

Областное казенное общеобразовательное учреждение для детей,  
нуждающихся в длительном лечении  
«Клюквинская санаторная школа-интернат»  
Курского района Курской области

Принята на заседании  
Педагогического совета 30.08.18г.

Введена в  
действие приказом  
от 30.08.2018 г. №111



  
А.П. Беликов  
(подпись)

***ПРОГРАММА  
ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО  
И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ  
ОКОУ «КЛЮКВИНСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»  
КУРСКОГО РАЙОНА КУРСКОЙ ОБЛАСТИ  
НА 2018-2019 УЧЕБНЫЙ ГОД.***

### ***Основные разделы программы:***

1. Здоровьесберегающая инфраструктура школы-интерната
2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности.
3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы
4. Реализация дополнительных образовательных программ.
5. Просветительская работа с родителями.
6. Ожидаемые результаты реализации программы.
7. Методы и механизмы реализации программы.

### ***1. Здоровьесберегающая инфраструктура школы-интерната.***

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся Закон «Об образовании в РФ», Федеральные государственные образовательные стандарты; СанПиН «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса».

Программа «Формирования культуры здорового и безопасного образа жизни» является комплексной и последовательной системой обучения и воспитания здорового образа жизни в период обучения в школе, и призвана позитивно повлиять на сложившуюся в обществе систему, так как позволит сформировать новое отношение к здоровью на уровне установок, навыков и умений. Главным направлением работы педагогического коллектива Школы-интерната являются реабилитация и сохранение здоровья всех детей, и вполне здоровых, и нуждающихся в этом, поскольку здоровье - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, а состояние полного физического, душевного и социального благополучия. Здоровьесберегающая и реабилитационная направленность педагогической деятельности учителей имеет целью сохранение здоровья ученика.

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 Школе-интернате, развивающая способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены. При выборе стратегии воспитания культуры здоровья в 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-интерната, требующий соответствующей здоровьесберегающей организации всей жизни образовательного учреждения, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы.

Анализ ситуации по состоянию здоровьесберегающей среды Школы-интерната показал, что за период с 2010 по 2013 годы происходит ухудшение здоровья детей: увеличение хронических заболеваний, сокращение числа здоровых выпускников по окончании школы. Результаты диспансеризации обучающихся школы-интерната в 2014/2016 уч.г. свидетельствуют о том, что детей, не имеющих каких-либо отклонений в здоровье (I группа здоровья), в интернате нет.

Углубленный медицинский осмотр воспитанников силами специалистов ОБУЗ ОДКБ был произведен в феврале 2018 года бригадой в составе: окулист, лор, невролог, гинеколог, хирург, стоматолог, психиатр, эндокринолог, детский уролог, ортопед, педиатр. Было осмотрено 82 ребенка: дети-сироты, дети, оставшиеся без попечения родителей и дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации.

На этапе доврачебного осмотра проведена оценка физического развития воспитанников, выявлено:

- Гармоничное развитие имеют 115 человек
- Избыток веса – 17 человек
- Нарушения физического развития- 49 человек.

В течение учебного года ежемесячно проводился контроль массы тела воспитанников, имеющих дефицит и избыток массы тела, дети получали ферментные препараты, улучшающие пассаж пищи по ЖКТ, поливитамины

Структура выявленной патологии:

- Болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ – 34 чел.
- Психические расстройства и расстройства поведения – 15 чел.
- Болезни нервной системы – 18 чел.
- Болезни глаза и его придаточного аппарата – 17 чел.
- Болезни ЛОР-органов – 7 чел.
- Болезни ЖКТ – 15 чел.
- Болезни опорно-двигательного аппарата – 54 чел.
- Болезни мочеполовой системы – 13 чел.
- Врожденные аномалии развития внутренних органов – 42 чел.

Таким образом, в деятельности школы-интерната, в качестве *актуальной является проблема* выработки и закрепления у обучающихся начального звена целесообразных для их возраста гигиенических навыков и привычек, осознанного отношения к здоровью, личной и общественной безопасности, формированию 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 в будущем.

Для решения этой проблемы необходимо активное взаимодействие всех структур и подразделений по распространению культуры здоровья обучающихся, внедрению здоровьесберегающих технологий в Школе-интернате, усиление профилактической направленности данной работы, улучшение качества массовых

физкультурно-спортивных и просветительских мероприятий, способствующих сохранению здоровья школьников.

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.

