система повышения квалификации педагогов по вопросам здоровья, здорового образа жизни и здоровьесберегающей педагогики.</li> <li>• Профилактика и диагностическое наблюдение за здоровьем.</li> <li>• Организация просветительской работы с родителями, направленной на повышение знаний по проблемам охраны и укрепления здоровья.</li> </ul>
Целевые индикаторы и показатели Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Снижение заболеваемости учащихся.</li> <li>• Степень удовлетворенности качеством образования в школе со стороны различных субъектов, до снижения асоциальных случаев поведения школьников.</li> <li>• Доля обучающихся, принимающих участие в мероприятиях физкультурно-спортивной направленности.</li> <li>• Доля педагогов, прошедших курсы повышения здоровьесберегающей направленности.</li> <li>• Доля родителей, принимающих участие в мероприятиях физкультурно-спортивной направленности.</li> </ul>
Этапы и срок реализации Программы	2022-2025 гг.
Объем и источники финансирования	<p>Основными источниками финансирования реализации будут являться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• бюджетные средства.</li> </ul>

<p>Ожидаемые результаты реализации программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сохранение и укрепление здоровья обучающихся.</li> <li>• Повышение мотивации к ведению здорового образа жизни.</li> <li>• Повышение профессиональной компетенции педагогов по вопросам здоровья, ЗОЖ и ЗОТ.</li> <li>• Повышение уровня знаний родителей по вопросам здоровья и ЗОЖ.</li> <li>• Апробация новых форм методической работы.</li> <li>• Снижение доли стрессовой педагогической тактики.</li> <li>• Снижение интенсификации учебного процесса</li> <li>• Диагностика и исключение методик и технологий обучения несоответствующих возрастным и функциональным возможностям школьников.</li> <li>• 100% охват обучающихся горячим питанием.</li> <li>• Снижение последствий перегрузки педагогов и интенсификация рабочего времени.</li> </ul>
--------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### **Обоснование необходимости реализации программы, её актуальность**

Актуальность данной программы обусловлена приоритетным направлением государственной политики в области образования – на сохранение здоровья школьников. Проблема сохранения и укрепления здоровья школьников является одной из важнейших задач современной школы. Требование сохранения здоровья учащихся находится на первом месте в иерархии запросов к результатам общего образования и реализуется в соответствии со стратегическими документами, определяющими развитие системы образования Российской Федерации.

Медицинская статистика свидетельствует о том, что за последние годы здоровье школьников резко ухудшилось. Увеличилась частота хронических заболеваний органов пищеварения, нервной и иммунной системы.

Проблема здоровья детей школьного возраста, как и других групп населения - одна из актуальных на сегодняшний день.

По данным отдела здравоохранения администрации Адмиралтейского района лидером среди детских патологий являются заболевания глаз, болезни органов пищеварения, органов дыхания и заболевания костно-мышечной системы.

За последние годы в районе наметилась следующая тенденция:

- увеличение числа учащихся II и IV группы здоровья.
- снижение числа учащихся I группы здоровья.
- увеличилось число учащихся состоящих на диспансерном учете.

Так же отмечается увеличение детей с заболеваниями опорно-двигательного аппарата.

Для того, чтобы проектировать пути оздоровления подростков в условиях школы, необходимо разобраться в факторах, влияющих на здоровье.

Анализируя причины ухудшения здоровья населения, Г. С. Никифоров приводит четыре основных фактора:

- наследственность;
- экологическая обстановка;
- состояние медицинского обслуживания;
- образ жизни человека.

Результаты медицинского осмотра учащихся ГБОУ средней школы №235 им. Д.Д. Шостаковича свидетельствуют о том, что наиболее распространены у детей такие заболевания, как:

- Болезни органов зрения.
- Патология костно-мышечной системы.
- Болезни органов дыхания.
- Патология пищеварительного тракта.
- Сердечно сосудистые.

Данные, приводимые Всемирной организацией здравоохранения, свидетельствуют о том, что вклад этих факторов по их воздействию на здоровье распределяется следующим образом:

- 50 %- образ жизни;
- 20 % - наследственность;
- 20 % - влияние внешней среды;
- 10 % - оказание медицинской помощи.

Остановимся подробнее на рассмотрении образа жизни школьника, как на факторе, дающем максимальный вклад в формирование здоровья.

Философский словарь толкует Образ Жизни (ОЖ) следующим образом: «ОЖ - философско-социологическая категория, охватывающая совокупность типичных видов (способов) жизнедеятельности индивида..., которая берётся в совокупности с условиями жизни, определяющими её. Она даёт возможность комплексно рассматривать основные сферы жизнедеятельности людей: их труд, быт..., выявлять ценностные ориентации людей и причины их поведения».

Улучшение состояния здоровья детей задача сложная и многоплановая, но приведённые данные говорят, что школа не может оставаться в стороне от данной проблемы. При этом, несомненно, актуальны задачи не только увеличения эмоционального комфорта и снижения уровня перегрузки в школе, но и обучения школьников основам здорового образа жизни.

Здоровье детей - это здоровье нации и будущего поколения. В связи с этим необходимо организовать образовательный процесс в школе с учетом психологического комфорта и ценности каждой индивидуальной личности, индивидуальных психофизических особенностей учащихся, предоставить возможность для творческой деятельности и самореализации.

Необходимо включить наряду с педагогической, медико-профилактическую деятельность, сформировать гармоничную, стремящуюся к сохранению физического, психического и нравственного здоровья личность учащегося.

