

Утверждена

на педагогическом совете

Протокол 1 от 30.08.2020

Директор школы

 И.А. Атафоновна



Валеологическая программа
МБОУ «СШ № 83»
на 2020-2025 годы

Содержание:

Раздел I. Паспорт валеологической программы.....	2-3
Раздел II. Анализ ситуации и концептуальные основания создания валеологической программы школы.....	4-11
Раздел III. Формирование культуры здорового образа жизни.....	12-17
Раздел IV. Основные мероприятия по реализации валеологической программы:	
4.1. Обеспечение и укрепление здоровья учащихся.....	18-19
4.2. Обеспечение формирования здоровьесберегающих традиций семьи.....	19-20
4.3. Обеспечение здоровьесберегающей деятельности педагогов...	20
Раздел V. Ожидаемые результаты.....	21
Список использованной литературы.....	22

Раздел I.

Паспорт валеологической программы школы.

Настоящая программа определяет концепцию создания в образовательном учреждении среды, способствующей формированию у участников образовательного процесса культуры здорового образа жизни.

Законодательная база для разработки валеологической программы школы:

1. Конвенция о правах ребенка.
2. Закон «Об образовании».
3. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа».
4. Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации, закон РФ.
5. Санитарно-эпидемические требования к организации общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них продовольственного сырья и пищевых продуктов. СП 2.3.6. 959-00.
6. Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях. СанПиН 2.4.2. 1178-02.
7. Гигиенические требования к инсоляции и солнцезащите жилых и общественных зданий и территорий. СанПиН 2.2.1.\2.1.1. 1076-01.
8. Мебель для учебных заведений. ГОСТ 22046-89.
9. Гигиенические критерии допустимых условий и видов работ для обучения и труда подростков. СанПиН 2.4.6.664-97.
10. Гигиенические требования к естественному, искусственному и совмещенному освещению жилых и общественных зданий. СанПиН 2.2.1.\2.1.1. 1278-03.

Цель программы:

Создание среды, способствующей формированию культуры здорового образа жизни участников образовательного процесса.

Задачи программы:

1. Сохранение и укрепление здоровья учащихся.
2. Обеспечение формирования здоровьесберегающих традиций школы.
3. Обеспечение здоровьесберегающей деятельности педагогов.

Раздел II.

Анализ ситуации и концептуальные основания создания валеологической программы школы

Здоровье детей и подростков в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества и, наряду с другими демографическими показателями, является чутким барометром социально-экономического развития государства.

Об ухудшении состояния здоровья школьников знали и говорили давно, но сегодня проблема стоит особенно остро.

Ухудшение здоровья вызывают многие причины, в том числе и неправильное отношение населения к своему здоровью и здоровью детей. Анкетирование родителей, проведенное в начальной школе в 2016 году показало, что только 10% респондентов поставили здоровье своего ребенка на первое место среди других человеческих ценностей. Основная масса родителей всячески стремится оградить своих детей от физических нагрузок, что так же не способствует укреплению их здоровья.

Год от года возрастают учебные нагрузки. Досуг все чаще отдается просмотру видеофильмов и компьютерным играм, что приводит к гиподинамии, нарушениям осанки и зрения. О росте числа юных курильщиков, массовом потреблении подростками пива, проблеме токсикомании и наркомании и говорить не приходится: раньше все это не носило такого массового характера.

На другой уровень вышла проблема сексуального поведения подростков. Одно из следствий этого - высокий уровень заболеваний, передающихся половым путем, рост числа ВИЧ - инфицированных.

Организм ребенка в силу особенностей своего развития очень чувствителен к воздействию факторов внешней среды, а также дефициту жизненно важных питательных веществ и микроэлементов. Неблагоприятная экологическая обстановка в г. Хабаровске и его пригороде оказывает негативное влияние на здоровье, существенно повышает их заболеваемость и снижает потенциальные возможности образовательного процесса. В районах, отличающихся интенсивной работой промышленных предприятий, среди детей уже дошкольного возраста особенно часто встречаются изменения опорно-двигательного аппарата (деформация скелета, нарушения осанки, плоскостопие, дефекты грудной клетки и др.), а также заболевания пищеварительной, эндокринной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем. У детей и подростков страдает не только соматическое, но и психическое здоровье: возрастает частота задержек психо-речевого развития, неврозов и невротических реакций.

Выдающийся педагог В.А. Сухомлинский справедливо указывал: «Забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя.

