

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа-интернат № 576  
среднего общего образования с углублённым изучением предмета физическая культура Василеостровского  
района г. Санкт-Петербург



## *Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников-спортсменов*

199155, г. Санкт-Петербург,  
переулок Каховского дом 2, лит.Б, пом. 1Н, 2Н, 3Н  
Тел.: (812) 350-78-82  
e-mail: [internat576@yandex.ru](mailto:internat576@yandex.ru)  
<http://www.school-internat576.ru/>  
**Директор: Скарлыгина Наталья Вячеславовна**

Санкт-Петербург  
2018-2019 гг.

Здоровье — один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. Именно здоровье людей должно служить главной «визитной карточкой» страны. Если мы не будем, заботясь о своем здоровье, — у нас не будет будущего. Будущие нашей страны — счастливые дети. Лучший способ сделать детей счастливыми — сделать их здоровыми! Поэтому важно с раннего детства прививать навыки здорового образа жизни.

Местом формирования здоровья ребенка сегодня является, к сожалению, не семья, где опыт родителей часто недостаточен, не медицинские учреждения, занимающиеся болезнями и больными детьми, а система образования. Но школа, без помощи родителей и медицинских учреждений не сможет решить проблемы сохранения здоровья детей и привития навыков здорового образа жизни. Мы сможем решить эти проблемы только сообща.

Основная задача современной школы — обеспечить комфортную среду для всех участников образовательного процесса, которая способствует сохранению и укреплению здоровья. Школа – это учреждение, в котором деятельность по охране здоровья учащихся и формированию у них мотивации к ведению здорового образа жизни дополняет образовательные задачи и становится не менее приоритетной, чем, обучение русскому языку и математике.

В пакет документов ФГОС впервые вошла Программа формирования ценности здорового образа жизни. Федеральный государственный образовательный стандарт наряду с решением образовательных задач ориентирован на создание развивающей образовательной среды, гарантирующей охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья обучающихся. Впервые стандарт общего образования предусматривает включение в содержание здорового образа жизни ребенка умений регуляции своей ведущей деятельности – учения, общения, познания, социальной практики – и формулирует требования к формированию у учащихся средств осознанного понимания ценности собственного здоровья.

Ключевая задача ФГОС, зафиксированная в его Концепции и Фундаментальном ядре содержания образования – формирование у учащихся умений самообучения, самовоспитания, саморазвития – как инструмента проектирования учащимися индивидуальных траекторий обучений. Предусматривается развитие у учащихся универсальных учебных действий как средств самостоятельного приобретения в течение жизни знаний о здоровом образе жизни, их обновления и применения в нестандартных жизненных ситуациях.

В нашей школе работает комплексно-целевая программа по здоровьесбережению всех участников образовательного процесса «Школа – лаборатория здоровья» — это разработанный набор актов, процедур и действий, направленных на формирование системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

**Нормативно-правовая база комплексно-целевой программы по здоровьесбережению ГБОУ школы-интерната №576 Василеостровского р-на основывается на:**

*Международные документы:*

- ❖ Концепция ВОЗ «Здоровье для всех» - глобальная стратегия, принятая всеми странами – членами ВОЗ, включая Россию.

- ❖ Международная программа «Формирование ресурсов для эффективного школьного здравоохранения».

*Российские документы:*

- ❖ Национальная доктрина образования РФ (до 2025 г.)
- ❖ Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» (Утверждена Президентом РФ 04.02.2010 г. ПР.-271).
- ❖ Меморандум по итогам круглого стола «Наша новая школа: инновационные вызовы». Опорные точки формирования стратегии «Петербургская Школа - 2020» (Концепция «5И»).
- ❖ Государственная программа РФ «Развитие образования на 2013-2020 г. »
- ❖ ФГОС нового поколения.
- ❖ Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в РФ»

**Цель:**

Подготовка учащихся к жизни в высокотехнологичном конкурентном мире с сохранением собственного здоровья.

**Задачи:**

- Повышение уровня культуры здоровья как компонента общей культуры среди всех субъектов образовательного процесса: учащихся, педагогов, родителей и формирование на ее основе готовности к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья других людей;
- Организация внутренней среды образовательного учреждения, обеспечивающей здоровьесозидающий характер образовательного процесса и личную (коллективную) безопасность учащихся;
- Создание условий, обеспечивающих уменьшение рисков заболеваемости учащихся (воспитанников) наиболее распространенными болезнями детей и подростков, в том числе обусловленными образовательным процессом, ранней спортивной специализацией и социально обусловленными заболеваниями.
- Обеспечение профилактических мероприятий по предупреждению адаптационного срыва у учащихся-спортсменов, восстановительной терапии, по предупреждению и профилактике заболеваний и травм среди юных спортсменов;
- Оздоровление юных спортсменов и населения средствами физической культуры;
- Формирование адаптивных способностей школьников-спортсменов к раскрытию, совершенствованию и приумножению собственных способностей и возможностей в системе культурно-нравственных координат.
- Создание основы для сохранения и улучшения физического и духовного здоровья посредством формирования навыка поддержания оптимальной физической активности в течение всей жизни.
- Увеличение количества элитных спортсменов.

**Сопровождение программы осуществляет школьная служба здоровья**

***Служба здоровья (СЗ):***

**Организационные звенья (ОЗ)**

- медицинское ОЗ: медицинские работники (врач-педиатр, спортивный врач, медсестра);
- валеологическое ОЗ состоит из педагогов, осуществляющих образование обучающихся в области здоровья и здорового образа жизни (преподаватели ОБЖ, биологии, классные руководители, учителя-предметники, воспитатели);
- физкультурно-оздоровительное ОЗ объединяет учителей физической культуры, тренеров-преподавателей, специалистов по ОФП;

- социально-педагогическое и психологическое ОЗ включают в себя педагогов-психологов, спортивных психологов, социальных педагогов;
- информационно-технологическое ОЗ (учитель информатики)

**Функции школьной СЗ:**

1. Построение внутренней среды ОУ, обеспечивающей здоровьесозидающий характер образовательного процесса и безопасность обучающихся и педагогов: наличие общей и оздоровительной инфраструктуры, создание условий для здорового питания, внедрение здоровьесозидающих образовательных технологий, построение научно обоснованного учебного режима, обеспечение двигательной активности обучающихся.

2. Повышение уровня культуры здоровья обучающихся, педагогов, родителей и формирование на ее основе готовности к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья других людей.

3. Углубленная диагностика здоровья и образа жизни обучающихся, разработка рекомендаций по построению индивидуальных образовательных и оздоровительных маршрутов, профилактика травматизма, наркозависимости и других заболеваний, социальная защита и помощь.