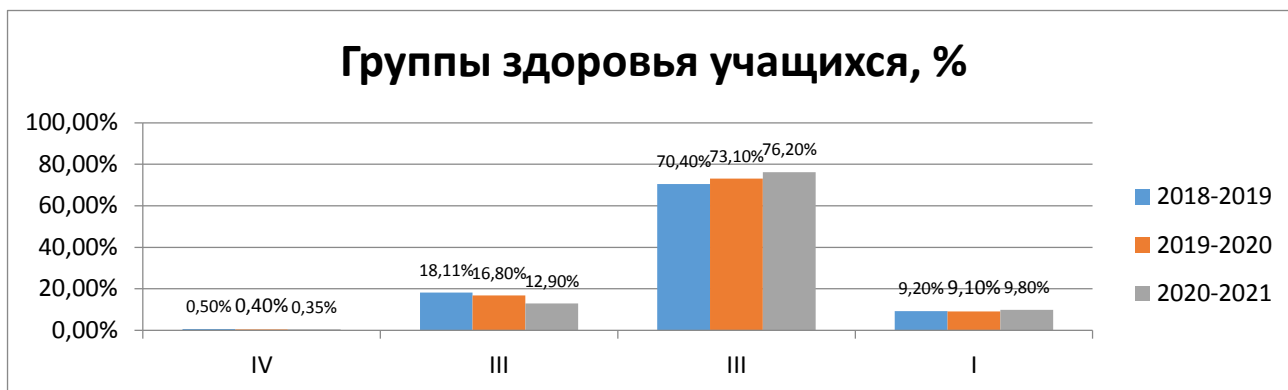
Именно поэтому разработанная нами программа «Здоровье в школе» направлена на внедрение здоровьесберегающих технологий и формирование у учащихся представлений ценности здоровья и безопасного образа жизни. Программа служит основой сотрудничества образования, здравоохранения и родителей.

В реализации программы «Здоровье в школе» задействованы все службы школы: администрация, педагоги, служба сопровождения, воспитательная служба, медицинские работники и технический персонал.

## Информация о школе

По состоянию на 01.09 2022 года в ГБОУ средней школе №235 обучается 845 учеников в 36 классах. Из них учащихся начальной школы 372 человека, что составляет 29,8 % от общего количества учащихся, основной школы 401 человек (60, 3%), средней школы – 72 ученика (9,8%).

Распределение учащихся по группам здоровья:

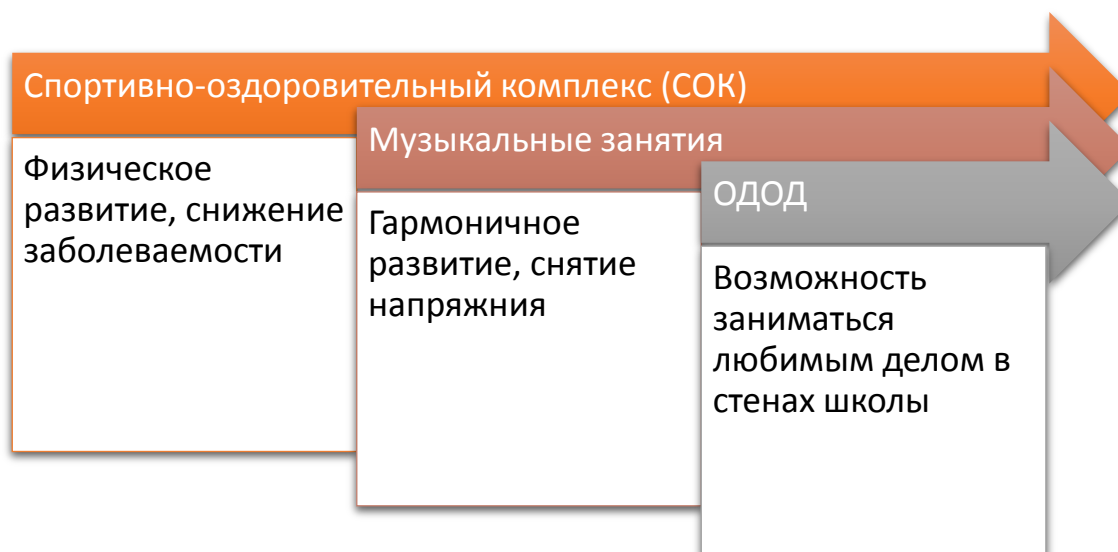


Отличительной чертой школы является реализация двух образовательных направлений: спортивные классы (с 2011 г.), музыкальные классы (с 1991 г.). Этим обусловлены особенности организации образовательного процесса с учетом режима тренировок и дополнительных занятий музыкой.

Для обеспечения эффективной работы по сохранению и укреплению здоровья детей и подростков, педагогов в школе создана Служба здоровья.

Понимая важность освещенной проблемы, сопоставив имеющийся кадровый, информационный, материально-технический потенциал, коллектив школы встал на путь поиска оптимальной модели формирования системы ценностей, социального опыта здорового образа жизни у школьников. Модель организационной структуры здоровьесберегающей среды представлена на схеме.

## Модель здоровьесберегающей среды ОУ



### Спортивно-оздоровительный комплекс:



### Кадровый состав специалистов службы здоровья:

- Школьный врач
- Медицинская сестра (2)
- Социальный педагог
- Школьный психолог
- Логопед
- Учитель ОБЖ
- Учитель биологии
- Учителя физической культуры
- Классные руководители
- Педагоги дополнительного образования

Режим дня, учебное расписание соответствуют нормам СанПин 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи от 21.12.2020.