От здоровья и жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». Школа - один из первых социальных институтов, с которым сталкивается человек в процессе своего биологического и социального становления. В дальнейшем именно срывы адаптации к тем или иным перипетиям жизни в социуме будут приводить к постепенной утрате человеком того запаса «прочности», которое принято называть здоровьем.

Однако пока ребенок растет и формируется, педагоги, врачи, психологи, администраторы, родители и все, от кого это зависит, должны приложить максимум усилий к тому, чтобы школа не была, перестала быть фактором, вредящим его здоровью, препятствующим его полноценному развитию, а

напротив, была образцом такой среды, которая способствует полному раскрытию задатков человека и в то же время реально готовит его к будущей непростой жизни. Название «Школа здоровья» должно стать анахронизмом, потому что других школ просто не должно быть.

К сожалению, в попытках разрешить проблемы здоровья учащихся, школе не приходится рассчитывать ни на помощь родителей, озабоченных трудностями материального плана, ни на систему государственного здравоохранения.

Физическое, психическое и социальное состояние сегодняшних детей и подростков диктует нам, педагогам, острую и безотлагательную необходимость создания в нашей школе среды, позволяющей сберечь и укрепить здоровье наших учащихся. Ребенок, подросток не заботящийся о своем здоровье, не мотивированный на его сохранение и укрепление, на ведение здорового образа жизни, при всем старании учителей, остаться здоровым в современных условиях жизни не сможет.

Основополагающий документ «Концепция модернизации российского образования», определяет, что «... в целях создания условий достижения нового, своевременного качества общего образования планируется провести оптимизацию учебной, психологической и физической нагрузки учащихся и создать в образовательных учреждениях условия для сохранения и укрепления их здоровья».

С 2005 года анализ параметров здоровья школьников является для нашей школы неотъемлемой частью анализа итогов учебного года. В школе реализуется комплексный план оздоровительных мероприятий и гигиенического воспитания учащихся, результатом чего является стабилизация, а по некоторым показателям и снижение уровня заболеваемости.

Но сегодня назрела острая необходимость создания валеологической программы, которая должна решать следующие **задачи**:

1. Разработка и внедрение в учебно-воспитательный процесс технологий, сберегающих здоровье учащихся, методов профилактики утомляемости, повышения моторной и психологической активности школьников с учетом их индивидуальных и возрастных особенностей.

2. Создание комфортного микроклимата для развития интеллектуальной, эмоциональной и духовной культуры детей, расширения воспитательного пространства.

3. Совместные действия с учреждениями здравоохранения, психологическими службами и т.д.

Анализ физического и психологического самочувствия учащихся нашей школы выявил взаимосвязь между возрастом и состоянием их здоровья: чем старше возраст школьников, тем чаще отдельные недомогания психовегетативного и невропатического характера; тем больше доля ребят, имеющих хронические заболевания; тем сильнее проявляется чувство неуверенности в себе, ощущение одиночества, беспокойства и психологический дискомфорт.

В 2019 году в школе был проведен сравнительный анализ текущего состояния здоровья обучающихся 10-11 классов. Эти результаты мы сравнили с состоянием этих же школьников на момент поступления в первый класс. Полученные результаты неутешительны: число ребят с пониженным зрением увеличилось в 3 раза, с нарушением осанки в 2 раза, со сколиозом – в 5,5 раз.

В течение 2018-2019 учебного года в школе проводилось динамическое наблюдение за состоянием здоровья учеников 1 классов. В качестве критериев для его оценки были взяты четыре нижеперечисленных показателя, по которым можно дать комплексную характеристику состояния здоровья ребенка:

1. Уровень и гармоничность физического развития, динамика этих показателей в течение года.

2. Наличие хронических патологий и частота обострений хронических заболеваний в течение наблюдаемого периода.
3. Частота заболеваний в течение года.
4. Наличие отклонений в функциях опорно-двигательного аппарата и органов зрения.

Таблица 1. Структура заболеваемости обучающихся в 1-х классах

Класс	Кол-во обучающихся	Заболевания желудочно-кишечного тракта	Болезни почек	Функцион. изменения сердечно-сосудистой системы	Заболевания щитовидной железы	ЛОР патологии	Аллергические заболевания
1А	27	4 14,8%	1 3,7%	10 37%	1 3,7%	2 7,4%	3 11,1%
1Б	30	4 13,3%	3 10,0%	6 20,0%	3 10,0%	1 3,3%	3 10,0%
1В	26	5 19,2%	1 3,8%	9 34,6%	4 15,4%	1 3,8%	4 15,4%
ВСЕГО	83	13 15,6%	5 6,0%	25 30,1%	8 9,6%	4 4,6%	10 12,0%

Таблица 2. Состояние здоровья обучающихся в 1-х классах в конце учебного года.

