

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Сорская средняя общеобразовательная школа №1

Рассмотрено и принято
на педагогическом совете
МБОУ Сорская СОШ №1
протокол № 1 от 16.09 2018 г.



Директор МБОУ Сорской СОШ №1
О. П. Риферт
от 16.09.2018 г.

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни на 2018-2022 гг

г. Сорск, 2018г.

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни обучающихся в соответствии с определением Стандарта – это комплексная программа формирования их знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Данная программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни на ступени начального общего образования сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, существенно отличающиеся от таковых у взрослых, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями), неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью, что обуславливает, в свою очередь, невосприятие ребёнком деятельности, связанной с укреплением здоровья и профилактикой его нарушений, как актуальной и значимой.

Наиболее эффективным путём формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является направляемая и организуемая взрослыми (учителем, воспитателем, психологом, взрослыми в семье) самостоятельная работа, способствующая активной и успешной социализации ребёнка в образовательном учреждении, развивающая способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены. Однако только знание основ здорового образа жизни не обеспечивает и не гарантирует их использования, если это не становится необходимым условием ежедневной жизни ребёнка в семье и образовательном учреждении.

При выборе стратегии воспитания культуры здоровья в младшем школьном возрасте необходимо, учитывая психологические и психофизиологические характеристики возраста, опираться на зону актуального развития, исходя из того, что формирование ценности здоровья и здорового образа жизни – необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы школы, требующий соответствующей здоровьесберегающей организации всей жизни образовательного учреждения, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, рационального питания. Также одним из компонентов формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является просветительская работа с родителями (законными представителями) обучающихся, привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми, к разработке программы формирования ценности здоровья и здорового образа жизни.

Цель Программы: создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи Программы:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни.

Реализация программы предполагает создание социально открытого пространства, когда каждый педагог, сотрудник школы, родители разделяют ключевые смыслы идеалов и ценностей, положенных в основание данной программы, стремясь к их реализации в практической жизнедеятельности:

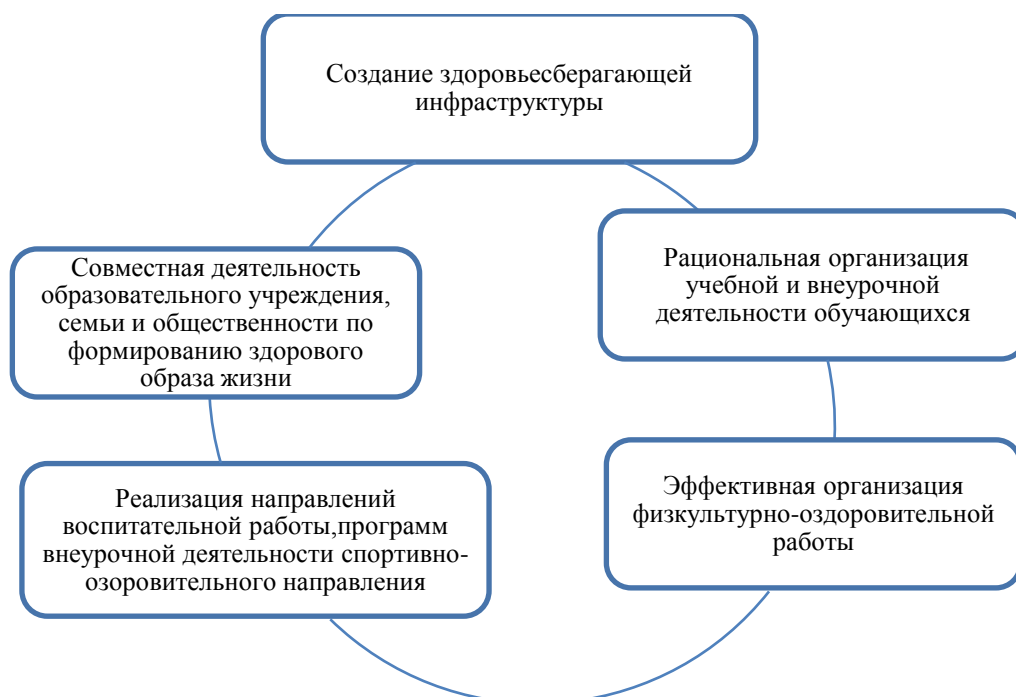
- в содержании и построении уроков;
- в способах организации совместной деятельности взрослых и детей в учебной и внеучебной деятельности; в характере общения и сотрудничества взрослого и ребенка;
- в опыте организации индивидуальной, групповой, коллективной деятельности учащихся;
- в специальных событиях, спроектированных с учетом определенной ценности и смысла;
- в личном примере ученикам.