### ***Основные концептуальные ориентиры программы:***

- Данные о состоянии здоровья обучающихся по итогам мониторинга здоровья;
- Резкое ухудшение социально – экономической обстановки в семьях обучающихся, что влечет за собой изменение условий содержания детей и поддержки их физического здоровья.
- Несформированность ценностного отношения к своему здоровью у обучающихся и их родителей.

### ***Профилактическая деятельность программы основана на следующих принципах:***

- *Дифференцированность* целей, задач, методов и планируемых результатов работы с учетом возраста детей, их социальной адаптации и индивидуальными особенностями.

- *Аксиологичность* - формирование у школьников мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни, законопослушности, толерантности, уважении к окружающей среде, принятие общечеловеческих ценностей и морально-нравственных норм поведения в социуме.

- *Многоаспектность* - связь образовательной, социальной, психологической профилактической областей. Стимулирование инициативы обучающихся, формирование самосознания, осуществление мониторинга общественного мнения, относительно проводимых здоровьесберегающих мероприятий.

### ***Основные направления деятельности программы:***

- рациональная организация учебного процесса в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями;

- организация рационального питания;

- рациональная организация двигательной активности обучающихся (воспитанников), соблюдение валеологических требований на занятиях (физкультминутки, подвижные игры на переменах, динамические перемены);

- диагностика и коррекция развития обучающихся по вопросам, связанным с сохранением их психофизиологического здоровья;

- формирование валеологических знаний у обучающихся (воспитанников) и их родителей (законных представителей);

- отработка механизмов совместной работы всех заинтересованных служб;

- система работы Школы-интерната по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни;
- материально-техническое обеспечение Школы-интерната;
- мониторинг психического состояния обучающихся начальных классов, выработка рекомендаций по комплектованию ученических коллективов;
- контроль за выполнением мероприятий по укреплению и сохранению здоровья обучающихся школы-интерната.

### ***Цель программы:***

- привлечение внимания педагогов и родителей к сохранению и укреплению здоровья детей;
- создание системы взаимосвязи и сотрудничества со всеми заинтересованными службами Школы-интерната по обеспечению условий поддержания психофизиологического развития школьников.
- обеспечение охраны жизни и здоровья детей и работников Школы-интерната, гарантий их законных прав на безопасные условия образовательно – воспитательного процесса.

### ***Задачи программы:***

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся (воспитанников) 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, структуре, полезных продуктах;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, соблюдать, 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;

- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

- развивать системы кружковой, внеклассной, внеучебной работы по формированию здорового образа жизни воспитанников.

### **Задача оздоровления имеет три взаимосвязанных аспекта:**

1. **Воспитательный**, состоящий в воспитании у детей бережного отношения к своему здоровью, понимании ценности и важности поддержания организма в здоровом состоянии, пробуждения и роста желания следовать здоровому образу жизни.
2. **Обучающий**, состоящий в обучении детей нормам здорового образа жизни, приёмам и методам его реализации (включая основы саморегуляции и развития таких качеств, как выносливость, энергичность, уравновешенность и пр.), а также в определении вредных привычек совместно с рекомендациями по их устранению.
3. **Оздоровительный**, состоящий в профилактике наиболее широко распространённых заболеваний, а также улучшение через это таких необходимых для успешного осуществления учебного процесса качества, как психическая уравновешенность, спокойствие, сосредоточенность, внимательность, хорошая память, мыслительные способности.

Решение задачи оздоровления с точки зрения этих аспектов имеет различную реализацию в соответствии с особенностями каждого возраста.

Важное значение имеет психологическое направление. Предусматриваются специальные мероприятия по облегчению адаптации к школе, созданию психологически комфортных условий для обучения. С учетом всего отмеченного в Школе-интернате типовые мероприятия выглядят следующим образом:

*Воспитательный аспект:* создание и ведение валеологического паспорта каждого класса. Валеологический паспорт является результатом мониторинга количества и причин пропусков, занятий в спортивных секциях .

В паспорт могут быть добавлены другие аналогичные списки по усмотрению классного руководителя. Он может быть красочно оформлен, содержать в увлекательной форме сведения о здоровом образе жизни и др. Цель ведения такого паспорта - воспитательная, с тем, чтобы привлечь внимание обучающихся к этим проблемам и, вызвав желание числиться в этих списках, поощрить приложение усилий в этом направлении.

- *Обучающий аспект:*
  - занятия на уроках физической культуры;
  - проведение оздоровительных пауз во время уроков;
  - внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс;
- *Оздоровительный аспект:*
  - ведение спортивных секций, кружков, спецмедгрупп и т.п.;
  - проведение недель здоровья;
  - мониторинг психического состояния обучающихся начальных классов.