4. Систематизация и упорядоченность деятельности ОУ по построению здоровьесозидающей образовательной среды: разработка и реализация программы здоровьесозидающей деятельности ОУ на основе единого мониторинга, подготовка специалистов и педагогического коллектива, обеспечение и координация деятельности и взаимодействия, обобщение и представление опыта.

**Перечень направлений работы:**

<b>Основные направления деятельности Службы здоровья</b>	<b>Мероприятия, рассчитанные на перспективу</b>
1. Организация и проведение диагностики и мониторинга состояния здоровья учащихся и учителей	- ежегодные углубленные медицинские осмотры, выявление отклонений, осмотр специалистами по показаниям здоровья; - анализ состояния здоровья учащихся
2. Организация и создание условий для коррекции здоровья учащихся и педагогов при осуществлении образовательного процесса	- оснащения медицинского кабинета; - охват горячим питанием, организация спортивного питания; - организация питьевого режима как в учебном, так и в спальном корпусе - организация отдыха детей;
3. Проверка организации санитарно-гигиенического режима ОУ; профилактика травматизма.	- постоянный контроль за выполнением санитарных норм; - своевременный ремонт здания и оборудования; - регулярная корректировка инструкций по ТБ
4. Усиление двигательного режима.	- проведение физкультминуток; - программирование двигательной активности школьников-спортсменов на уроках физической культуры

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организация и проведение спортивно-игровых занятия, конкурсов, спартакиад;</li> <li>-приобретение спортивного инвентаря;</li> <li>-индивидуальное программное сопровождение всех нуждающихся детей занятиями ОФП и ЛФК, творческими кружками и спортивными секциями</li> </ul>
5. Социально-психологическое сопровождение учебного процесса.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-проведение психологом тренингов для учителей и психологическое сопровождение учащихся, требующих повышенного педагогического внимания</li> <li>- разработка методических рекомендаций по формированию здорового образа жизни по работе с детьми</li> </ul>
6. Спортивно-оздоровительные мероприятия.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-организация и проведение Дней здоровья, спортивных праздников здоровья и соревнований;</li> <li>-участие в общественных акциях «Я выбираю спорт», «Спорт вместо наркотиков»;</li> <li>- проведение тематических классных часов по пропаганде здорового образа жизни, творческих конкурсов;</li> <li>- организация встреч с врачами-специалистами для учащихся, родителей, педагогов;</li> <li>- участие в городских, всероссийских и международных соревнованиях по различным видам спорта</li> </ul>
7. Школа безопасности	<ul style="list-style-type: none"> <li>-профилактика дорожно-транспортного травматизма;</li> <li>-учебные тренировки по эвакуации во время ЧС;</li> <li>-День защиты детей;</li> <li>-единый информационный день безопасности ребенка</li> </ul>
8. Организация здоровьесберегающего сопровождения учебно-тренировочного процесса	<ul style="list-style-type: none"> <li>Организация работы школьного реабилитационного центра.</li> <li>Организация психолого-педагогического сопровождения всех участников УТП</li> </ul>
9. Оптимизация образовательного процесса и повышение качества образования с учетом «дефицита времени» в условиях тренировочного процесса и соревновательной практики	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проектная деятельность школьников;</li> <li>- проведение бинарных, интегрированных уроков;</li> <li>- применение современных педагогических технологий;</li> <li>- разноуровневое обучение, индивидуальные дом. задания;</li> <li>- организация консультативных часов;</li> <li>- индивидуальный образовательный маршрут;</li> </ul>

	- проведение обязательных образовательных минимумов.
10. Творческая лаборатория здоровья для родителей и выпускников ОУ	- анкетирование; - выбор направлений деятельности; - круглые столы, конференции и т.д. - система шефства и детской тренерской среды. - студенческие мастер-классы в рамках обмена опытом. - «Мама, папа я – спортивная семья». - «Школьная семья» (игры и олимпиады в рамках детской тренировочной среды). - «От поколения к поколению» - игры, которые нас объединяют
11. Социальное партнерство	Сотрудничество с Федерацией хоккея РФ, Федерацией хоккея Санкт-Петербурга, Семинары, мастер-классы при поддержке АППО СПб, ИМЦ Василеостровского р-на и т.д.

## ОПИСАНИЕ ОПЫТА РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

Школа-интернат № 576 с углублённым изучением предмета физическая культура – это уникальное учебное учреждение, включающее в свою систему детский сад, общеобразовательную школу, интернат для иногородних воспитанников, детско-юношескую школу олимпийского резерва по хоккею «Динамо» Санкт-Петербург.

История школы-интерната началась в 1956 году. Сначала здесь обучались дети военных, проходящих службу за границей, а город направлял сюда лучших педагогов, рассматривая каждую кандидатуру в Обкоме комсомола. Затем в школе-интернате обучались дети из социально незащищенных семей. Особое внимание в воспитательной программе школы-интерната уделялось военно-патриотическому воспитанию и физическому развитию учащихся.

В 2001-2002 учебном году совместно с СДЮСШОР по хоккею с шайбой "Спартак" в школе-интернате были открыты два спортивных класса, в которых юные хоккеисты получили возможность совмещать образование и тренировочный процесс без потерь. В 2002 году на территории школы-интерната было завершено строительство спортивного комплекса: открыт тренировочный крытый каток, поле для мини-футбола с искусственным покрытием, волейбольно-баскетбольная площадка. В 2003 году, в результате слияния школы-интерната № 7 (пер. Каховского, д.2) и детско-юношеской спортивной школы олимпийского резерва (СДЮСШОР) по хоккею с шайбой "Спартак" (пр.Кима, д.24), приказом Комитета по образованию Санкт-Петербурга была образована школа-интернат № 576. Начиная с 2003-2004 учебного года, количество спортивных классов в школе-интернате №576 возросло сначала до четырех, а на следующий год и до десяти. Впервые в городе в два спортивных класса был осуществлен набор хоккеистов-первоклассников. Таким образом, был создан полноценный образовательно-тренировочный цикл.

Сегодня школа является лучшей из хоккейных в Санкт-Петербурге, а модель учреждения является единственной в России. Уникальность учебно-спортивного комплекса заключается в том, что учебный корпус, крытый каток, спальня корпус, раздевалки для всех четырнадцати хоккейных команд, футбольное поле, баскетбольная и игровая площадки, тренажерные залы, легкоатлетический комплекс, медицинский центр расположены на одной территории. Воспитанники окружены постоянным вниманием со стороны высококвалифицированных учителей, воспитателей, тренеров.