Для организации такого пространства и его полноценного функционирования требуются согласованные усилия всех социальных субъектов-участников воспитания: семьи, общественных организаций, включая учреждений дополнительного образования, культуры и спорта, СМИ.

Организация социально открытого пространства формирования здорового образа жизни и физического развития личности гражданина, нравственного уклада жизни обучающихся осуществляется на основе следующих **принципов**:

- личного примера педагога – нравственность учителя, моральные нормы, которыми он руководствуется в своей профессиональной деятельности и жизни, его отношение к своему педагогическому труду, к ученикам, коллегам;
- социально-педагогического партнерства – целесообразные партнерские отношения с другими субъектами социализации: семьей, общественными организациями, учреждениями дополнительного образования, культуры и спорта, СМИ;
- индивидуально-личностного развития – педагогическая поддержка самоопределения личности, развития ее способностей, таланта, передача ей системных научных знаний, умений, навыков и компетенций, необходимых для успешной социализации;
- интегративности программ формирования здорового образа жизни и физического развития обучающихся – интеграция духовно-нравственного развития и воспитания в основные виды деятельности обучающихся: урочную, внеурочную, внешкольную и общественно полезную;
- социальной востребованности воспитания – соединение здорового образа жизни и физического развития обучающихся с жизнью, реальными социальными проблемами, которые необходимо решать на основе морального выбора.

Системная работа школы на ступени начального общего образования по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков:



Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения включает:

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

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

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

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, занятиях внеурочной деятельностью и т. п.);
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
- **организацию занятий по лечебной физкультуре;**
- **организацию** часа активных движений (динамической паузы) между 3_м и 4_м уроками;
- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;

Реализация направлений воспитательной работы, образовательных программ внеурочной деятельности предусматривает:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в образовательный процесс;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.);
- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- совместные мероприятия с ССШ, ДК по формированию основ здорового образа жизни.

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

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

Совместная деятельность образовательного учреждения, семьи и общественности по формированию здорового образа жизни:

- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.;
- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.
- участие представителей общественных организаций в проведении отдельных мероприятий в рамках реализации направлений Программы формирования здорового образа жизни и физического развития обучающихся на ступени начального общего образования.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственный
Создание здоровьесберегающей инфраструктуры школы			
1	Обеспечение соответствия помещения школы санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся	постоянно	директор
2	Организация качественного горячего питания (1 классы – 1 раз, 2-4 классы – 2 раза)	постоянно	директор шеф-повар
3	Оснащённость физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным	по запросу	директор завхоз

	оборудованием и инвентарём.		
4	Проведение плановых медицинских осмотров, профилактических мероприятий, вакцинация	в течение года	медицинский работник
5	Наличие квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися	в течение года	директор
6	Диагностика обучающихся начальной школы в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами будут: - экспертные суждения (медицинских работников); - анкеты, позволяющие анализировать (не оценивать) ценностную сферу личности; - самооценочные суждения детей.	в течение года	психолог классный руководитель
Рациональная организация учебной и внеурочной деятельности			
1	Общий объем нагрузки в течение дня не превышает в 1 классах 4 уроков и один день в неделю 5 уроков за счет урока физкультуры, 2-4 классов - 5 уроков.	постоянно	замдиректора по УВР
2	Расписание уроков составляется с учетом СанПиН	постоянно	замдиректора по УВР
3	Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований: использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии, обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий, предусмотрены дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.	постоянно	замдиректора по УВР
4	Расписание уроков составляется отдельно для обязательных занятий, внеурочной деятельности, между которыми устраивается перерыв продолжительностью не менее 40 минут	постоянно	замдиректора по УВР
5	Внеурочная деятельность планируется на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.	постоянно	замдиректора по УВР
6	Контроль за использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям обучающихся, за строгим соблюдением всех требований к использованию технических средств обучения	постоянно	замдиректора по УВР
7	Организация индивидуального обучения	в течение года	замдиректора по УВР