класс	кол-во обучающихся	кол-во обучающихся с отклонениями в физическом развитии		кол-во обучающихся с нарушением осанки		кол-во обучающихся с нарушением зрения		кол-во обучающихся с хроническими заболеваниями	Частота острых заболеваний
		дефицит массы тела	избыток массы тела	на начало года	на конец года	на начало года	на конец года		
1А	27	6 22,2%	6 22,2%	9 33,3%	14 51,8%	4 14,8%	11 40,7%	10 37,0%	12 44,4%
1Б	30	5	7	11	13	5	12	12	19

		16,7%	23,3%	36,7%	43,3%	16,7%	40,0%	40,0%	63,3%
1В	26	3 11,5%	5 19,2%	11 42,3%	14 53,8%	4 15,3%	10 38,5%	9 34,6%	4 15,3%
ВСЕГО	83	14 16,9%	18 21,7%	31 37,3%	41 49,4%	13 15,7%	33 39,7%	31 37,3%	35 42,1%

Таблица 3. Распределение обучающихся в 1-х классах по группам здоровья

Класс	Кол-во обучающихся	Кол-во обучающихся с 1-й гр.здоровья	Кол-во обучающихся с 2-й гр.здоровья	Кол-во обучающихся с 3-й гр.здоровья
1А	27	11 40,7%	9 33,3%	7 25,9%
1Б	30	12 40,0%	10 33,3%	8 26,6
1В	26	12 46,1%	8 30,7%	6 23,0%
ВСЕГО	83	35 42,2%	27 32,5%	21 25,3%

Анализ полученных данных о состоянии здоровья первоклассников позволяет сделать следующие выводы:

- Состояние здоровья детей, обучающихся в 1-х классах школы в 2018-2019 году, следует признать неудовлетворительным ввиду преобладания среди них учеников, отнесенных ко 2-й и 3-й группам здоровья, большого количества ребят, подверженных хроническим заболеванием, с дисгармонией в развитии.
- Ухудшение здоровья детей за учебный год произошло в основном за счет ослабления их зрения. Это свидетельствует о большом объеме зрительных нагрузок и необходимости регулярного контроля остроты зрения в течение учебного года, проведение ежегодных упражнений для глаз, витаминизации питания.

- Большое количество обучающихся с нарушением осанки требует проведения регулярного подбора мебели, широкого применения массажа, лечебной физкультуры
- Выявленные проблемы побуждают учителей освоению методов контроля за состоянием здоровья детей.

Проведенные в школе исследования показали, что чем меньше учитываются возможности детского организма при организации различных видов деятельности, чем длительнее напряжение и большие утомление ученика, тем чаще недомогания ребят переходят в болезнь.

В процессе взросления проявляется еще один фактор, негативно влияющий на образ жизни детей и, как результат, на состояние их здоровья. Это вредные привычки, прежде всего курения и употребление алкоголя.

Таким образом, среди причин ухудшения состояния здоровья школьников можно выделить следующие:

I. Социально-экономические, вследствие которых многие семьи не в состоянии обеспечить необходимый уход за детьми.

II. Увеличение учебной нагрузки.

III. Недостаточная адаптация учебного процесса к индивидуально-психофизиологическим особенностям детей.

Для того чтобы улучшить состояние здоровья учеников, необходимо объединение усилий педагогов, врачей и родителей.

Не вселяет оптимизма и анализ состояния здоровья учителей школы. Он свидетельствует о нарастании психосоматических нарушений у педагогов. Среди соматических заболеваний наиболее часто встречаются заболевания сердечно - сосудистой системы, которые являются следствием длительного эмоционального перенапряжения. Растет невротизация педагогической среды. На формирование

неврозов влияет прежде всего длительные эмоциональные стрессы, свойственные педагогическому труду.

К сожалению, здоровье не занимает пока приоритетного места в иерархии потребностей педагогов. На сегодняшний день можно говорить об отсутствии валеологической культуры педагогов. Для обеспечения сохранения и укрепления здоровья субъектов образовательного процесса необходимо реализовать в программе развития школы три **направления**:

- 1)Обеспечение и укрепление здоровья учащихся.**
- 2)Обеспечение формирования здоровьесберегающих культурных традиций семьи.**
- 3)Обеспечение здоровьесберегающей деятельности педагогов.**

Раздел III.