Программа развития материально-технической базы учреждения реализуется при активной поддержке Правительства Санкт-Петербурга и администрации Василеостровского района.

Все корпуса школы отреставрированы, проведен высокоскоростной интернет, позволяющий повысить эффективность образовательного процесса, закуплен спортивный инвентарь и тренажеры последнего поколения, мебель для жилых комнат учащихся и для классов, выделено финансирование обновления интерактивного, компьютерного и иного оборудования. Приобретен автобус для перевозки детей на соревнования. Сбалансированное пятиразовое питание обеспечивает оснащенный всем необходимым оборудованием пищеблок и уютная столовая.

Новый Закон об Образовании ставит перед учебным заведением задачу создания условий для непрерывного образования детей. В связи с этим, школа открыла отделение дошкольного образования Детский сад «Льдинка», где более шестидесяти детей смогут получать спортивную подготовку и общее развитие шестидесяти юных хоккеистов, для организации и проведения тренировок которых задействована вся спортивная структура и автохозяйство школы-интерната.

Спортивная детско-юношеская школа олимпийского резерва по хоккею «Динамо» Санкт-Петербург - это школа, где готовят профессиональных спортсменов – хоккеистов. В самом названии заложена главная задача образовательной организации: подготовить молодых спортсменов, способных успешно выступать на юниорских соревнованиях самого высокого уровня, а впоследствии – и на профессиональных международных соревнованиях и олимпиадах. Эти задачи ставит перед собой и уверенно решает спортивная школа «Динамо».

Важным достижением школы-интерната и ее структурного подразделения стало то, что в 2013 году на базе учреждения был возрожден легендарный хоккейный клуб «Динамо Ленинград», открыта профессиональная молодежная и женская команда мастеров «Динамо» Санкт-Петербург, единственная в Северо-Западном Федеральном округе. Основу этих команд составляют воспитанники спортивной детско-юношеской школы «Динамо» Санкт-Петербург, ученики и выпускники школы-интерната № 576.

Динамичное развитие школа-интернат показывает не только в спортивных достижениях, но и в образовании. Все ученики имеют высокую мотивацию в подходе к изучению важнейших предметов. Заслуга в этом принадлежит учителям, способным вовлечь в учебный процесс каждого ребенка. Молодой, сплоченный, энергичный коллектив школы находит возможность и время донести необходимую информацию до учащихся, занимающихся профессиональным спортом, таким образом, чтобы учеба стала неотъемлемой частью жизни. С каждым годом школа-интернат выпускает все больше медалистов, практически все выпускники поступают на бюджетные места в самые престижные ВУЗы города.

Школа также занимает активную социальную позицию. На базе учреждения проводятся хоккейные турниры для спортсменов всех возрастов, семинары, встречи со знаменитыми спортсменами, ветеранами Великой Отечественной Войны, блокадниками. Воспитанники дают мастер-классы в дворовых ледовых коробках и на городских мероприятиях, посещают детские дома, поддерживают детский онкологический центр. Инфраструктура учреждения позволяет взять на себя ответственность по созданию команды для спортсменов с ограниченными возможностями здоровья.

Деятельность школы-интерната направлена на достижение главной цели – гармоничного развития ребенка и сохранения его здоровья. Ученики школы-интерната должны быть сильными, здоровыми, любить спорт и иметь возможность им заниматься, уметь постоять за себя и за своих близких, отстаивать честь Родины на соревнованиях самого высокого уровня. Задача данного учебного учреждения – обеспечить все необходимые для этого условия.

### **Постановка проблемы**

Вопрос ЗОЖ школьников-спортсменов является актуальным. Сложившееся представление о ведении здорового образа жизни с помощью занятий спортом как бы предполагает, что спортсмен всегда здоров. Однако, спорт это тот вид деятельности, который требует от человека максимального напряжения физических и психических сил. Поэтому многие спортсмены быстро заканчивают свою

профессиональную деятельность, но и начинают ее достаточно рано. Не смотря на все достоинства занятий спортом, мы считаем уместным выделить проблему отношения между спортивной деятельностью и ее влиянием на здоровье человека, особенно это касается спорта высших достижений. По нашему мнению, сложившийся стереотип – спорт=ЗОЖ не совсем адекватный. Профессиональный спорт не является средством укрепления и сохранения здоровья.

Спортивная деятельность юных хоккеистов с учетом ранней специализации непременно должна осуществляться на основе здоровьесберегающего подхода.

**Этапы реализации программы:**

- I.** Подготовительный – анализ сложившейся ситуации и разработка программы (2016 год)
- II.** Основной – реализация программы (2016-2018 годы)
- III.** Заключительный – подведение итогов, анализ проделанной работы (2019 год)

**1. Обеспечение комплексной безопасности и комфортных условий в школе для занятий спортом, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни школьников**

Цель: формирование, укрепление и сохранение здоровья школьников на основе поддержания материально-технической базы образовательного учреждения и рациональной организации образовательного процесса в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами и правилами.

Содержание работы:

- школьная территория: площадь и гигиенически рациональное зонирование и озеленение земельного участка школы; наличие игровой и спортивных площадок;
- школьное здание: оборудование спортивных залов, кардио и тренажерного залов в соответствии с гигиеническими требованиями, обеспечение помещений спортивного комплекса необходимыми параметрами микроклимата; освещенность рабочих мест обучающихся привести в соответствие с гигиеническими требованиями, обеспечение обучающихся учебной мебелью, соответствующей их росту;
- материально-техническое оснащение школы игровым и спортивным оборудованием и инвентарем;
- эстетизация среды образовательного пространства.

<b>Мероприятия программы</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственные</b>
Озеленение школьной территории, рациональное распределение площади школьной территории – оборудование зон активного и тихого отдыха.	В течение учебного года	Директор школы Учитель биологии Классные руководители Воспитатели
Обеспечение температурного и светового режима в классных помещениях, коридорах школы, помещениях физкультурно-спортивного комплекса и спального корпуса.	В течение учебного года	Директор школы Зам. директора по АХР Заведующие кабинетами Воспитатели Медсестра
Эстетизация среды образовательного пространства: эстетичное оформление холла школы, коридоров, классных помещений, спальных помещений,	В течение учебного года	Директор школы Зам. директора по АХР Заведующие кабинетами Классные руководители



столовых, игровых комнат.		Воспитатели
Обеспечение учебной мебелью, размеры которой соответствуют росту учеников.	В течение учебного года	Директор школы
Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм.	В течение учебного года	Директор школы Зам. директора по УВР Классные руководители
Обеспечение необходимым спортивным инвентарем физкультурно-спортивного комплекса.	В течение учебного года	Директор школы
Функционирование системы пожарной безопасности.	В течение учебного года	Директор школы Педагог – организатор ОБЖ
Создание безбарьерной среды.	В течение учебного года	Директор школы Зам. директора по АХР
Организация профилактических мероприятий по безопасности жизнедеятельности	В течение учебного года	Зам. директора по УВР Педагог – организатор ОБЖ Классные руководители

## **2. Организация спортивно-массовой работы.**

Цель: организация и совершенствование спортивно-массовой работы в школе, пропаганда здорового образа жизни, внедрение олимпийского образования, укрепление здоровья обучающихся, повышение их работоспособности и спортивного мастерства.