Непосредственно оздоровительная работа в данной системе базируется на использовании физических упражнений. На наш взгляд, среди всех других

возможностей оздоровительной работы в Школе-интернате именно физические упражнения наиболее эффективны. Физическая культура - это естественно-биологический метод, в основе которого лежит обращение к основной биологической функции организма - мышечному движению. Движение стимулирует процессы роста, развития и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса, Физические упражнения оказывают системное оздоровительное воздействие на организм в сочетании с избирательностью влияния в каждом конкретном случае.

## ***2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности.***

Сохранение и укрепление здоровья обучающихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работы педагогического коллектива Школы-интерната над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Организация образовательного процесса строится с учетом ***гигиенических норм и требований*** к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях).

В учебном процессе педагоги применяют ***методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся.*** Используемый в школе учебно-методический комплекс содержит материал для регулярного проведения обучаемым самооценки результатов собственных достижений на разных этапах обучения: в результате работы на конкретном уроке, в результате изучения темы или раздела, в результате обучения в том или ином классе начальной школы. Система заданий направленных на самооценку результатов собственных достижений, их сравнение с предыдущими результатами, на осознание происходящих приращений знаний, способствует формированию рефлексивной самооценки, личностной заинтересованности в приобретении, расширении знаний и способов действий. Содержание учебников имеет культурологический, этический и личностно ориентированный характер и обеспечивает возможность понимания школьниками основных правил поведения в обществе на основе традиционных духовных идеалов и нравственных норм. Достижению указанных личностных результатов способствует тесная связь изучаемого материала с повседневной жизнью ребёнка, с реальными проблемами окружающего мира, материал о правах ребёнка, о государственных и семейных праздниках и знаменательных датах. Особую актуальность имеет учебный материал, связанный с проблемой безопасного поведения ребёнка в природном и социальном окружении.

В школе строго соблюдаются все ***требования к использованию технических средств обучения***, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности **индивидуальные особенности развития обучающихся**: темпа развития и темп деятельности. В используемой в школе системе учебников учтены психологические и возрастные особенности младших школьников, различные учебные возможности детей. В этой связи и для достижения указанных личностных результатов в учебниках всех предметных линий представлены разнообразные упражнения, задачи и задания, обучающие игры, ребусы, загадки, которые сопровождаются красочными иллюстрациями, способствующими повышению мотивации обучающихся, учитывающими переход детей младшего школьного возраста от игровой деятельности (ведущего вида деятельности в дошкольном возрасте) к учебной.

**Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности** включает:

1. Информационно-просветительский блок: лекции; беседы; консультирование; круглые столы; совещания; методсоветы; семинары, педсоветы и т.п.;
2. Психолого-диагностический блок: диагностика, консультирование, коррекция, профилактика, просвещение;
3. Консультативный блок: для педагогов, родителей (лиц их заменяющих);
4. Тренинги для родителей и педагогов: личностно-ориентированный; социально-психологический; дискуссии; мозговые штурмы; ролевые игры;
5. Встречи со специалистами: сотрудниками ПДН, медицинскими специалистами;
6. Тематические праздники и социальные акции;
7. Спортивно-оздоровительные мероприятия: эстафеты, спортивные конкурсы, участие в туристических слетах, дни здоровья, организованные походы на природу и др.;
8. Рефлексивный блок: анкетирование; диагностика, мониторинг; опрос;
9. Вовлечение родителей на родительских собраниях в обмен опытом для сохранения и поддержания собственного здоровья и своих детей с участием специалистов (рубрика "Здоровье в наших руках");
13. Совместные мероприятия с родителями, выходы на природу и т.д.

### ***Базовая модель программы***

**Первый этап** — анализ состояния и планирование работы Школы-интерната по данному направлению, в том числе по:

- организации режима дня детей, их нагрузкам, питанию, физкультурно-оздоровительной работе, сформированности элементарных навыков гигиены, рационального питания и профилактике вредных привычек;
- организации просветительской работы с обучающимися и родителями (законными представителями);
- выделению приоритетов в работе Школы-интерната с учётом результатов проведённого анализа, а так же возрастных особенностей обучающихся на ступени начального общего образования.