Формирование культуры здорового образа жизни.

Учитывая, что нарушения в состоянии здоровья учащихся часто являются причиной трудностей в усвоении учебного материала, все усилия медицинского персонала (медицинский работник школы и привлеченные специалисты) и преподавателей следует направить на устранение из жизни школы тех факторов, которые вызывают эти нарушения или способствуют их возникновению. Необходимо использовать возможности школы для обеспечения детей и подростков должным уровнем знаний, умений навыков и сохранения их здоровья.

Ведущие направления этой деятельности - рациональная организация учебного процесса в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями. Они предусматривают увеличение двигательной активности учащихся не только за счет трех уроков физической культуры, но и активных пауз в режиме учебного и продленного дня, динамических перемен, спортивно-

массовой работы во внеурочное время. Важным пунктом этой работы является рациональное питание учащихся.

Система воспитательной работы должна быть направлена на формирование ценностей здоровья и здорового образа жизни. В связи с этим проектирование здоровьесберегающей образовательной среды школы мы рассматриваем в качестве важнейшего элемента работы по формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся. Необходимым условием здоровьесбережения является творческий характер образовательного процесса. Включение ребенка в творческий процесс не только природообразно, но и служит реализации той поисковой активности, от которой зависит развитие человека, его адаптационный потенциал, способствует достижению цели работы школы - развитию личности учащегося. Кроме того, снижает вероятность наступления утомления.

В этом аспекте важный принцип здоровьесбережения состоит в оценке учителем того, какой ценной для здоровья конкретный учащийся, с учетом всех его индивидуальных особенностей и состояния здоровья, должен расплатиться за полученные на уроке знания, умения, навыки.

«Цена обучения для здоровья» - вот тот критерий, который при использовании здоровьесберегающих технологий служит учителю мерилom допустимости тех или иных педагогических воздействий.

При планировании работы школы с усилением внимания к вопросам здоровьесбережения необходимо продумать четкую систему отслеживания всего комплекса показателей, отражающих воздействие инноваций на состояние здоровья учащихся. То есть должен проводиться **комплексный мониторинг** по трем взаимодействующим направлениям:

- 1) Динамика состояния здоровья (статистика, объективные показатели, самооценка).
- 2) Динамика психофизиологических показателей (включая оценку утомления, настроения, уровня стресса, напряжения и т.п.).

3)Изменения психолого-педагогических характеристик (успеваемости, поведения работоспособности, отношения к учебе и др.).

Важно отслеживать те корреляции, которые позволят сделать вывод о цене для здоровья, которой оплачиваются учащимся успехи в школьной и внешкольной деятельности (кружки, секции, компьютер, хобби).

Обязательным элементом здоровьесберегающей организации урока в соответствии с современными требованиями являются физкультминутки, физкультпаузы.

К основным требованиям к уроку с позиции здоровьесбережения следует отнести:

1. Обстановка гигиенические условия в классе (кабинете).
2. Количество видов учебной деятельности.
3. Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности.
4. Количество видов преподавания.
5. Чередование видов преподавания.
6. Наличие и выбор методов, способствующих активизации инициативы и творчества самовыражения самих учащихся.
7. Место и длительность применения ТСО.
8. Поза учащихся, чередование позы.
9. Наличие, место, содержание и продолжительность оздоровительных моментов на уроке.
- 10.Наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни, демонстрация, прослеживание этих связей.
- 11.Наличие мотивации деятельности учащихся на уроке.
- 12.Психологический климат на уроке.
- 13.Наличие на уроке эмоциональных разрядок.

В конце урока следует обратить внимание на следующее:

- плотность урока;
- момент наступления утомления учащихся и снижения их учебной активности;
- темп окончания урока.

Методология воспитания культуры здоровья школьников основана на:

- обеспечении их грамотности в вопросах здоровья;
- формировании мотивации на ведение здорового образа жизни;
- воспитании ответственности за собственное здоровье и здоровье своих близких.

Необходимый **уровень грамотности** (знаний, умений, навыков), т.е. обучение здоровью, может быть обеспечен как путем интеграции вопросов здоровья в содержании большинства школьных программ (в первую очередь - ОБЖ, биологии, физкультуры), так и путем введения специального предмета - культура здоровья или валеологии. Лучше всего сочетать эти варианты, поскольку опыт показывает, что, будучи растворены в содержании разных учебных предметов, вопросы здоровья так и остаются на задворках сознания. Здоровье - слишком важная проблема, чтобы жалеть на ее изучение хотя бы 1 час в неделю.