Питание учащихся организовано в столовой, разнообразное и витаминизированное, что подтверждено актами регулярных проверок. Вопросы организации питания находятся под постоянным контролем администрации, медицинского персонала, родителей.

Учебные кабинеты оборудованы соответствующей мебелью, удобными фрамугами для проветривания, современным осветительным оборудованием. Питательной, осветительный режим, режим проветривания строго соблюдаются. В каждом учебном кабинете имеются инструкции по правилам ТБ, пожарной безопасности, работе с ПК, оказании первой помощи при несчастном случае.

Туалетные, гигиенические комнаты, игровые залы и рекреации содержатся в надлежащей чистоте и порядке. Младший обслуживающий персонал полностью укомплектован.

ОУ (по договору) обслуживается государственным учреждением здравоохранения «Городская поликлиника № 27», которое осуществляет систематическую диспансеризацию детей, обучающихся в ОУ, прививочные работы, вакцинопрофилактику, флюорографические осмотры ОУ (по договору) обслуживается государственным учреждением здравоохранения «Городская поликлиника № 27», которое осуществляет систематическую диспансеризацию детей, обучающихся в ОУ, прививочные работы, вакцинопрофилактику, флюорографические осмотры.

Профилактические медицинские осмотры юношей и девушек 9-ых, 10-ых, 11-ых классов осуществляются на базе молодёжной консультации Адмиралтейского района (наб. реки Фонтанки, дом № 154).

Фактические данные ежегодной диспансеризации детей и подростков позволяют определить направления деятельности по здоровьесбережению.

### Направления работы службы здоровья:

Спортивно-оздоровительная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Физминутки, динамические перемены</li> <li>• Секции ОДОД</li> <li>• Спортивные праздники для всей семьи</li> </ul>
Музыкальное воспитание	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Гимназические классы (сольфеджио, муз. литература, хор, муз. инструмент)</li> <li>• Музыкальное направление ОДОД</li> <li>• Музыкальные фестивали и конкурсы</li> </ul>
Просвещение	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Классные часы, радиолинейки</li> <li>• Родительский лекторий</li> <li>• Тематические стенды</li> </ul>
Сопровождение	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация среды, питания, питьевого режима</li> <li>• Психолого-педагогическая служба</li> <li>• Участие в мониторингах</li> </ul>
Профилактика	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Медицинские осмотры,</li> <li>• Диспансеризация</li> <li>• Вакцинация</li> </ul>
Социализация	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Участие в районных и городских проектах и конкурсах</li> <li>• Волонтерская деятельность</li> </ul>
Экологическое воспитание	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Участие в районных и городских программах, мероприятиях и акциях по экологии</li> </ul>

#### 1. Спортивно-оздоровительная деятельность

##### Внедрение здоровьесберегающих технологий в процесс обучения.

В образовательном процессе используются здоровьесберегающие технологии: медико-гигиенические (соблюдение СанПиН); экологические (обустройство школьной среды, озеленение, освещение, тепловой режим); техническое обеспечение безопасности жизнедеятельности; технологии обучения здоровью (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла); физкультурно-оздоровительные технологии (поведение на уроках физкультминутки, работа спортивных секций, кружков по обучению



ЗОЖ); личностно-ориентированное обучение (способ организации обучения, в процессе которого обеспечивается всемерный учёт возможностей и способностей обучаемых и создаются необходимые условия для развития их индивидуальных способностей).

Уроки школе включают в себя обязательные физкультурные паузы, зарядки для глаз, на переменах организованы динамические игры в спортивном зале, в рекреационных зонах. Для учащихся начальной школы - прогулки на свежем воздухе в группе продленного дня. Предусмотренные учебным планом три часа физической культуры в неделю распределены следующим образом: 1-6 классы – 2 часа занятий в бассейне, 7-11 классы – 1 час занятий в бассейне.

Физкультурно-оздоровительная и просветительная работа во второй половине дня ведется через спортивные секции спортивно-оздоровительного комплекса. Сформировано позитивное отношение детей к урокам физкультуры и ЗОЖ.

С 2005 года в школе обучаются спортивные классы пловцов ДЮСШ «Дельфин». Таким образом, спортсменом предоставлена возможность совмещать учебу и тренироваться в стенах одного учреждения. Учебное расписание спортивных классов составлено с учетом режима тренировок. Также детям предоставлено 2-х разовое горячее питание.

