Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Стригинская основная школа

ПРОГРАММА
ПО ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ, КУЛЬТУРЕ ПИТАНИЯ, ПРОДВИЖЕНИЮ СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЕЙ
«РОДНИК ЗДОРОВЬЯ»

ПРОГРАММА ПО ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ, КУЛЬТУРЕ ПИТАНИЯ, ПРОДВИЖЕНИЮ СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЕЙ «РОДНИК ЗДОРОВЬЯ »

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное наименование Программы	Программа по здоровому образу жизни, культуре питания, продвижению семейных ценностей «Родник здоровья»
Заказчик Программы	Администрация МКОУ Стригинской ОШ
Ответственный исполнитель Программы	Педагогические работники МКОУ Стригинской ОШ
Соисполнители	Родители (законные представители) обучающихся МКОУ Стригнской ОШ
Основания для разработки	-Федеральный закон «Об образовании в Программы Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ; – Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 № 323-ФЗ; – Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» от 23.02.2013 № 15-ФЗ; – Концепция государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения РФ на период до 2020 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 30.12.2009 № 2128-р; – Основы государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года, утверждены распоряжением Правительства Российской Федерации от 25.10.2010 года № 1873-р; – Информационно-коммуникационная стратегия по формированию здорового образа жизни, борьбе с потреблением алкоголя и табака, предупреждению и борьбе с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ на период до 2020 года, утверждена приказом Министерства здравоохранения РФ от 30 сентября 2013 г. № 677; – Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р; – Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года, утверждена Указом Президента Российской Федерации от 09.06.2010 № 690; – Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена Указом Президента Российской Федерации от 09.10.2007 № 1351 (ред. от 01.07.2014); – Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 года № 1101-р; – Концепция государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2015

	года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 25 августа 2014 года № 1618- р. – Областная государственная программа «Развитие образования и молодежной политики в смоленской области» на 2014– 2020 годы, утверждена постановлением Администрации Смоленской области от 29.11.2013 № 98 - Устав МКОУ Стригинской ОШ
Цель Программы	Создание системы мер по формированию культуры здоровья, повышению престижа здорового образа жизни у детей и подростков
Основные задачи Программы	– совершенствование образовательной среды как объективного условия охраны здоровья, формирования культуры здорового образа жизни и основ рационального здорового питания обучающихся; – создание организационных и педагогических условий для повышения компетентности всех участников образовательного процесса в области здоровьесбережения и культуры питания; – организация профессионального межведомственного взаимодействия по вопросам профилактики заболеваний, сохранению и укреплению здоровья обучающихся; – организация конструктивного взаимодействия всех участников образовательного процесса по формированию культуры здоровья и ценностей здорового образа жизни; – создание педагогических условий для построения и реализации эффективной системы просветительской работы с родителями (законными представителями); – создание информационного пространства для родителей (законных представителей) по вопросам формирования здорового образа жизни, культуры питания детей и подростков; – повышение роли семьи в формировании культуры здоровья и культуры питания, осознании детьми и подростками ценности здорового образа жизни; – организация и проведение совместных мероприятий по продвижению семейных традиций в области здорового образа жизни и культуры питания
Сроки реализации Программы	2019–2023 гг.
Источники финансирования Программы	Финансирование программных мероприятий осуществляется за счет средств МКОУ Стригинской ОШ
Основные направления	1. Обеспечение здоровьесберегающего ибезопасного характера учебного процесса и внеурочной