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы			
1	Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья на уроках физкультуры.	в течение года	медработник учитель физкультуры
2	Организация динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности.	в течение года	учителя начальных классов старший вожатый
3	Реализация мероприятий физкультурно-оздоровительного характера согласно плану воспитательной работы, программ внеурочной деятельности данного направления	в течение года	учитель физкультуры учителя начальных классов старший вожатый
Реализация направлений воспитательной работы, образовательных программ внеурочной деятельности			
1	Реализация мероприятий Программы воспитания и социализации обучающихся на ступени начального образования в части направления 4 «Здоровье - это важно!» ООП НОО (см. Календарь традиционных общешкольных мероприятий, Перечень рекомендуемых воспитательных мероприятий для классных руководителей)	в течение года	замдиректора по ВР
2	Реализация курсов внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления: – Подвижные игры (1 класс) – Спортивные игры (2-4 класс) – Хореография «Краски жизни» (1-4 класс)	в течение года	преподаватель ВНД
3	Разработка и внедрение в учебный план курсов внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления: – «Развиваемся играя» (2 класс) – «Тропинка к своему Я» (3-4 класс) – Шахматы «Белая ладья» (2-4 класс)	в течение года	преподаватель ВНД
Совместная деятельность образовательного учреждения, семьи и общественности по формированию здорового образа жизни			
1	Проведение родительских собраний с использованием различных форм (конференция, круглый стол, консультация, тренинг и др.) по направлениям: – «Здоровье ребёнка в руках взрослых»; – «Режим труда и учёбы, его роль в сохранении и укреплении здоровья»; – «Физическое воспитание детей в семье»; – «Профилактика вредных привычек»	в течение года	классные руководители

	<ul style="list-style-type: none"> – «Полноценное питание – важнейшее условие развития детей» – «Физическое развитие младшего школьника и пути его совершенствования» – «Здоровый ребенок- ребенок со здоровой психикой» 		
2	Организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей), представителей организаций по проведению мероприятий	в течение года	замдиректора по ВР классные руководители

Виды деятельности и формы занятий с обучающимися

- закрепление знаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья (в ходе уроков физической культуры, бесед, просмотра учебных фильмов, в системе внеклассных мероприятий);
- практическое освоение методов и форм физической культуры, здоровьесбережения, простейших элементов спортивной подготовки (на уроках физической культуры, в спортивных секциях школы и внешкольных учреждений, при подготовке и проведении подвижных игр, спортивных соревнований);
- составление здоровьесберегающего режима дня и контроль его выполнения, поддержание чистоты и порядка в помещениях, соблюдение санитарно-гигиенических норм труда и отдыха;
- закрепление навыков самообслуживания, умения рационально пользоваться оздоровляющим влиянием природных факторов, экологически грамотного питания (в процессе бесед, просмотра учебных фильмов, игровых и тренинговых программ в системе взаимодействия образовательных и медицинских учреждений);
- получение устойчивых представлений о взаимосвязи, взаимозависимости здоровья физического, нравственного (душевного) и социального-психологического здоровья семьи и школьного коллектива - в ходе бесед с психологом и социальным педагогом школы, медицинским работником, родителями;
- получение знаний о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека (в рамках бесед с педагогами, психологом, медицинским работником, родителями);
- развитие навыков безопасного поведения и формирование безопасной среды в школе, быту, на отдыхе (в рамках деятельности отрядов ЮИД и ДЮП, проведение классных часов и тематических тренингов, игр по основам безопасности)
- формирование представлений об информационной безопасности

Календарь традиционных общешкольных мероприятий

Время проведения	Тема мероприятия
Сентябрь	День Здоровья
	Пробег выходного дня
	Викторина по формированию основ безопасного поведения «Знай, помни, выполняй»
	Тематические выступления отряда ЮИД и ДЮП
Октябрь	Спортивные соревнования «Осенний марафон»
	Тематические беседы медработника «Режим дня и здоровье»
Ноябрь	Спортивные состязания «Марафон подвижных игр»
	Единый день знаний «День профилактики»
Декабрь	Веселые старты «Старты надежд»
	Конкурс плакатов «Мы за здоровый образ жизни»
Январь	Мероприятия на каникулах «Зимнее здоровье»
	Месячник формирование основ ЗОЖ <i>(по отдельному плану)</i>
Февраль	Спортивные соревнования, посвященные Дню защитника Отечества
	Смотр песни и строя 2-4 класс
Март	Спортивные соревнования «Рыцари удачи» 1-2 класс
	Спортивные соревнования «От значка ГТО – к олимпийской медали» 3-4 класс
	Спортивно-оздоровительные мероприятия по плану ДОЛ
Апрель	Спортивные мероприятия, посвященные Всемирному дню здоровья <i>(по отдельному плану)</i>
	Выступление агитбригады: театральная постановка к Единой неделе иммунизации
Май	Военно-патриотическая игра «Зарница»
	Спортивный праздник «Мама, папа, я – дружная семья»
Июнь-июль	Спортивно-оздоровительные мероприятия по плану ДОЛ
	Мероприятия пришкольной спортивной площадки
Август	Мероприятия пришкольной спортивной площадки