Уроки здоровья дадут желаемый результат, если будут проводиться не только (и не столько) в традиционной форме классно-урочной системы, сколько в форме уроков-тренингов, уроков-дискуссий, видеопросмотров с последующим обсуждением, практических занятий и т.д. Тогда этот предмет, во-первых, не будет создавать дополнительной нагрузки на школьников и может быть вынесен за рамки лимитированных часов, так же как и физкультура; во-вторых, станет мостиком между знаниями, получаемыми в школе и необходимыми в реальной жизни. При этом интеграция вопросов здоровья в другие предметы должна сохраниться, усиливая содержательные связи в сознании учащихся.

Наряду с обучением здоровью, более серьезной и значительной, на наш взгляд, является проблема **воспитания ответственности за собственное**

здоровье и мотивации на ведение здорового образа жизни. Основным проводником воспитательных воздействий здесь также остается каждый учитель: от его примера к своему здоровью, фиксации этих вопросов в том или ином контексте, участия в общешкольных мероприятиях, посвященных вопросам здоровья и т.д., зависит, в конечном счете, результат всей воспитательной работы школы по проблеме здоровья.

Особые задачи стоят перед преподавателями профильных дисциплин (ОБЖ, физкультуры, биологии), классными руководителями и учителями начальных классов, школьными психологами и социальными педагогами. Основная же ответственность за успех всей работы по формированию культуры здоровья принадлежит администрации школы.

Хорошие результаты даст включение таких **факультативных курсов**, как «Психология здоровья» и «Культура здоровья». При этом необходимо учитывать, что в каждом классе необходимо проводить программу, адресованную именно данной возрастной группе. Вся работа по **предупреждению вредных привычек и наркозависимости** должна проводиться целенаправленно и последовательно, с преемственностью от первого до выпускного класса:

- в начальной школе** акцент в этой работе следует делать на воспитании полезных привычек;
- в 6-7 классах** - на предупреждение табакокурения;
- в 8-9 классах** - на профилактике употребления алкоголя;
- 10-11 классах** - на предупреждение употребления наркотиков.

Основными **формами и методами работы** должны стать учебные игры, тренинги, дискуссии, просмотр и анализ видеофильмов, упражнения по тематике психологии здоровья.

Внеурочная здоровьесберегающая деятельность.

Уже сегодня большое внимание мы уделяем двигательной активности учащихся. Для этого помимо уроков физкультуры проводятся: 10 - минутная гимнастика для всех учащихся перед первым уроком; физкультминутки на уроках; подвижные игры для учащихся начальной школы на переменах; спортивные часы для ГПД и ГОЛ.

Ребята принимают активное участие в выставках рисунков, плакатов, фотовыставках, конкурсах компьютерных открыток, творческих работ учащихся.

Традицией должны стать проведение Дней здоровья, предметных недель, школьных олимпиад, конкурсов чтецов, посвященных здоровому образу жизни.

Занятия в кружках, секциях способствуют снятию усталости. Дети положительно относятся к дополнительной нагрузке, чувствуют ее оптимальную дозировку. Ребята учатся рационально распределять свое свободное время, становятся организованными и ответственными. При этом сохраняется и укрепляется здоровье. Традицией в школе стали поездки в театр, музей, центр реабилитации диких животных, организация праздников, круглых столов, спортивных соревнований «Папа, мама, я - спортивная семья».

Работа по формированию здоровьесберегающего пространства школы должна предусматривать и **работу с родителями учащихся.**

Тематика общешкольных и классных родительских собраний, индивидуальных бесед, общешкольных мероприятий для мам и пап должна касаться как вопросов питания, так и сохранения нравственного, психологического и физического здоровья их детей.

Раздел IV.