### **Спортивно-оздоровительный комплекс (СОК)**

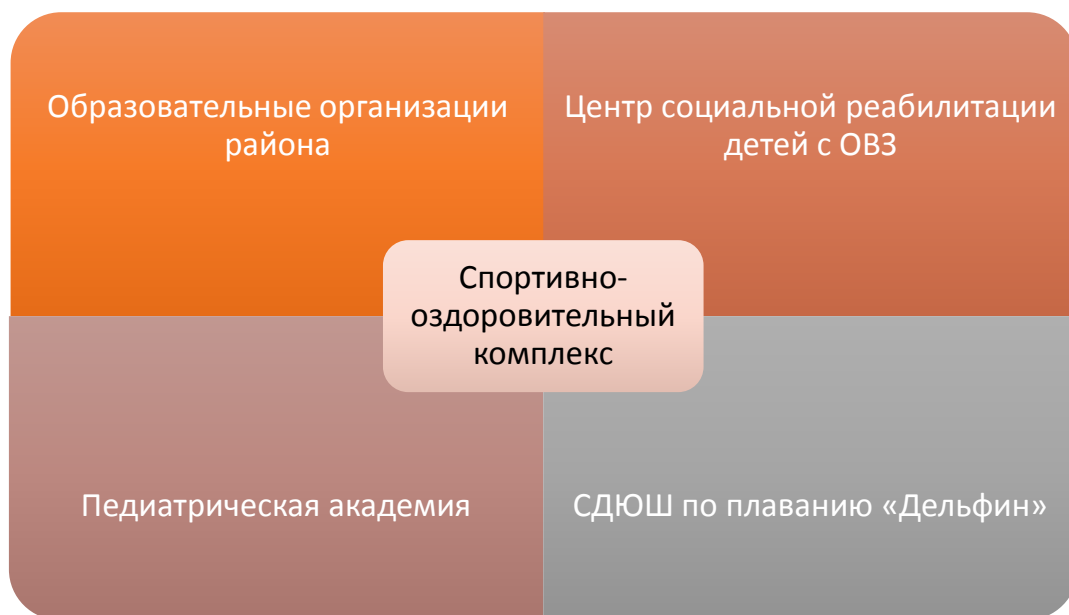
Помимо учащихся и сотрудников школы, возможности СОК школы активно используются другими учреждениями района.

На базе СОК проводятся спортивные соревнования, фестивали и праздники для всей семьи. Организована сдача норм ГТО для учащихся 10,11 классов.

Водный комплекс СОК предлагает:

1. Абонементы для свободного плавания в большой чаше бассейна (без тренера).
2. Фитнес–консультирование и тестирование (определение уровня физической подготовленности, индивидуальный подход к выбору адекватной физической нагрузки, оценки эффективности тренировочных занятий)
3. Врачебный контроль (первичный и текущий);
4. Проведение соревнований, конкурсов, акций и спортивных праздников, участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях любого уровня;
5. Оздоровительные занятия для детей с ОВЗ
6. «Водные программы» с тренерами:
  - Персональные занятия (обучение, оздоровление, спортивное совершенствование), в малой и большой чашах бассейна;
  - Групповые занятия (обучение, оздоровление, спортивное совершенствование);
  - Оригинальная программа обучения плаванию малышей «Умные рыбки»;
  - Аква - фитнес для девочек (нагрузки средней интенсивности), в малой и большой чашах бассейна;
  - Аква - фитнес для женщин (нагрузки средней и высокой интенсивности), в большой чаше бассейна;
  - Аква - фитнес для будущих мам (нагрузки средней интенсивности), в большой чаше бассейна;
  - Аква - фитнес после 40 (нагрузки низкой интенсивности), в большой чаше бассейна;
  - Семейные «часы здоровья» (в малой и большой чашах бассейна).

## Партнеры спортивно-оздоровительного комплекса



Круглосуточное очищение воды бассейнов ведется через *кварцевые песчаные фильтры тонкой очистки*, обеззараживание - ультрафиолетовое облучение и автоматическая подача минимального количества гипохлорита натрия. Уровень остаточного хлора не превышает 0,1 - 0,2 мг/л, что во много раз меньше, чем в водопроводной воде, которая используется в быту. По результатам анализов (бактериологического и органолептического исследований) *качество воды соответствует всем требованиям СанПин 2.4.3648-20*. Периодической очисткой чаши бассейна занимается подводный робот-пылесос Dolphin Dynamic PRO («May tronics, LTD», Израиль). Циркуляция и полная смена воды осуществляется за счет постоянной работы мощных подводных фонтанов на небольшой глубине чаши бассейна и мощного забора воды в глубоком месте. Полный водообмен большой чаши проходит за 6 часов, а малой за 1.5 часа.

### 2. Музыкальное воспитание

Музыкальное воспитание в школе традиционно реализуется через уроки музыки занятия музыкой на базе внеурочной деятельности, а также развитого музыкального направления ОДОД.

С 2020 года школа обучает классы гимназического профиля. Программа этих классов включает в себя изучение таких предметов как сольфеджио, музыкальная литература, хоровое пение, а также предоставляет возможность обучаться игре на выбранном музыкальном инструменте на базе ОДОД школы.

Для учащихся классов других профилей также есть возможность заниматься музыкой в рамках программ внеурочной деятельности и ОДОД. Занятия проходят во второй половине дня в групповой (хор, сольфеджио, музыкальная литература, ансамбль) или индивидуальной (обучение игре на выбранном музыкальном инструменте) форме.

В большинстве кабинетов начальной школы имеется фортепиано, что включает музыку в образовательный процесс в целом через музыкальные паузы на уроках, музыкальные минутки на переменах, интегрированные уроки с учителями музыки. Данный подход обеспечивает гармонизацию развития учащихся младших классов, а также способствует снятию напряжения и психоэмоциональной разгрузке.

Учащиеся основной и старшей ступени ежегодно имеют возможность принять участие в следующих фестивалях и конкурсах музыкальной направленности:

- Внутришкольный конкурс Рождественской песни (5-8 классы)
- Внутришкольный конкурс патриотической песни (5-6 классы)
- Региональный конкурс исполнения песен на иностранном языке CONSONANCE
- Открытый Всероссийский (с международным участием) конкурс детского музыкального творчества имени Д. Д. Шостаковича

#### Региональный конкурс исполнения песен на иностранном языке CONSONANCE

Конкурс ежегодно организуется и проводится государственным бюджетным общеобразовательным учреждением средней общеобразовательной школой №235 с углубленным изучением отдельных учебных предметов им. Д.Д. Шостаковича Адмиралтейского района Санкт-Петербурга.