Содержание работы:

- разработка нормативной базы для проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;
- привлечение обучающихся, их родителей и педагогов к занятиям физической культурой и спортом;
- воспитание у детей и подростков устойчивого интереса к систематическим занятиям физической культурой, спортом, туризмом, к здоровому образу жизни;
- организация и проведение массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий в школе в рамках школьной спартакиады.

## **3. Организация здоровьесберегающей среды в ОУ**

### **3.1. Диагностика и мониторинг состояния здоровья обучающихся**

Цель: определение уровня здоровья учеников, выявление негативного влияния школьного обучения на состояние здоровья обучающихся.

Содержание работы:

- мониторинг здоровья по результатам диспансеризации;
- анкетирование родителей и учащихся;
- антропометрия всех обучающихся;
- врачебно-педагогические наблюдения на уроках физической культуры;

- самоанализ (дневник самонаблюдений)

### **3.2. Профилактическая работа**

Цель: отслеживание санитарно-гигиенических условий проведения урочной и внеурочной деятельности и изменение их в лучшую сторону.

Содержание работы:

- организация рационального питания;
- контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм, температурного режима, режима проветривания;
- профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата;
- профилактика простудных заболеваний;
- бассейн;
- лечебная физкультура;
- физкультминутки;
- санитарно-просветительская работа.

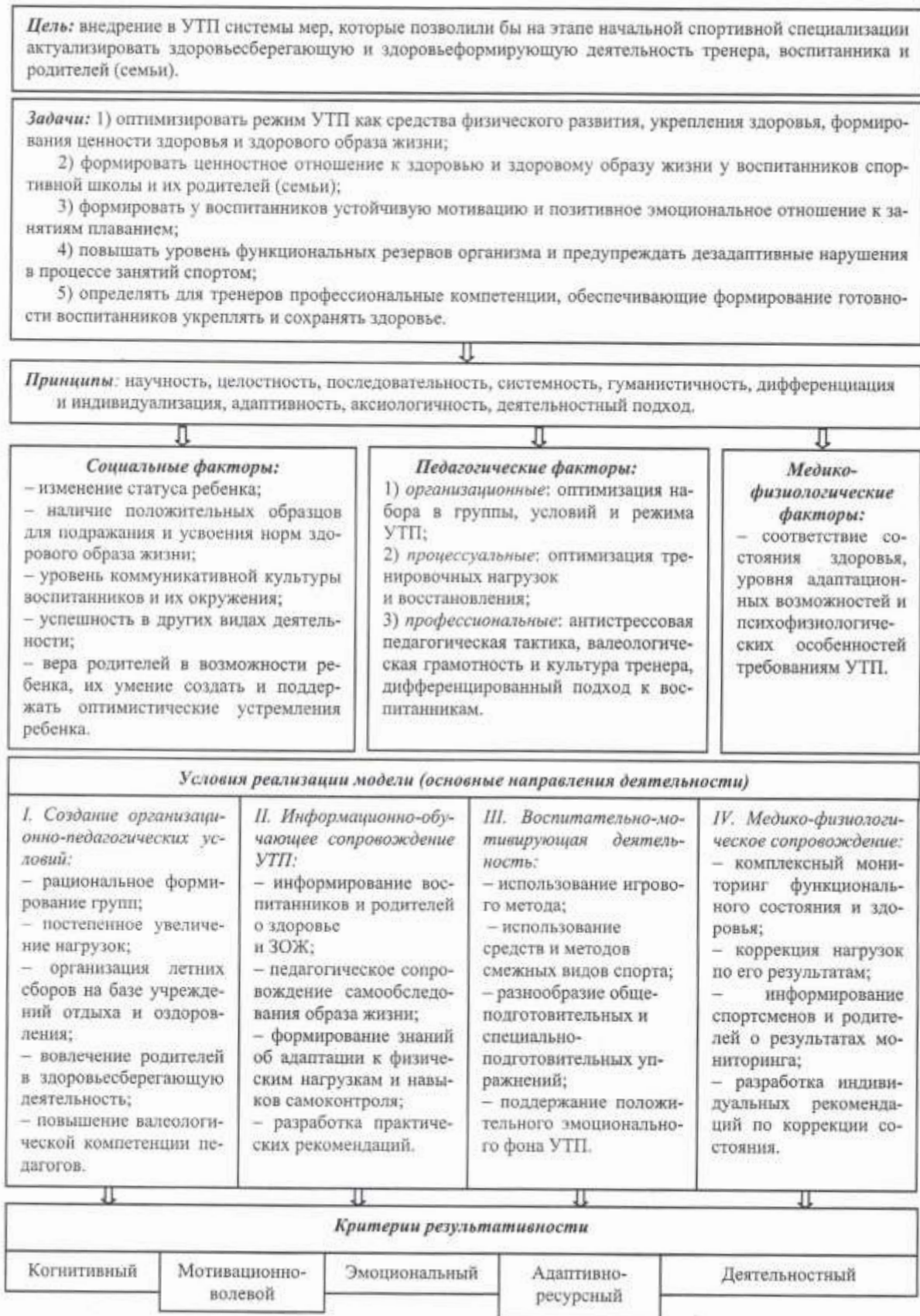
### **3.3. Формирование навыков здорового образа жизни обучающихся**

Цель: развитие психофизически, духовно и социально здоровой личности школьника, владеющей теоретическими и практическими умениями и навыками сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья окружающих.

Содержание работы:

- формирование у школьников знаний о здоровом образе жизни;
- формирование у школьников чувства ответственности за сохранение здоровья;
- развитие и укрепление здоровья школьников;
- воспитание потребности самостоятельно заниматься физической культурой и спортом;
- профилактика вредных привычек.

#### 4. Организация здоровьесберегающего сопровождения учебно-тренировочного процесса



5.