**Второй этап** — организация просветительской работы:

- *Просветительно-воспитательная работа* с обучающимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, включает:



- внедрение в систему работы Школы-интерната дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, которые должны носить модульный характер, реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс;

- лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек;

- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни;

- *Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями* (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников образовательного учреждения и повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает:

- проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.;

- приобретение для педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;

- привлечение педагогов и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

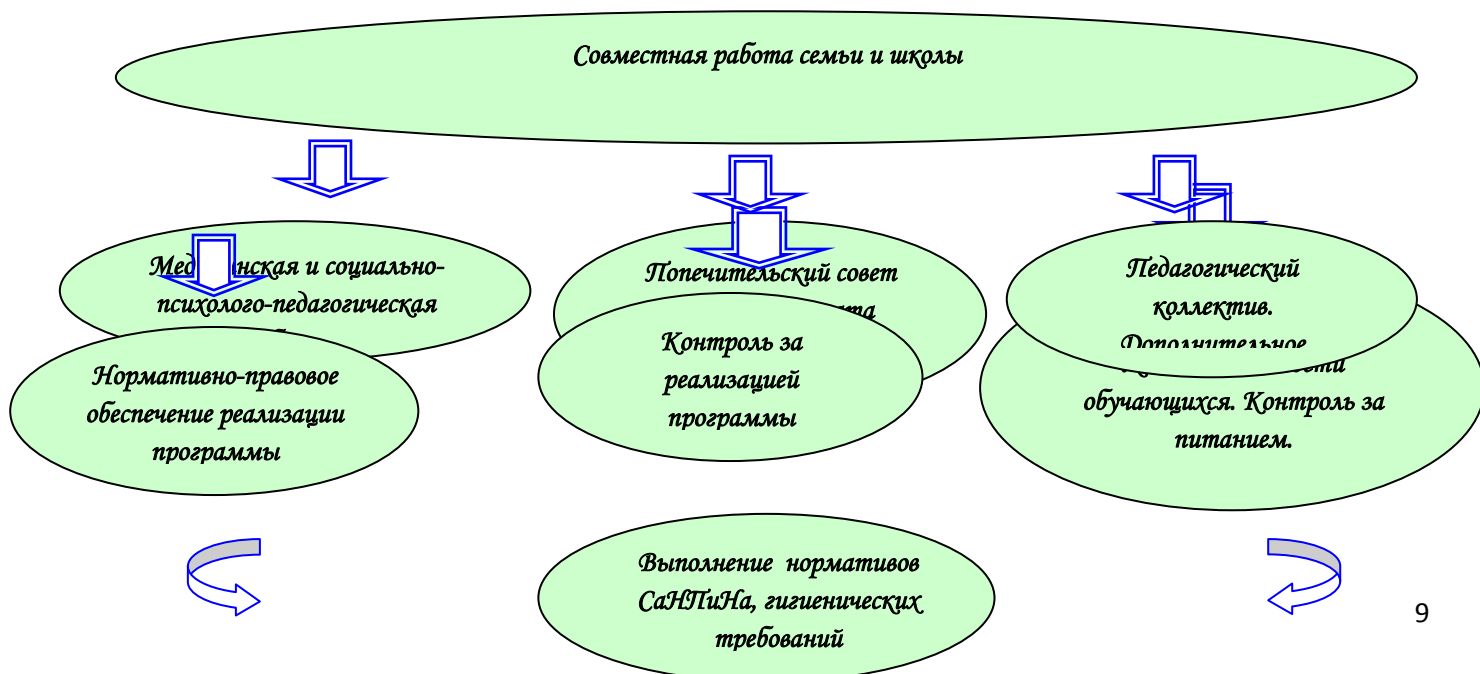
**Третий этап** – практическое применение школьниками полученных навыков.