Конкурс CONSONANCE проходит при поддержке:

- Комитета по образованию Санкт-Петербурга;
- Государственного бюджетного учреждения дополнительного профессионального образования Санкт-Петербургской академии постдипломного педагогического образования;
- Администрации Адмиралтейского района Санкт-Петербурга;
- Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения лицея № 226 Фрунзенского района г. Санкт-Петербурга.

Цель Конкурса: Активизация интереса к предмету «Иностранный язык», развитие личности учащихся посредством реализации воспитательного потенциала предмета «Иностранный язык».

Задачи Конкурса

- Способствовать развитию внеклассной работы по предмету «Иностранный язык», образовательных программ дополнительного образования;
- Повысить мотивацию учащихся к изучению иностранных языков;
- Развивать языковую, речевую и социокультурную компетенцию учащихся;
- Способствовать социальному и творческому развитию учащихся, созданию среды для проявления и развития их способностей и эстетического вкуса;
- Повысить профессиональную компетенцию педагогов.

Подробнее о Конкурсе: <http://school235.ru/direction/consonance/>

#### Открытый Всероссийский (с международным участием) конкурс детского музыкального творчества имени Д. Д. Шостаковича

Конкурс ежегодно проходит на базе школы №235 им. Д.Д. Шостаковича, а также на площадках партнеров.

Учредители Конкурса:

- Русская христианская гуманитарная академия (РХГА)
- Союз композиторов Санкт-Петербурга,

- ГБОУ средняя школа №235 им. Д.Д. Шостаковича).

Конкурс проходит при поддержке:

- Комитета по образованию,
  - Администрации Адмиралтейского района Санкт-Петербурга,
  - Санкт-Петербургской государственной консерватории им. Н.А. Римского-Корсакова,
  - Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена,
- При информационной поддержке:
- Комитета по культуре Санкт-Петербурга,
  - Ассоциации музыкальных конкурсов России (АМКР);
  - Международного благотворительного фонда Владимира Спивакова;
  - Журнала DSCH (<http://dschjournal.com>);
  - Творческого объединения «Nota Bene!»;
  - Фонда поддержки и развития музыкального и театрального искусства «Классика без границ».

Цель Конкурса: Углубленное изучение и популяризация творческого наследия Д.Д. Шостаковича – великого композитора XX века, чье творчество представляет собой уникальное явление в мировой музыкальной культуре;

#### ***Задачи:***

- создание творческой среды для духовно-нравственного, профессионального и патриотического развития юных музыкантов, стимулирования их социальной творческой активности, поддержки интереса к музыкально-творческой деятельности;
- пропаганда академического музыкального искусства и сохранение национальных исполнительских традиций;
- пропаганда лучших образцов педагогического музыкального творчества учителей, преподавателей и учебных заведений, принимающих участие в Конкурсе;
- выявление музыкально одаренных детей и молодежи, привлечение внимания к детскому творчеству.

Подробнее о Конкурсе: <http://school235.ru/direction/konkurs-shost/>

### ***3. Просвещение***

Педагогами школы накоплен опыт проведения классных часов, бесед с учащимися и их родителями по профилактике развития инфекционных, соматических заболеваний, профилактике наркозависимости, табакокурения, соблюдению правил охраны труда, предупреждения травм, соблюдения правил дорожного движения, использования здоровьесберегающих педагогических технологий.

### ***4. Сопровождение***

В 2014 году в школе появилась психолого-педагогическая служба, которая взаимодействует с ЦППРК по вопросам участия в программах снятия психо-эмоциональной тревожности, напряжения; реабилитации невротических расстройств; адаптации в классном коллективе, налаживания отношений в семье, с одноклассниками и педагогами и т.д.

**Работа психологов ЦППРК с учащимися  
осуществляется по следующим программам**

Название программы	Классы
<b>Коррекционно-развивающие</b>	
Коррекция агрессивного поведения у подростков	7, 8
Коррекция тревожности у учащихся начальной школы	1
Коррекция девиантного поведения	9
<b>Профилактика и социализация</b>	
Искусство общения	8, 7
Формирование классного коллектива «Дружный класс»	10
Профориентация: профессиональное самоопределение	9
Тренинг: «Я лидер! Развитие навыков бесконфликтного общения»	3
Педагогическая профилактика аддиктивного поведения среди младших школьников «Семицветик»	3
Подготовим детей к обучению в школе	Подготовительная к школе группа
Подготовка выпускников к ЕГЭ по русскому языку	9, 10, 11 (по индивидуальным заявкам)
Информационно-просветительская работа с педагогами и родителями: лекции, беседы, тренинги	По запросу
Проект «Стиль здоровый выбор» (занятия с волонтерами)	8

### **5.Профилактика**

Проведение системы тренингов, направленных на профилактику эмоционального выгорания и профессиональной деформации педагогов.