Основные мероприятия по реализации валеологической программы школы

Направления	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	2	3	4
Обеспечение сохранения и укрепления здоровья учащихся	1. Обследование детей, поступающих в школу. Выделение учащихся группы «риска» и больных ребят.	Весь период	Врач, фельдшер, кл. руководители
	2. Создание валеологической программы школы на период 2020-2025 года	август 2020 г.	Директор, творческая группа
	3. Формирование состава валеологической бригады	август 2020 г.	Администрация школы
	4. Создание банка данных о состоянии здоровья учащихся	2020 - 2025 г.г.	Валеологическая служба
	5. Рейды по контролю за соблюдением санитарных норм: столовая, учебные кабинеты, туалеты	1 раз в четверть по отдельному плану	Администрация, валеологическая бригада
	6. Планирование тематических классных часов о здоровом образе жизни и по профилактике заболеваний.	в начале каждого года не реже 1 раза в месяц	Зам по ВР, кл. руководители
	7. Проведение бесед по профилактике алкогольной и наркотической зависимости среди учащихся. Кинолекторий.	1 раз в полугодии	Медицинские работники
	8. Введение в учебный план школы курсов (факультативных, элективных) по валеологии, основам здорового образа жизни и рациональному питанию.	2020-2025 гг.	Директор, учителя биологии, медицинские работники школы

	9. Расширение сети спортивных секций, организация секций по футболу, туризму, баскетболу.	в начале каждого учебного года	Учителя физкультуры
	10. Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (физкультурные паузы, подвижные перемены), а также часов здоровья.	С 2020 г.	Учителя, воспитатели ГПД, классные руководители
	11. Организация общешкольных Дней здоровья.	2 раза в год	Зам. директора по ВР, учителя физкультуры, классные руководители
	12. Проведение конкурса на самый спортивный класс.	Ежегодно в мае	Зам. директора по ВР, учителя физкультуры,
	13. Регулярно проведение спортивных соревнований и праздников на всех ступенях обучения.	Весь период	Учителя физкультуры, классные руководители
	14. Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся	Весь период	Администрация школы, работники поликлиники № 15
	15. Разработать программу «Здоровый образ жизни» (в рамках введения ФГОС).	2020-2021 г.	Валеологическая служба
Обеспечение формирования здоровьесохраняющих культурных традиций семьи	1. Организация семейного клуба «Здоровье»	2020-2025 год	Администрация школы, родительский комитет
	2. Проведение лекций, родительских собраний, конференций, посвященных возрастным особенностям обучающихся, проблемам	Весь период по отдельному плану.	Администрация, заместители директора, врач.

	наркозависимости и здоровья.		
	3.Регулярное проведение общешкольного праздника «Мама, папа, я - спортивная семья»	Весь период	Зам. по ВР, учителя физкультуры.
Обеспечение здоровьесохраняющей деятельности педагогов	1.Организация и проведение валеологического всеобщего для педагогов.	Весь период	Валеологическая служба
	2.Организация работы клуба «Здоровье»	в начале каждого учебного года	Администрация школы, учителя физкультуры
	4.Организация и проведение психологических семинаров -тренингов, семинаров личностного роста для педагогов.	Весь период	Валеологическая служба
	5.Создание комнаты «психологической разгрузки»	2020 год	Администрация школы
	6.Проведение профилактических медицинских осмотров педагогов	Ежегодно	Администрация школы, врач

Раздел V.

Ожидаемые результаты.

В результате реализации валеологической программы школы, стратегической целью которой является создание среды, способствующей формированию здорового образа жизни участников образовательного процесса, мы надеемся получить следующие результаты:

1. Воспитательно-образовательная деятельность всех педагогических работников носит здоровьесберегающий характер.
2. Обеспечено формирование здоровьесберегающих традиций школы.
3. Обеспечено формирование здоровьесберегающих традиций семьи.

4. В школе создана среда, способствующая формированию культуры здорового образа жизни, сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса.

Использованная литература:

1. И.А. Атаулов, М.М. Масленников «Санитарно-гигиеническое обеспечение обучающихся и работников образовательных учреждений». Методические рекомендации.
2. Н.К. Смирнов «Здоровьесберегающие технологии и психология здоровья в школе» - издательство «Аркти», М.: 2005 г.
3. Багнетова Е.А. «Валеология», М.: 2004г.
4. Тихомирова Л.Ф. «Деятельность учреждений образования по охране и укреплению здоровья» - Ярославль, 2005 год.
5. Л.М. Митина и др. «Профессиональная деятельность и здоровье педагога» - М.: 2005 год.
6. Реан А.А., Коломинский Я.Л. «Социальная педагогическая психология» - СПб., 2000 год.
7. «Инновационные процессы по охране здоровья детей и подростков в образовательных учреждениях» - Ярославль, 2007 г.
8. О.В. Белоножкина, Г.В. Егунова и др. «Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе» - Волгоград, 2005г.
9. В.К. Григорова «Педагогика развития» - Хабаровск, 2001г.
10. «Содействовать укреплению и безопасности жизнедеятельности учащихся - повышать качество жизни» - Хабаровск, 2010г.