## **5. Информационно-просветительская деятельность.**

**Цель:** организация информационной деятельности по формированию навыков здорового образа жизни.

**Содержание работы:**

- организация информационной деятельности, пропагандирующей ЗОЖ школы на школьном сайте и в школьной газете;
- Оформление информационных стендов

## **6. Научно-методическое и информационное обеспечение**

**Цель:** комплектование научной, методической и информационной базы ОУ.

**Программные мероприятия:**

- Организация и проведение семинаров для специалистов в области здоровьесбережения, физической культуры и спорта;
- подготовка материалов и информации по вопросам здоровьесбережения, физической культуры и спорта для размещения на официальном сайте школы;
- оптимизация образовательного процесса с учётом тренировочно-соревновательной практики учащихся;
- организация работы по направлению «Здоровый образ жизни»;
- разработка рабочих программ для уроков физической культуры;
- публичное представление собственного педагогического опыта специалистами ОУ в форме открытых уроков, мастер-классов;
- создание методической литературы, обобщение педагогического опыта, накопленного в рамках ОУ;
- сотрудничество с региональными и федеральными СМИ;
- взаимодействие с Федерацией хоккея Санкт-Петербурга, Федерацией хоккея России, Комитетом по спорту Правительства Санкт-Петербурга;
- участие в профессиональных конкурсах;
- плановая аттестация педагогических работников;
- прохождение педагогами и тренерами курсов повышения квалификации;
- участие в научно-практических конференциях, семинарах-совещаниях, способствующих повышению педагогического мастерства учителей, тренеров-преподавателей.

## **7. Развитие инфраструктуры ОУ и материально-техническое обеспечение**

**Цель:** совершенствование и модернизация спортивно-образовательной инфраструктуры ОУ.

**Программные мероприятия:**

- реконструкция крытого ледового катка;
- реконструкция и установка дополнительных раздевалок;
- капитальный ремонт учебного и спального корпусов;
- составление проекта и сметы на строительство бассейна (небольшого);

- ремонт инженерных коммуникаций ледового катка;
- замена искусственного покрытия футбольного поля;
- ремонт игровой баскетбольной площадки;
- приобретение школьного автобуса для хоккейной команды;
- приобретение методической литературы и пособий, технических средств для учебно-тренировочной работы на льду и вне льда, хоккейного инвентаря для команд, участвующих в Первенстве России, оргтехники;
- проведение инвентаризации и осуществление технического контроля за помещениями, предназначенных для занятий физической культурой и спортом, спортивных сооружений;
- приобретение оборудования и инвентаря для оснащения спортивного зала, школьных спортивных площадок, для организации спортивной работы в летнем оздоровительном лагере.

## **8. Медико-профилактическое сопровождение**

**Цель:** проведение комплексных мероприятий, направленных на поддержание и сохранение уровня здоровья учащихся.

### **Программные мероприятия:**

- приобретение для медицинского кабинета современного оборудования (ЭКГ-аппарат, миостимулятор для лечения спортивных травм, Денос-аппарат (физиотерапевтический аппарат для лечения спортивных травм), кварцевый аппарат физиотерапии, аппарат для обеззараживания воздуха, электронные весы, кулер, копировальная техника, мебель для приемного кабинета);
- проведение регулярного медицинского осмотра обучающихся;
- комплектование медицинских аптечек в кабинетах, спортивных залах, на ледовом катке;
- проведение вакцинации учащихся;
- организация оздоровительных летних сборов;
- диспансеризация учащихся;
- диагностика и мониторинг состояния здоровья учащихся;
- организация медицинского контроля во время проведения соревнований.

## **9. Психодиагностическая и психолого-профилактическая работа**

**Цель:** создание психологически благоприятной атмосферы ОУ.

### **Программные мероприятия:**

пополнение фонда психодиагностических методик;

- оборудование зоны психологической разгрузки (светильники, аквариум, система затемнения окон и др. по мере финансирования);
- организация психопрофилактической работы с сотрудниками и учениками;
- обучение методам медитации, релаксации, аутогенной тренировки и навыкам бесконфликтного общения;
- обучение методам мобилизации в стрессовой ситуации в условиях интенсивной соревновательной практики по запросу.

## План работы

### Мероприятия для учащихся:

Уровень, формат, название мероприятия	Дата проведения	Категория слушателей	Ответственные, контакты
Проведение инструктажа по безопасности жизнедеятельности	Сентябрь	1-11 классы	Педагог-организатор по ПДДТТ Крупнова Е.А. Кл.руководители
Профилактические беседы на тему «Пожаробезопасное поведение в быту»	Сентябрь	1-11 классы	Классные руководители
Проведение бесед по теме «Безопасное поведение в школе»	Сентябрь	1-11 классы	Кл.руководители
Проведение бесед по ПДД	Сентябрь	1-11 классы	Педагог-организатор по ПДДТТ Крупнова Е.А.
Проведение тренировок хоккейных команд	По графику постоянно	1-11 классы	Тренеры
Практическая тренировка по эвакуации на случай возникновения пожара.	Сентябрь	1-11 классы	Педагог-организатор ОБЖ Обухов А.М.
Участие в районных соревнованиях «Президентских играх и состязаниях»	Согласно календарю  Сентябрь - апрель	5 – 11 классы	Учителя физкультуры
Сдача нормативов комплекса ГТО:	3.10  8.10	4а, 4б классы  10а, 10б, 10в классы	Учителя физкультуры
Проведение физкультминуток на уроках	Постоянно	1-9 классы	Учителя
Лекции и просветительские беседы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Личная гигиена</li> <li>• Как правильно питаться</li> <li>• Наше здоровье в наших руках</li> <li>• Как устроен человек</li> <li>• Береги зрение смолоду</li> <li>• Чтобы зубы не болели</li> <li>• Безопасность пищевых продуктов</li> </ul>	Сентябрь – май  1 раз в четверть	1 класс 2 класс 3 класс 4 класс	Классные руководители

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседы о вредных привычках</li> <li>• Беседы о «Проведении внеурочного времени»</li> <li>• Занятие по теме «Инфекционные заболевания»</li> </ul>		<p>5 класс</p> <p>6 класс</p> <p>7 класс</p> <p>8 класс</p> <p>9 класс</p> <p>10 - 11 класс</p>	Классные руководители
Открытие хоккейного сезона	Сентябрь	1-11 классы	Тренеры
Игры-соревнования с командами на Открытом Первенстве СПб (Первенство России регион Северо-Запад), Кубок города; с командами из Канады, Швеции, Швейцарии, Финляндии.	Сентябрь-май	1-11 классы	Тренеры
<p style="text-align: center;"><b><u>Неделя безопасности</u></b></p> <p><b>1. Информационные часы с обсуждением вопросов:</b></p> <p>- <i>безопасный маршрут в школу;</i></p> <p>- <i>правила дорожного движения:</i> правил перехода проезжей части, недопустимости перехода проезжей части вне пешеходного перехода, выхода из-за стоящего транспортного средства на проезжую часть, неподчинения сигналам регулирования, административной ответственности пешехода за несоблюдение правил дорожного движения.</p> <p>- <i>профилактики ДДТТ (детского дорожно – транспортного травматизма)</i></p> <p><b>2. Экскурсия по микрорайону школы «Моя безопасная дорога».</b></p>	Октябрь 08.10 – 12.10	1 – 11 классы	Классный руководитель, Педагог-организатор по ПДДТТ Крупнова Е.А.