#### I.Создание условий для коррекции и реабилитации нарушений здоровья детей:

- выявление детей соматического и социального риска
- проведение консилиумов специалистов и педагогов по вопросам обучения детей группы риска
- разработка и реализация профилактической и коррекционной оздоровительной программы
- индивидуальное и групповое сопровождение учащихся

#### II. Создание условий для профилактики заболеваемости и профессионального выгорания педагогов

В 2018 году в школе начал реализовываться проект «SWIM BATTLE» - ежегодные товарищеские соревнования по плаванию для педагогов образовательных учреждений города, которые проводятся с целью популяризации спорта, активного отдыха, здорового образа жизни, а также с целью профилактики раннего профессионального выгорания. К участию допускаются все желающие с любым уровнем подготовки. Соревнования проходят при поддержке СПб АППО и городского учебно-методического объединения заведующих и тренеров-преподавателей плавательных бассейнов образовательных учреждений Санкт-Петербурга.

Участники соревнований - учителя, воспитатели детских садов, педагоги дополнительного образования, сотрудники центров психолого-педагогической помощи Санкт-Петербурга.

Традиционная программа соревнований включает:

- Парад-открытие
- Заплыв 25 м. в/ст. (для начинающих)
- Заплыв 50 м. в/ст. (для подготовленных)
- Заплыв 100 м. к/пл. (для подготовленных)
- Шуточные эстафеты
- Награждение.
- Чаепитие.

Подробнее о соревнованиях: <http://school235.ru/direction/swim-battle/>

Также с 2018 года традиционным мероприятием в школе стал антипедсовет «Перезагрузка», цель которого – психоэмоциональная и физическая разгрузка педагогов, сплочение коллектива, профилактика профессионального выгорания.

Программа антипедсовета состоит из трех частей:

- I часть «Вдохновись!», где педагоги, разделившись на три группы, проходят мастер-классы для гармонизации и личностного роста
- II часть «Разгрузись!» подразумевает спортивные занятия на выбор по предварительной записи
- III часть «Подкрепись!» - общение за чашкой чая в неформальной обстановке.

Ведущие мастер-классов и спортивных занятий – педагоги школы или организаций-партнеров.

## **6. Социализация**

Традиционно школа участвует в городских и районных мероприятиях и соревнованиях:

- Ежегодные туристические слёты
- Дни здоровья
- Лыжные кроссы
- "Зеленый огонек"
- "Безопасное колесо"
- "Дорога и мы"
- Акция "Скорость не главное"
- "Засветись"
- Родительский патруль"

Волонтерские движения, в которых принимают участие учащиеся школы:

- "МурПатруль",
- "ДоброДомик",
- Помощь приюту для животных "Ржевка"

## **7. Экологическое воспитание**

Учащиеся школы традиционно принимают участие в районных и городских программах по экологическому воспитанию:

- Эколята (7-8 лет),

- Не более-ка (7-11 лет),
- Занимательная экология(8-12 лет),
- Эколаборатория (12-15 лет)

Школа активно участвует в районных и городских конкурсах и акциях в области экологии:

- Районный конкурс творческих работ обучающихся «Мир в капле осени»
- Районный конкурс творческих работ обучающихся «Картина из мусорной корзины»
- Благотворительная акция «Подари добро» (помощь приюту животных)
- «Неделя энергосбережения» «#ВместеЯрче» (тематические уроки физики, биологии, классные часы)
- Всероссийская олимпиада школьников по экологии
- Общегородской субботник
- Всероссийская акция «Крышечки доброты»

### **Проблемы**

В школе существует ряд нерешённых проблем по развитию здоровьесозидающей среды, по сохранению здоровья детей, пропаганде здорового образа жизни, привитию ценностных понятий здоровьесбережения как необходимого человеческого потенциала:

1. Проблема эффективной координации действий всех участников образовательных отношений по формированию готовности детей и взрослых к здоровому образу жизни, ответственности за сохранение своего здоровья, создания здоровьесберегающей среды.
2. Проблема нехватки финансирования, для создания собственного медицинского центра на базе школы, закупки медицинского оборудования.
3. Введение системы медицинской помощи педагогам.
4. Относительно высокий процент детей, состоящих на диспансерном учёте,
5. Продолжают иметь место случаи перегрузок домашними заданиями, возникновение напряжённых психоэмоциональных ситуаций на уроках и во внеучебной деятельности
6. Недостаточная готовность родителей к включению в совместную деятельность по вопросам сохранения здоровья детей.
7. Недостаточное количество педагогов, прошедших курсы повышения квалификации в области охраны и укрепления здоровья детей.

### **Направления деятельности школы по созданию здоровьесберегающей образовательной среды.**

#### **1. Создание условий, обеспечивающих здоровьесберегающую деятельность образовательного процесса:**

- санитарно-гигиеническое и материально-техническое обеспечение
- построение психолого-педагогически обоснованного учебного режима и учебного плана с учётом требований ФГОС
- обеспечение двигательной активности школьников в течение учебного дня и внеурочной деятельности
- внедрение во все предметные области здоровьесберегающих образовательных технологий

- организация здорового питания детей

### **1. Повышение культуры сохранения здоровья:**

- готовность педагогов к сохранению и укреплению собственного здоровья, формированию ЗОЖ
- понимание педагогами основ здоровьесозидающей профессиональной деятельности
- повышение культуры здоровья детей посредством просветительских и активных действий родителей и педагогов
- повышение активности родителей учащихся в формировании ЗОЖ

### **2. Создание условий для коррекции и реабилитации нарушений здоровья детей:**

- выявление детей соматического и социального риска
- проведение консилиумов специалистов и педагогов по вопросам обучения детей группы риска
- разработка и реализация профилактической и коррекционной оздоровительной программы
- организация сбалансированного питания учащихся
- организация активно - двигательного досуга
- профилактика травматизма
- индивидуальное и групповое сопровождение учащихся
- социальное партнёрство с родителями и учреждениями здравоохранения

### **3. Проведение мониторинга эффективности здоровьесберегающей среды ОУ в области:**

- соответствия материально-технических условий
- готовности педагогов и формированию ценностей ЗОЖ и использованию возможностей здоровьесберегающей среды
- готовности учеников к присвоению и трансляции ценностей ЗОЖ
- уровня медицинского и психологического сопровождения детей
- динамики психофизического здоровья учащихся
- соблюдения санитарно-гигиенического режима при организации учебного процесса

#### **Этапы и сроки реализации программы**

Реализация Программы предполагается в период 2016 - 2019 гг. в три этапа:

**I этап - 2022-2023гг. - Подготовительный этап.** Создание организационно-правовых условий для формирования безопасной среды и здоровьесберегающих условий обучения школьников.