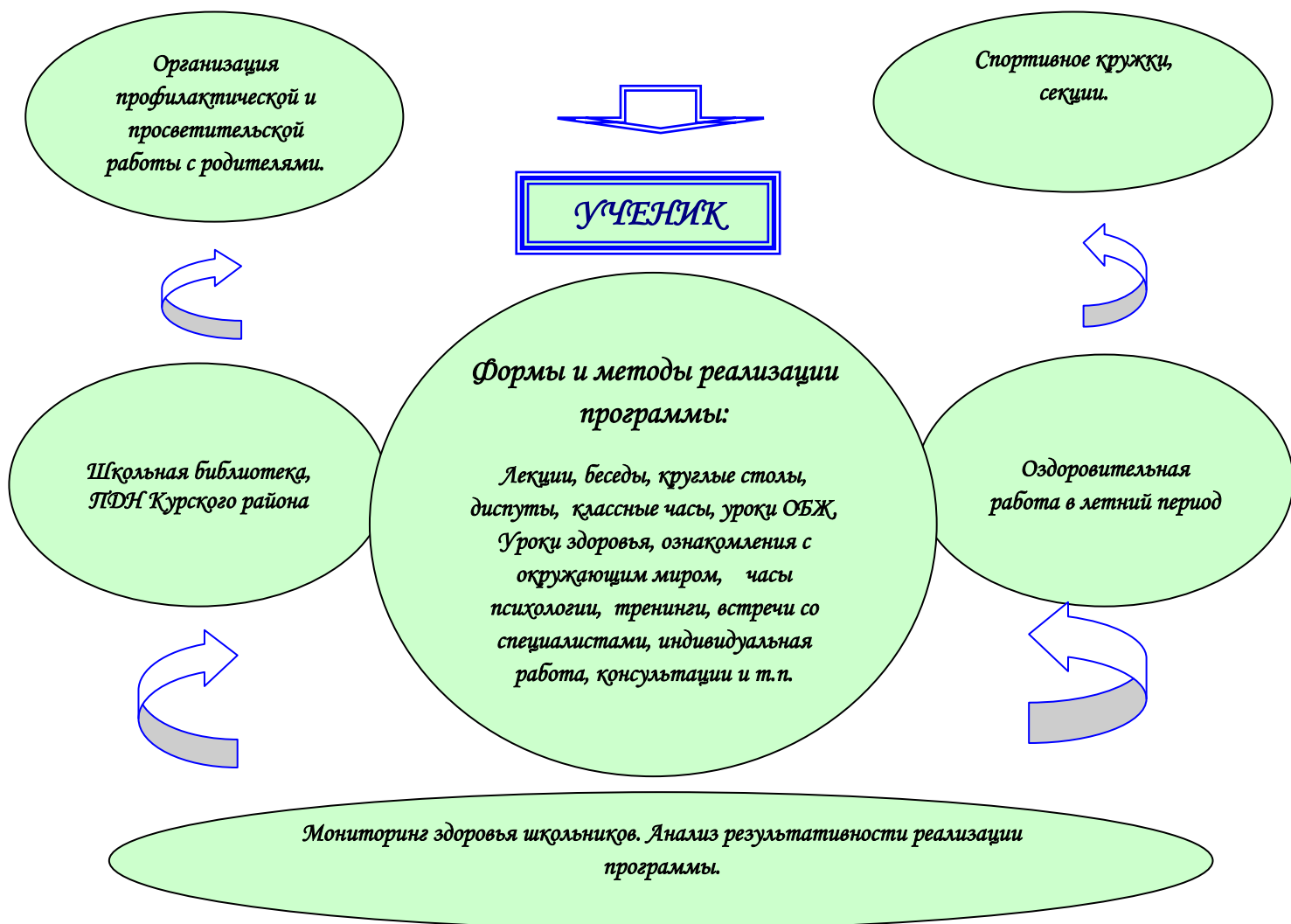
- *Проектная деятельность обучающихся*, направленная на закрепление знаний основ здорового и безопасного образа жизни, участие в социальных акциях, волонтерское движение, активное участие в спортивных мероприятиях, школьных спартакиадах, Уроках здоровья и т.п.

- Соблюдение режима дня школьника, личной гигиены, правильное питание, физическая и двигательная активность и т.п.

- Привлечение к активным и массовым видам спорта родителей (лиц их заменяющих) обучающихся, совместные детско-взрослые мероприятия по ЗОЖ и ОБЖ

### Схема по реализации программы.





**Исполнители программы:**

- Директор Школы-интерната;
- заместители директора по УВР, ВР; социальной работе
- классные руководители;
- воспитатели;
- учителя физической культуры, руководители спортивных секций;
- педагог-психолог;
- социальный педагог;
- учителя-логопеды;
- педагоги дополнительного образования;
- медицинские работники школы-интерната, члены школьного ПМПк,
- школьный библиотекарь ;
- инспектор ПДН Курского района Воробьева Е.Г.;
- учителя физической культуры;
- преподаватель-организатор ОБЖ;

**Участники программы:**

- ✓ Воспитанники школы-интерната;
- ✓ учителя ;
- ✓ воспитатели интерната;
- ✓ родители (законные представители) обучающихся.

#### ***Координаторы программы***

- Попечительский совет школы-интерната;
- Администрация Школы-интерната.