**Перечень рекомендуемых воспитательных мероприятий для классных руководителей
1 класс**

	№	Мероприятие	Место проведения
сентябрь	1	Экскурсия по школе и прилегающей территории «Правила безопасного поведения в школе. Твой безопасный путь домой»	школа
	2	Классный час «Твой новый режим дня, первоклассник»	классный кабинет
	3	Подвижные игры на свежем воздухе	спортивная площадка
	4	Динамическая прогулка «Экскурсия в осенний парк»	городской парк
	5	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего мультфильма по направлению	библиотека
	6	Плановый медицинский осмотр	мед.кабинет
октябрь	1	Внеклассное мероприятие «Волшебница Гигиена»	классный кабинет
	2	Беседа «Сменная обувь. Зачем она?»	классный кабинет
	3	Подвижные игры на свежем воздухе	спортивная площадка
	4	Знакомство с настольными играми	классный кабинет
	5	Занятие-тренинг «Как правильно отдыхать»	кабинет психолога
ноябрь	1	Практикум «Учимся не болеть»	классный кабинет
	2	Театрализованная постановка «Советы Айболита»	классный кабинет
	3	Подвижные игры на свежем воздухе «Первые снежки»	спортивная площадка
	4	Спортивные соревнования «Веселые старты»	спортзал
	5	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего мультфильма «Осторожно – гололед»	библиотека
декабрь	1	Беседа «Как защититься от гриппа»	классный кабинет
	2	Подвижные игры на свежем воздухе «Строим снежную крепость»	спортивная площадка
	3	Динамическая прогулка «Жизнь зимнего леса»	городской парк
	4	Инструктаж по ТБ во время каникул	классный кабинет
январь	1	Подвижные игры на свежем воздухе: катание на санках (во время зимних каникул)	городской парк
	2	Участие в общешкольных мероприятиях месячника формирования основ ЗОЖ	актовый зал, спортзал
	3	Классный час «Вредные привычки – мерзкие сестрички»	классный кабинет
февраль	1	Конкурс-выставка фотоколлажей «Мы здоровыми растем»	рекреация
	2	Спортивные соревнования, посвященные Дню защитника Отечества	спортивная площадка
	3	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего мультфильма на спортивную тематику	библиотека
март	1	Классный час «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу!»	классный кабинет
	2	Психологический тренинг «Я, ты, мы...»	кабинет психолога
	3	Спортивные соревнования «Рыцари удачи»	спортзал

	4	Инструктаж по ТБ во время каникул	классный кабинет
апрель	1	Классный час «Что значит правильно питаться»	классный кабинет
	2	Динамическая прогулка с играми «Весна! Весна! И все ей радо...»»	спортивная площадка
	3	Спортивные мероприятия, посвященные Всемирному дню здоровья <i>(по отдельному плану школы)</i>	актовый зал, спортзал
	4	Внеклассное мероприятие «Здоровье планеты – наше здоровье»	библиотека
май	1	Военно-патриотическая игра «Зарница»	городской парк
	2	Спортивный праздник «Мама, папа, я – дружная семья»	спортзал
	3	Динамическая прогулка «Экскурсия в весенний парк»	городской парк
	4	Классный час «Мое полезное лето»	