**II этап - 2023–2024гг. – Формирующий этап.** Реализация Программы в целом. Расширение образовательного потенциала школы, в том числе через работу дополнительного образования детей на базе ОУ и социальных партнерство с учреждениями образования и здравоохранения. Стабилизация показателей здоровья учащихся посредством деятельности службы здоровья с участием родительской общественности.



**III этап- 2024 – 2025гг. – Аналитический этап.** Анализ результатов внедрения Программы и тиражирование педагогического опыта. Определение перспективных путей дальнейшего развития Программы

## План мероприятий по реализации Программы «Здоровье в школе»

### Создание условий для коррекции и реабилитации нарушений здоровья

№	Мероприятия	Сроки реализации	Ответственный
1.	Разработка локальной нормативно-правовой базы для организации работы по сохранению и укреплению здоровья учащихся	сентябрь – май 2022-2023	Председатель Службы здоровья
2.	Создание информационного и материально-технического обеспечения здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения.	2022 - 2025	Служба здоровья
3.	Проведение мероприятий, направленных на профилактику заболеваемости и профессионального выгорания педагогов.	Ноябрь и март каждого учебного года	Служба здоровья
4.	Проведение воспитательных и спортивных мероприятий, обеспечивающих формирование здорового образа жизни.	ежегодно	Зам. дир . по УВР
5.	Применение на уроках здоровьесозидающих технологий	2022-2025	Зам. директора по УВР
6.	Систематическая диагностика состояния здоровья учащихся	ежегодно, сентябрь	Школьный мед.работник
7.	Контроль за выполнением норм СанПиН и охраны труда	ежегодно, 1 раз в четверть	Зам. директора по УВР, классные руководители
8.	Анализ состояния здоровья учащихся	ежегодно, 1 раз в полугодие	Зам. директора по ВР
9.	Корректировка учебной программы по физической культуре в соответствии с результатами анализа здоровья учащихся.	ежегодно 1 раз в четверть	Учителя по физической культуре
10.	Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса	постоянно	Психолого- педагогическая служба
11.	Проведение музыкальных и спортивных перемен	постоянно	Зам. директора по ВР
12.	Проведение «часа здоровья» на третьем уроке в начальной школе	систематически 2022-2025	Учителя по физической культуре
13.	Организация внеклассной работы по физической культуре после уроков	ежегодно, сентябрь	Зам. директора по ВР
14.	Проведение традиционных общешкольных спортивных соревнований и спортивно-оздоровительных мероприятий в ОУ Участие в	в течение учебного года по графику	Зам. директора по ВР

	спартакиаде школьников МО, Адмиралтейского района, Санкт-Петербурга.	спортивных соревнований.	
15.	Организация и проведение выездов за город, туристических слетов и походов Дней здоровья с привлечением родителей учащихся,	ежегодно, 1 раз в триместр	Зам. директора по ВР
16.	Содействие в проведении медико-профилактических мероприятий медицинскими работниками закрепленных за школой поликлиник	постоянно	Зам. директора по ВР
17.	Участие в мероприятиях по экологическому образованию, просвещению и формированию экологической культуры обучающихся	в течение учебного года по графику района и города	Зам. директора по УВР, классные руководители
18.	Создание системы информированности родителей о результатах анализа состояния здоровья и профилактической работы в школе по оздоровлению детей	ежегодно	Зам. директора по ВР
19.	Организация и проведение лекций и родительских собраний по проблемам возрастных особенностей обучающихся	ежегодно	Зам. директора по ВР
20.	Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (физкультурные паузы, подвижные перемены, часы здоровья)	постоянно	Зам. директора по ВР
21.	Профилактика травматизма	постоянно	Зам. директора по ВР, служба сопровождения
22.	Психологическая помощь обучающимся из семей мигрантов и вынужденных переселенцев по адаптации к новой жизненной ситуации	постоянно	Зам. директора по ВР, служба сопровождения
23.	Проведение итоговой и промежуточной аттестации в щадящем режиме с учетом здоровья учащихся	постоянно	Зам. директора по УВР
24.	Создание зон отдыха и психологической разгрузки для обучающихся и учителей	2022 - 2025	Зам. директора по УВР и ВР, служба сопровождения
25.	Обеспечение внутренней и антитеррористической безопасности и охрана труда	постоянно	Зам. директора по АХЧ
26.	Обновление ученической мебели в кабинетах и классах ОУ	по необходимости	Зам. директора по АХЧ
27.	Поддержание здания ОУ в хорошем состоянии (ежегодные косметические ремонты, замена элементов систем водоснабжения, теплоснабжения, канализации,	ежегодно	Зам. директора по АХЧ