<p>3. Конкурс рисунков «Твой безопасный путь в школу».</p> <p>4. Просмотр профилактических мультфильмов по профилактике дорожно-транспортных происшествий с последующим обсуждением этих происшествий и правил поведения.</p> <p>6. Классные часы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Где дым там и огонь»</li> <li>- «Экстремальные ситуации в жилище»</li> <li>- «Выживание в природе в чрезвычайных ситуациях», «Личная безопасность»</li> <li>- «Стихийные бедствия», «Аварии, катастрофы».</li> </ul>		<p>1-2 классы</p> <p>1-4 классы</p> <p>7-9 классы</p>	<p>Классные руководители</p> <p>Классные руководители, социальный педагог</p> <p>Классные руководители</p>
<p>Проведение дней здоровья (конкурсы, соревнования, игры на свежем воздухе)</p>	<p>постоянно</p>		<p>Классные руководители, воспитатели</p>
<p>Проведение социально-психологического тестирования обучающихся в целях раннего выявления незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ.</p>	<p>Октябрь</p>	<p>с 13-17 лет</p>	<p>Комиссия по приказу</p>
<p>Подвижные игры на свежем воздухе</p>	<p>ежедневно</p>	<p>1-11 классы</p>	<p>Учителя физкультуры</p>
<p>Диспансеризация учащихся и определение групп здоровья</p>	<p>Сентябрь-октябрь</p>	<p>3-11 классы</p>	<p>Медицинские работники</p>
<p>Районный конкурс-квест «Высшая лига»</p>	<p>13.10 – 18.04</p>	<p>9а класс</p>	<p>Классный руководитель, Педагог-организатор службы здоровья Звездина Е.А.</p>
<p>Выездной семинар с медицинским психолога отдела профилактики центра СПИД</p>	<p>9.11</p>	<p>10-11 классы</p>	<p>Педагог-организатор службы здоровья Звездина Е.А. Социальный педагог</p>
<p>Психологическая игра «Приключения в сказочном королевстве» в ДЮТЦ</p>	<p>20.11</p>	<p>2а класс</p>	<p>Классный руководитель, Педагог-организатор службы здоровья</p>



«Васильевский остров».			Звездина Е.А.
Тематическая смена на базе комплекса «Град Дединец»	1.12	7-8 классы	Классные руководители
Международный день инвалидов, классные часы с показом презентаций и видеороликов, выставка работ «Сильные духом».	5.12	1-11 классы	Классные руководители Педагог-организатор службы здоровья Звездина Е.А.
Мероприятия, посвященные Всероссийскому году экологии:  <ul style="list-style-type: none"> <li>• День экологических сказок</li> <li>• Урок математики «Математика и экология»</li> </ul>	30.11  12.12, 14.12	5-7 классы  5а, 5б классы	Классные руководители Зам.директора по связям с общественностью Балахина Д.Н.  Грибанова Г.К. учитель математики
Новогодний забег	15.12	1-4 классы, 9б класс	Классные руководители Педагог-организатор службы здоровья Звездина Е.А. Социальный педагог
Урок доброты с просмотром документального фильма «Дети Грота» о школе-интернате № 1 К.К.Грота г.Санкт-Петербурга	26.12	9-11 классы	Педагог-организатор службы здоровья Звездина Е.А. Социальный педагог
Урок безопасности:  Безопасное поведение в дни школьных каникул: соблюдение ПДД, правила поведения вблизи водных объектов, правила поведения при обнаружении неопознанных объектов, правила поведения в местах повышенной опасности: ж.д, крыши домов и подвалы, нахождение на улице в вечернее и ночное время в сопровождении официальных представителей.	Октябрь	1-11 классы	Кл.руководители
Неделя здорового образа жизни:  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Танцующий флеш-моб</li> </ul>	13.03	1-11 классы	Зам.директора по связям

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подвижные переменки</li> </ul>	14.03	1-4 классы, 11 классы	с общественностью Балахина Д.Н. Классные руководители
<ul style="list-style-type: none"> <li>• «В гостях у доктора Неболейкина»</li> </ul>	15.03	5-7 классы, 10а,б,в, 1-4 классы	Педагог-организатор службы здоровья Звездина Е.А.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Большая веселая эстафета»</li> </ul>	18.03	1-4 классы	
Национальный день донора	20.04	9-11 классы	Педагог-организатор службы здоровья Звездина Е.А. Социальный педагог
Спортивные игры на свежем воздухе «Футбол без границ»	Весенний период	4-11 классов	Учителя физкультуры
Беседа «Безопасное поведение во время весенних каникул»	Март	1-11 классы	Кл.руководители
Единый день детской дорожной безопасности в Санкт-Петербурге.	22.05	5-11 классы	Педагог-организатор службы здоровья Звездина Е.А. Социальный педагог
«СТОП ВИЧ/СПИД»  Интернет-опрос учащихся по выявлению профильной компетенции в области профилактики ВИЧ-инфекции на веб- ресурсе: опрос-молодежи-о-вич.рф.	Май	8 – 10 классы.	Педагог-организатор службы здоровья Звездина Е.А.
Весенняя диспансеризация школьников- спортсменов	Апрель-май	1-11 классы	Медицинские работники
Цикл бесед «О сохранности здоровья в летнее каникулярное время»	Май	1-11 классы	Классные руководители
<b>Диагностические обследования учащихся на базе ОУ:</b>			
1. «Психологическая адаптация учащихся к обучению в 5 классе»	Декабрь	5 «а», 5 «б»	ППМЦ