### ***3. Эффективная организация физкультурно – оздоровительной работы.***

#### ***Структура системной работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования:***

***Здоровьесберегающая*** инфраструктура Школы-интерната включает:

- соответствие состояния и содержания здания и помещений Школы-интерната санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся (воспитанников);
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся (воспитанников), а также для хранения и приготовления пищи;
- организацию качественного горячего питания обучающихся (воспитанников);
- оснащённость кабинетов, спортивных площадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;
- наличие помещений для медицинского персонала;
- наличие необходимого (в расчёте на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (учителя-логопеды, учителя физической культуры, педагог-психолог, медицинские работники Школы-интерната).

***Рациональная организация учебной и внеучебной 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:

- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);  
соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обучения в соответствии СанПиН, введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;
- 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).

Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности педагогического коллектива: классных руководителей, учителей-предметников, воспитателей интерната, специалистов школы.

**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, в секциях и т. п.);
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера в школе;
- 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;
- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

#### **4. Реализация дополнительных образовательных программ**

*Реализация дополнительных образовательных программ предусматривает:*

- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников, спартакиад, турниров по видам спорта, классных часов по ЗОЖ и ОБЖ и т. п.;
- организация работы школьных спортивных объединений, секций, кружков;
- реализация Программы по профилактике правонарушений, противоправных действий и безнадзорности ОКОУ Клюквинская школа-интернат на 2017-2019.г.

#### **5. Просветительская работа с родителями**

*Просветительская работа с родителями (законными представителями)* включает:

- лекции, семинары, «круглые столы», тренинги, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.;

- приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.
- издание и распространение буклетов, литературы по ЗОЖ и ОБЖ.

### ***6. Ожидаемые результаты реализации программы***

- Мониторинг здоровья обучающихся школы-интерна. Рост физической и санитарно-гигиенической культуры обучающихся. Формирование устойчивого интереса и потребностей к занятиям физкультурой и спортом, здоровому и активному образу жизни. Приобретение обучающимися устойчивых навыков обеспечения безопасной жизнедеятельности как важного условия самореализации личности.

- Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.

- Укрепление морально-психологического здоровья обучающихся, развитие их коммуникативных способностей, нравственное и эстетическое совершенствование личности каждого ребенка.

- Повышение социального самосознания статуса личности, развитие гражданской и творческой инициативы и самостоятельности, навыков социализации.

- Рост мотивации к обучению, развитие навыков самоконтроля и самоанализа, стойкий интерес к познавательной деятельности, в том числе творческой.

- Повышение педагогической компетентности родителей (законных представителей) в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, безопасности их жизнедеятельности; повышение количества активных родителей в совместных детско-взрослых спортивных мероприятиях и конкурсах.

- Повышение профессиональной компетенции педагогов и работников Школы-интерната в сохранении и укреплении физического, нравственного, морального и социального здоровья школьников.

- Привлечение внимания общественности к опыту работы Школы-интерната и расширению материально-технических возможностей для совершенствования оптимального учебно-воспитательного процесса, конечной целью которого является выполнение важнейшего социального заказа – формирования личности, способной с наибольшей пользой для себя и общества жить и работать в условиях современного мира.

### ***7. Методы и механизмы реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни***

<b><i>Методы реализации</i></b>	<b><i>Участники программы</i></b>
---------------------------------	-----------------------------------

<i>программы</i>	<i>обучающиеся</i>	<i>педагоги</i>	<i>родители</i>
<b>Диагностические</b>	Мониторинг здоровья (ежегодные медосмотры)	Анкета «Взаимоотношения в педагогическом коллективе»	
	Социометрия (Д.Морено)	Анкета «Анализ мотивации деятельности педагогов»	
	Определение удовлетворённости жизнью в школе (А.Д.Андреева)		
<b>Информационные</b>	Организация встреч со специалистами МУЗ ЦРБ	Ознакомление с традиционными и современными системами оздоровления	Заседания родительского комитета
	Тематические классные часы	Самообразование педагогов по проблеме	Родительские собрания
	Внеклассные мероприятия (ученические конференции, диспуты, конкурсы)		
<b>Психопрофилактические</b>	Проведение комплекса реабилитационных мероприятий в соляной пещере, инголятории, комнате психологической разгрузки	Тренинги по снятию психоэмоционального напряжения у педагогов и повышение стессоустойчивости педагога, снижение тревожности, агрессии	
<b>Оздоровительные</b>	Формирование и функционирование спецмедгрупп	Обучение приёмам саморегуляции, позволяющим частично нейтрализовать стрессогены	
	Проведение спортивных состязаний		