2 класс

	№	Мероприятие	Место проведения
сентябрь	1	Экскурсия по прилегающей территории школы «Твой безопасный путь домой»	
	2	Классный час «Снова в школу: режим труда и отдыха»	классный кабинет
	3	Подвижные игры на свежем воздухе	спортивная площадка
	4	Динамическая прогулка «Изменения в осенней природе»	городской парк
	5	Знакомство и обсуждение книг школьной библиотеки о здоровье	библиотека
	6	Плановый медицинский осмотр	мед.кабинет
октябрь	1	Внеклассное мероприятие «Личная гигиена школьников: основные правила»	классный кабинет
	2	Беседа «Как важно правильно питаться»	классный кабинет
	3	Подвижные игры на свежем воздухе	спортивная площадка
	4	Театрализованная постановка «Я прививок не боюсь»	актовый зал
	5	Занятие-тренинг «Быть здоровым – здорово!»	кабинет психолога
ноябрь	1	Час здоровья «Как ты растешь»	классный кабинет
	2	Тренинг здорового образа жизни	кабинет психолога
	3	Подвижные игры на свежем воздухе «Вот и выпал первый снег»	спортивная площадка
	4	Спортивные соревнования «Веселые старты»	спортзал
	5	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего мультфильма «Правила безопасности зимой»	библиотека
декабрь	1	Беседа «Учимся не болеть»	классный кабинет
	2	Подвижные игры на свежем воздухе «Строим снежную крепость»	спортивная площадка
	3	Динамическая прогулка «Жизнь зимнего леса»	городской парк
	4	Инструктаж по ТБ во время каникул	классный кабинет

январь	1	Подвижные игры на свежем воздухе: катание на лыжах, санках (во время зимних каникул)	городской парк
	2	Участие в общешкольных мероприятиях месячника формирования основ ЗОЖ	актовый зал, спортзал
	3	Классный час «О вредных привычках»»	классный кабинет
февраль	1	Конкурс-выставка рисунков, фотоколлажей «Меню второклассника, здоровое и любимое»»	рекреация
	2	Спортивные соревнования, посвященные Дню защитника Отечества	спортивная площадка
	3	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего мультфильма «Уроки тетушки Совы. Строение человеческого тела»	библиотека
март	1	Беседа-игра «Страна Болючка»	классный кабинет
	2	Психологический тренинг «Я и мое настроение»	кабинет психолога
	3	Спортивные соревнования «Рыцари удачи»	спортзал
	4	Инструктаж по ТБ во время каникул	классный кабинет
апрель	1	Час здоровья «Я и мои поступки»	классный кабинет
	2	Динамическая прогулка с играми «Все радо наступающей весне»»	спортивная площадка
	3	Спортивные мероприятия, посвященные Всемирному дню здоровья <i>(по отдельному плану школы)</i>	актовый зал, спортзал
май	1	Военно-патриотическая игра «Зарница»	городской парк
	2	Спортивный праздник «Мама, папа, я – дружная семья»	спортзал
	3	Динамическая прогулка «Весенние изменения в лесу»	городской парк
	4	Выставка рисунков «Мое полезное лето»	классный кабинет

3 класс

	№	Мероприятие	Место проведения
сентябрь	1	Экскурсия по прилегающей территории школы «Твой безопасный путь домой»	школа
	2	Классный час «Каждому делу - свое время. Твой режим дня»	классный кабинет
	3	Подвижные игры на свежем воздухе	спортивная площадка
	4	Динамическая прогулка «В гости к Лесовичку»	городской парк
	5	Знакомство и обсуждение книг школьной библиотеки о здоровом питании	библиотека
	6	Плановый медицинский осмотр	мед.кабинет
октябрь	1	Внеклассное мероприятие «Красиво одеваться – значит опрятно. Культура одежды»	классный кабинет
	2	Практикум «Зарядка и закаливание»	классный кабинет
	3	Подвижные игры на свежем воздухе	спортивная площадка
	4	Занятие-тренинг «Сумей отказаться»»	кабинет психолога
ноябрь	1	Беседа «Профилактика простудных заболеваний»	классный кабинет
	2	Динамическая прогулка «Движение – путь к здоровью»	городской парк