<p>2. «Диагностика психологического климата в классе»</p> <p>3. «Определение уровня эмоциональной комфортности учащихся на занятиях»</p>	<p>Ноябрь</p> <p>Декабрь</p>	<p>9 «а», 9 «б», 9 «в» 60 чел</p> <p>3 «а», 3 «б», 6 «а», 6 «б» 80 чел</p>	
<p><b>Групповые занятия с учащимися на базе ОУ:</b></p>			
<p>1. «Путешествие в мир чувств», профилактика зависимого поведения</p> <p>2. «Как подружиться со школой»</p>	<p>Октябрь</p> <p>Сентябрь</p>	<p>2 «а», 2 «б», 40 чел</p> <p>5 «а», 5 «б», 40 чел</p>	<p>ППМЦ</p>
<p><b>Лекции и просветительские беседы для учащихся на базе ОУ:</b></p>			
<p>1. «Здоровому все здорово»</p> <p>2. «Как не ссориться»</p> <p>3. «Алкоголь-разрушитель! Профилактика употребления алкогольных напитков»</p> <p>4. «О женственности, о мужественности» (стереотипы, представления)</p> <p>5. «Эффективные способы решения конфликтов»</p> <p>6. «Психологическая подготовка к экзаменам, выступлениям, соревнованиям»</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Октябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Октябрь</p> <p>Сентябрь</p> <p>Ноябрь</p>	<p>5 «а», 5 «б», 40 чел</p> <p>6 «а», 6 «б», 7 «а», 7 «б», 80 чел</p> <p>8 «а», 8 «б», 40 чел</p> <p>9 «а», 9 «б», 9 «в», 10 «а», 10 «б», 10 «в», 80 чел</p> <p>9 «а», 9 «б», 9 «в» 30 чел (в спальном</p>	<p>ППМЦ</p>

<b>Творческие развивающие мероприятия, конкурсы, игры для учащихся ОУ:</b>  1. Конкурс-квест «Приключения в сказочном королевстве» (вариант: родитель+ ребенок). Пропаганда ЗОЖ, первичная профилактика употребления ПАВ, творческая игра по станциям  2. «Спартакиада», пропаганда ЗОЖ, районное спортивное мероприятие  3. «Верить! Творить! Жить!», пропаганда ЗОЖ, творческая игра по станциям, районное мероприятие	Март	корпусе)  5 «а», 5 «б»	Педагог-организатор службы здоровья Звездина Е.А., классные руковод
	Февраль	6 «а», 6 «б» (команда 8 чел)	
	Март	8-ые классы (команда 7 чел)	

## 2. Мероприятия для педагогов :

Уровень, формат, название мероприятия	Дата проведения	Категория слушателей	Ответственные, контакты
Организация питания учащихся	Сентябрь	Кл.руководители Воспитатели	Администрация Работники столовой
Организация учебного труда	Сентябрь	Учителя	Администрация

Обсуждение вопроса «Анализ состояния системы образования в школе. Задачи на новый учебный год»	Сентябрь	Педагогический коллектив	Администрация
Помощь педагогического коллектива в проведении диспансеризации учащихся и определении групп здоровья детей	Сентябрь-октябрь	Классные руководители и воспитатели школы-интерната	Медицинские работники
Оздоровительные поездки-экскурсии	Сентябрь-май	Педагогический коллектив	Педагог-организатор по ПДТТ Крупнова Е.А.
Обсуждение вопроса «Обеспечение агитации по приобщению детей к здоровому образу жизни» и составление плана проведения мероприятий.	Октябрь	Педагогический коллектив	Медицинские работники
Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием школы	Постоянно	Дежурные педагоги	Администрация
Сообщение работников службы сопровождения о своевременной профилактике психологического и физиологического состояния учащихся.	Ноябрь	Педагогический коллектив	Педагог – психолог
Новогодний хоккейный матч «Всех звезд - педагоги против учеников».	Конец декабря	Педагогический коллектив, 10-11 классы	Администрация
Городской семинар «Здоровьесозидающая деятельность учителя – опыт и перспектива развития».	24.01	Педагогический коллектив	Администрация
Семинар на территории детского сада «Льдинка» при содействии ИМЦ Василеостровского района «Система работы ДОУ Василеостровского района в летний оздоровительный период».	26.04	Классные руководители и воспитатели	Руководитель отделения дошкольного образования детей Сукина Н.А.

Проведение цикла бесед с учащимися о важности здорового образа жизни	В течение года	Классные руководители и воспитатели	Социальный педагог
Диспансеризация педагогов (ФЛГ)	Апрель-май	Работники школы	Медицинские работники
Субботники	Октябрь, май	Работники школы	Заместитель директора по АХР
Эмоциональная разгрузка для педагогов (коллективные походы в театры). Профилактика профвыгорания.	Февраль-май	Педагоги школы	Зам.директора по связям с общественностью Балахина Д.Н.

Особенности подросткового возраста. Беседа	Февраль	Родители 7-8 классов	Психолог
Беседа с родителями «Вредные привычки»	Апрель	Родители, классные руководители 1- 11 классов	Социальный педагог
Беседа с родителями «Режим дня школьника-спортсмена»	Октябрь	1-9 классы	Психолог
Безопасность детей во время школьных каникул. Беседа	Перед каждым каникулами	1 -11 классы	Социальный педагог
Отдых детей в летнее время. Беседы.	Май	1-10 кл.	Социальный педагог

### 3. Мероприятия для родителей:

Уровень, формат, название мероприятия	Дата проведения	Категория слушателей	Ответственные, контакты
---------------------------------------	-----------------	----------------------	-------------------------

Беседа с родителями «Проблемы сохранения здоровья учащихся и привития навыков здорового образа жизни»	Октябрь	Члены родительского комитета	Медицинские работники
Психологические рекомендации по успешной адаптации первоклассников к школе	Ноябрь	Родители 1го класса	Психолог
Особенности подросткового возраста. Беседа	Февраль	Родители 7-8 классов	Психолог
Беседа с родителями «Вредные привычки»	Апрель	Родители, классные руководители 1-11 классов	Социальный педагог
Беседа с родителями «Режим дня школьника-спортсмена»	Октябрь	1-9 классы	Психолог
Безопасность детей во время школьных каникул. Беседа	Перед каждыми каникулами	1-11 классы	Социальный педагог
Отдых детей в летнее время. Беседы.	Май	1-10 классы	Социальный педагог

### Ресурсное обеспечение

**- Кадровое:**

В ОУ работают 3 учителя физической культуры, 20 тренеров-преподавателей.

К реализации программы привлечён коллектив ГБОУ школы-интернат № 576.