	электрооснащения и др.)		
28.	Преодоление адаптационного периода детей при поступлении в первый класс в щадящем режиме	ежегодно	Зам. директора по начальной школе, служба сопровождения
29.	Организация специальных занятий с дошкольниками по подготовке к школе	ежегодно	Зам. директора по начальной школе
30.	Лекции для родителей будущих первоклассников «Как подготовить ребенка к школе»	2022 - 2025	Зам. директора по начальной школе
31.	Обеспечение качественным горячим питанием учащихся 1 – 11х классов	ежедневно	Классные руководители

### **Ожидаемые результаты**

- Создание здоровьесберегающей среды в ОУ, позволяющей обеспечить:
  - ✓ повышение качества образования;
  - ✓ формирование у учащихся готовности к сохранению и укреплению здоровья;
  - ✓ снижение заболеваемости и функциональной напряженности учащихся;
  - ✓ повышение уровня готовности педагогов к здоровьесберегающей деятельности;
  - ✓ усовершенствование организации здорового и рационального питания в ОУ.
- Наличие востребованного электронного банка ресурсов района и методических разработок в области обеспечения безопасности и здоровьесберегающей деятельности ОУ.
- Повышение уровня валеологической грамотности педагогов, обучающихся и их родителей.
- Формирование осознанной потребности в здоровом образе жизни.
- Формирование культуры здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности у всех участников образовательных отношений.
- Улучшение физического и эмоционально-психологического состояния всех участников образовательных отношений.
- Расширение сети спортивных секций и видов физкультурно-оздоровительной работы.
- Рост спортивных достижений учащихся.
- Повышение профессиональной компетенции педагогов и работников ОУ в сохранении и укреплении физического, нравственного, морального и социального здоровья обучающихся.

### **Мониторинг эффективности программы**

Мониторинг эффективности программы включает:

- Оценку удовлетворенности участников образовательных отношений здоровьесберегающей деятельностью ОУ.
- Анализ показателей заболеваемости учащихся и педагогов.
- Анализ статистических показателей посещаемости учащихся, включая анализ количества и причин пропусков уроков физической культуры.
- Анализ динамики травматизма и несчастных случаев.
- Оценку степени и результативности участия учащихся ОУ в физкультурно-оздоровительных и спортивных акциях, а также акциях по пропаганде ЗОЖ.

- Оценку степени готовности коллектива к работе в области обеспечения здоровья и безопасности учащихся.

### **Показатели эффективности:**

#### ***Для образовательного учреждения:***

1. Снижение показателей заболеваемости учащихся и педагогов не менее чем на 10%;
2. Увеличение доли учащихся, посещающих спортивные секции отделения дополнительного образования не менее чем на 10% ежегодно;
3. Повышение степени удовлетворенности качеством образования в школе со стороны различных субъектов до 75%;
4. Снижение случаев асоциального поведения школьников не менее чем на 10%
5. Степень результативности участия ОУ в официальных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях;

#### ***Для учащихся:***

1. Количество пропусков учебных занятий учащимися, дней/уч-ся/год.
2. Количество уроков физической культуры, пропущенных учащимися.
3. По освобождению, уроков/уч-ся/год.
4. Доля учащихся, участвующих в дополнительном образовании, в %.
5. Доля учащихся, занимающихся в физкультурных и спортивных секциях, кружках по отношению к общему их количеству, в%.
6. Доля учащихся, получивших травмы, по отношению к общему их количеству, в%.
7. Количество (динамика) несчастных случаев в ОУ.

#### ***Для педагогов:***

1. Доля педагогов, повысивших квалификацию в области обеспечения здоровья и безопасности учащихся, по отношению к общему их количеству, в %.
2. Доля педагогов, владеющих здоровьесберегающими технологиями по отношению к общему их количеству, в %.

### **Социальный эффект от реализации программы**

Для ОУ и родителей	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Совершенствование здоровьесберегающей образовательной среды ОУ.</li> <li>• Развитие социального партнерства с целью оптимизации здоровьесберегающей среды ОУ</li> <li>• Развитие службы здоровья и службы сопровождения.</li> <li>• Удовлетворение образовательных потребностей основных субъектов образовательного процесса в области здоровьесбережения;</li> <li>• Повышение удовлетворенности родителей качеством образования</li> </ul>
Для учащихся	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Удовлетворение особых образовательных потребностей учащихся.</li> <li>• Формирование субъектной позиции в отношении собственного здоровья</li> </ul>

Для системы образования СПб и для педагогического сообщества СПб	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Получение положительного тиражируемого инновационного опыта, подлежащего диссеминации в районе и городе</li> </ul>
Для местного сообщества и государства.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Расширение и углубление валеологической составляющей петербургского компонента образования</li> </ul>

#### **Возможные сложности реализации программы и пути их преодоления**

<b>Возможные сложности (риски) реализации Программы</b>	<b>Пути их преодоления</b>
Формальный подход ОУ к реализации здоровьесозидающей деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стимулирование деятельности педагогов ОУ в области здоровьесозидания,</li> <li>• Формирование установки на получение результатов деятельности, Регулярный мониторинг</li> </ul>
Неприятие частью педагогического коллектива инновационных форм организации образовательного процесса на валеологической основе	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Просветительская работа с педагогами.</li> <li>• Обучение педагогов на курсах повышения квалификации.</li> <li>• Методическая поддержка педагогов.</li> </ul>
Недостаточность бюджетного финансирования	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Поиск дополнительных финансовых средств.</li> </ul>