	3	Подвижные игры на свежем воздухе «Первые снежки»	спортивная площадка
	4	Спортивные соревнования «Веселые старты»	спортзал
	5	Проект «Как избежать опасностей зимой»	библиотека
декабрь	1	Беседа «Как защититься от гриппа»	классный кабинет
	2	Подвижные игры на свежем воздухе «Строим снежную крепость»	спортивная площадка
	3	Час здоровья «Правила правильного питания»	классный кабинет
	4	Инструктаж по ТБ во время каникул	классный кабинет
январь	1	Подвижные игры на свежем воздухе: катание на лыжах, санках (во время зимних каникул)	городской парк
	2	Участие в общешкольных мероприятиях месячника формирования основ ЗОЖ	актовый зал, спортзал
	3	Классный час «Поговорим о вредных привычках»	классный кабинет
февраль	1	Конкурс-выставка фотоколлажей «Мы – за здоровый образ жизни»	рекреация
	2	Спортивные соревнования, посвященные Дню защитника Отечества	спортивная площадка
	3	Час здоровья «За рабочим столом»	библиотека
март	1	Классный час «Зеленая аптека»	классный кабинет
	2	Психологический тренинг «Ты и твои друзья»	кабинет психолога
	3	Спортивные соревнования «От значка ГТО – к олимпийской медали»	спортзал
	4	Инструктаж по ТБ во время каникул	классный кабинет
апрель	1	Классный час «Что значит правильно питаться»	классный кабинет
	2	Динамическая прогулка с играми «День птиц»	спортивная площадка
	3	Спортивные мероприятия, посвященные Всемирному дню здоровья (по отдельному плану школы)	актовый зал, спортзал
	4	Внеклассное мероприятие «Здоровье планеты – наше здоровье»	библиотека
май	1	Военно-патриотическая игра «Зарница»	городской парк
	2	Спортивный праздник «Мама, папа, я – дружная семья»	спортзал
	3	Динамическая прогулка «В гости к березкам»	городской парк
	4	Проект «Мое здоровое лето»	

4 класс

	№	Мероприятие	Место проведения
сентябрь	1	Экскурсия по прилегающей территории школы «Твой безопасный путь домой»	школа
	2	Классный час «Гигиена труда и отдыха. Режим дня.»	классный кабинет
	3	Подвижные игры на свежем воздухе	спортивная площадка
	4	Выставка фотографий «Как я провёл лето»	школа
	6	Плановый медицинский осмотр	мед.кабинет

октябрь	1	Проект «Здоровье. Полезные советы на каждый день»	классный кабинет
	2	Практикум «Посеешь привычку – пожнешь характер»	классный кабинет
	3	Подвижные игры на свежем воздухе	спортивная площадка
	4	Занятие-тренинг «Я и другие»	кабинет психолога
ноябрь	1	Беседа «Неизвестные факты из жизни вредных привычек»	классный кабинет
	2	Динамическая прогулка «Мороз и солнце, день чудесный»	городской парк
	3	Подвижные игры на свежем воздухе «Зимние забавы»	спортивная площадка
	4	Проект «Профилактика зимой»	библиотека
декабрь	1	Беседа «Что нужно знать о лекарствах»	классный кабинет
	2	Подвижные игры на свежем воздухе «Строим снежную крепость»	спортивная площадка
	3	Проект «Рецепты правильного питания»	классный кабинет
	4	Инструктаж по ТБ во время каникул	классный кабинет
январь	1	Подвижные игры на свежем воздухе: катание на лыжах, санках (во время зимних каникул)	городской парк
	2	Участие в общешкольных мероприятиях месячника формирования основ ЗОЖ	актовый зал, спортзал
	3	Спортивный вечер «Спорт против вредных привычек»	спортзал
февраль	1	Конкурс-выставка фотоколлажей «Мы – за здоровый образ жизни»	рекреация
	2	Спортивные соревнования, посвященные Дню защитника Отечества	спортивная площадка
	3	Час здоровья «Быть здоровым – модно!»	библиотека
март	1	Классный час «Чистота-залог здоровья»	классный кабинет
	2	Психологический тренинг «Улица хорошего настроения»	кабинет психолога
	3	Спортивные соревнования «От значка ГТО – к олимпийской медали»	спортзал
	4	Инструктаж по ТБ во время каникул	классный кабинет
апрель	1	Внеклассное мероприятие «Здоровье планеты – наше здоровье»	библиотека
	2	Динамическая прогулка с играми «Здравствуй, весна!»	спортивная площадка
	3	Спортивные мероприятия, посвященные Всемирному дню здоровья (по отдельному плану школы)	актовый зал, спортзал
май	1	Военно-патриотическая игра «Зарница»	городской парк
	2	Спортивный праздник «Мама, папа, я – дружная семья»	спортзал
	3	Динамическая прогулка «Движение-путь к совершенству»	городской парк
	4	Проект «Летом время не теряй, сил, здоровья набирай»	классный кабинет

Ожидаемые результаты формирования здорового образа жизни и физического развития обучающихся

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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575779

Владелец Риферт Оксана Петровна

Действителен с 28.06.2022 по 28.06.2023