**- Методическое:**

Разработаны рабочие программы по формированию здорового образа жизни для 1-11 классов, комплекс методических программ для занятий в условиях хоккейной школы; в методической библиотеке имеются разработки уроков, внеклассных мероприятий, спортивных соревнований и праздников.

**- Материально-техническое:**

Материально-техническое обеспечение ОУ позволяет осуществлять реализацию программы в полном объёме.

### Ожидаемые результаты.

Удовлетворение потребностей всех участников образовательного процесса и субъектов образования:

- обучающихся – в программах физкультурно-спортивной направленности основного и дополнительного образования, реализуемых дифференцированно с учетом их индивидуальных

особенностей, в обеспечении их здоровьесбережения, достаточного уровня физической активности, в повышении качества образования, в созданных условиях для роста и становления успешной и конкурентоспособной личности;

- родителей – в обеспечении условий для максимального развития детей, в соответствии с их потенциальными возможностями, сохранения физического и психического здоровья детей;
- педагогического коллектива – в обеспечении возможностей повышения профессиональной компетентности, дополнительных возможностей творческой самореализации в образовательном процессе;
- образовательного учреждения – в позиционировании на рынке образовательных услуг как школы, внедряющей инновационные образовательные программы, создании позитивного имиджа, повышении конкурентоспособности среди школ района, области, создании благоприятных условий для дальнейшего развития;
- увеличение охвата обучающихся, педагогов школы занятиями физкультурой и спортом;
- снижение заболеваемости обучающихся в течение учебного года;
- выявление и формирование индивидуальных образовательных маршрутов обучающихся, показывающих высокие спортивные достижения;
- увеличение числа призеров в индивидуальном и командном зачете в спортивных соревнованиях различного уровня;
- внедрение программы мониторинга состояния здоровья, физической и двигательной активности обучающихся, участия в спортивных соревнованиях;
- положительная динамика личностного роста обучающихся, наличие опыта социальных проб;
- положительная динамика сплоченности коллектива участников образовательного процесса;
- улучшение материально-технической базы школы для организации здоровьесозидающей, здоровьесберегающей деятельности, просветительской работы;
- распространение накопленного педагогического опыта.
- создание долгосрочных связей «ученик – выпускник – семья – школа-интернат»
- расширение социального партнерства школы.

### **Критерии оценки достижения результатов**

#### **Нормативно-правовое и организационное обеспечение.**

Разработаны локальные акты, необходимые для эффективной реализации федеральных, региональных, муниципальных законов, постановлений, распоряжений по развитию физической культуры и спорта;

разработан аналитический материал о состоянии и развитии физической культуры и спорта в школе;

создана база данных о состоянии здоровья обучающихся по результатам всеобщей диспансеризации детей и подростков, ежегодное уточнение данных;

осуществлён комплексный мониторинг состояния здоровья обучающихся;

разработан мониторинг включенности обучающихся в физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия;

разработан единый годовой календарный план физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе.

#### **Кадровое обеспечение.**

Участие в профессиональных конкурсах;

плановая аттестация педагогических работников;

пройден педагогами и тренерами курсы повышения квалификации;

участие в научно-практических конференциях, семинарах-совещаниях, способствующих повышению педагогического мастерства учителей, тренеров-преподавателей;

#### **Научно-методическое обеспечение.**



Подготовлены и размещены материалы и информация по вопросам физической культуры и спорта на официальном сайте школы;

оптимизирован образовательный процесс с учётом тренировочно-соревновательной практики учащихся;

организована работа по направлению «Здоровый образ жизни»;

разработаны рабочие программы для уроков физической культуры;

создана библиотека методической литературы, обобщён педагогический опыт, накопленный в рамках ОУ;

сотрудничество с региональными и федеральными СМИ;

взаимодействие с Федерацией хоккея Санкт-Петербурга, Федерацией хоккея России, Комитетом по спорту Правительства Санкт-Петербурга.

#### **Развитие инфраструктуры ОУ и материально-техническое обеспечение.**

Реконструирован крытый ледовый каток;

реконструированы и установлены дополнительные раздевалки;

капитальный ремонт учебного и спального корпусов;

проведён ремонт инженерных коммуникаций ледового катка;

проведена замена искусственного покрытия футбольного поля;

проведён ремонт игровой баскетбольной площадки;

приобретён школьный автобус для хоккейной команды;

постоянное пополнение методической литературой и пособиями, техническими средствами для учебно-тренировочной работы на льду и вне льда, хоккейного инвентаря для команд, оргтехники;

проведена инвентаризация и осуществляется технический контроль за спортивными помещениями.

#### **Медико-профилактическое сопровождение.**

Приобретено для медицинского кабинета современное оборудование (ЭКГ-аппарат, миостимулятор для лечения спортивных травм, Денос-аппарат (физиотерапевтический аппарат для лечения спортивных травм), кварцевый аппарат физиотерапии, аппарат для обеззараживания воздуха, электронные весы, кулер, копировальная техника, мебель для приемного кабинета);

проводится ежегодный медицинский осмотр учащихся, плановая вакцинация, диспансеризация;

укомплектованы медицинские аптечки в кабинетах, спортивных залах, на ледовом катке;

функционирование ежегодных оздоровительных летних сборов;

снижение роста заболеваемости учащихся.

#### **Обеспечение санитарно-гигиенического режима.**

Соблюдены санитарно-гигиенические требования к организации работы ОУ.

#### **Просветительская работа по формированию здорового образа жизни.**

Осуществляются проведение комплексных мероприятий по формированию здорового образа жизни учащихся.

#### **Физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия.**

Ведутся физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия согласно программному содержанию.

**Профилактические мероприятия направленные на формирования здорового образа жизни.**

Проводятся запланированные профилактические мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни.

#### **Психодиагностическая и психолого-профилактическая работа.**

Постоянное пополнение методического и материально-технического оснащения кабинета школьного психолога и зоны психологической разгрузки, проводится психопрофилактическая работа в ОУ.

### **ВОЗМОЖНЫЕ СЛОЖНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ И ПУТИ ИХ ПРЕОДОЛЕНИЯ**

Возможные сложности (риски) реализации Программы	Пути их преодоления
Формальный подход ОУ к реализации здоровьесозидающей деятельности	Стимулирование деятельности ОУ в области здоровьесозидания и формирование установки на получение результатов деятельности
Возможно неприятие форм организации образовательного процесса на валеологической основе частью педагогов	- Просветительская работа с педагогами. - Обучение педагогов на курсах повышения квалификации. - Методическая поддержка педагогов.
Недостаточность бюджетного финансирования	Поиск дополнительных финансовых средств.