Программы	деятельности. 2. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни участников образовательного процесса (педагогов, обучающихся, родителей). 3. Организация профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся. 4. Просветительская работа с родителями (законными представителями). 5. Продвижение семейных ценностей, ориентированных на здоровый образ жизни и культуру питания
Ожидаемые результаты	На уровне муниципалитета: – увеличение доли образовательных организаций с развитой 5 здоровьесберегающей инфраструктурой, направленной на формирование у обучающихся здорового образа жизни; – функционирование системы взаимодействия образовательных организаций и ведомственных структур по реализации Программы; – создание системы информационнометодического и психолого-педагогического сопровождениясобразовательных организацийпоповышениюуровня культуры здоровья участников образовательного процесса; – вовлечение родительской общественности в мероприятия по пропаганде и популяризации ценностей здорового образа жизни и культуры питания. На уровне образовательного учреждения: – создание оптимальных условий для сохраненияиукрепленияздоровья обучающихся в образовательной организации; –развитиепартнерскихотношений образовательной организации и ведомственных структур по вопросам формирования культуры здорового образа жизни обучающихся; – повышение компетентности всех участников образовательного процесса в области здоровьесбережения и культуры питания; –вовлечениеродителей(законных представителей) в организацию и проведение мероприятий образовательной организации по продвижению семейных традиций в области здорового образа жизни и культуры питания. На уровне обучающихся и их семей: – осознание ценности здорового образа жизни и культуры питания; – продвижение семейных традиций здорового образа жизни и культуры питания;

	– развитие семейного досуга, в том числе форм отдыха и оздоровления детей и подростков
Показатели и индикаторы	– Доля участников регулярно участвующих вмероприятиях в рамках 6 Программы; – доля развитой здоровьесберегающей инфраструктура, обеспечивающей формирование у обучающихся здорового образа жизни; – доля включенных в систему партнерских отношений с ведомственными структурами по вопросам формирования культуры здорового образа жизни обучающихся; – доля положительной динамики по результатам мониторинга здоровья; – доляобучающихся и родителей (законные представители) принявших участие в организации и проведении мероприятий по продвижению семейных традиций в области здорового образа жизни и культуры питания; – доля педагогов образовательных организаций, осознающих необходимость реализацииразличныхформ здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации; – доля педагогов, прошедших повышение квалификации по вопросам здоровьесбережения, формирования здорового образа жизни и культуры питания; – доля родителей, удовлетворенных содержанием и результатами деятельности образовательных организаций по сохранению здоровья и формированию здорового образа жизни у обучающихся

Введение

В современном мире сохранение, укрепление и восстановление здоровья граждан продолжает оставаться приоритетной государственной задачей. За последнее десятилетие в России отмечается стойкая тенденция к ухудшению показателей здоровья детей как дошкольного, так и школьного возраста. По данным XVIII Конгресса педиатров России «Актуальные проблемы педиатрии», за период с 2000 по 2015 гг. общая распространенность нарушений здоровья и развития среди детей в возрасте до 14 лет увеличилась на 27,5%, а среди детей старшего подросткового возраста (15–17 лет) – на 50%.

Ситуация усугубляется крайне неблагоприятной экологической обстановкой, низким уровнем культуры здорового образа жизни школьников. Кроме того, экономическая нестабильность негативно сказывается на формировании ценностей здорового образа жизни среди детей. По мере взросления детского организма на процессы становления здоровья возрастает влияние комплекса факторов, отражающих условия жизнедеятельности и образ жизни. Частота неблагоприятных факторов имеет устойчивую тенденцию роста.

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, соотношение условий, влияющих на здоровье, таково: условия и образ жизни, питание – 50%; генетика и наследственность – 20%; внешняя среда, природные условия – 20%; здравоохранение – 10%. Следовательно, все программы и мероприятия, направленные на сохранение и улучшение здоровья населения, должны в первую очередь формировать условия и образ жизни, оптимальные с точки зрения здоровья. Образ жизни человека складывается не только под влиянием внешних условий, но и под воздействием привычек, ценностей, идеалов и т.д., многие из которых усвоены индивидом еще в семье и сохраняют устойчивость на протяжении всей его жизни. Именно поэтому так важно формирование и закрепление тех элементов образа жизни семьи, в том числе культуры питания, которые в наибольшей степени влияют на здоровье и при этом имеют наибольший потенциал устойчивости в качестве поведенческих моделей в качестве привычек, «семейных традиций».

Деятельность по сохранению и укреплению здоровья детей и подростков рассматривается как необходимое условие национальной безопасности и 8 развития российского общества. Одними из главных задач государственной политики являются формирование здорового образа жизни, культуры питания, продвижение семейных ценностей, связанных с этими направлениями социальной политики. Таким образом, значимость, обязательность и приоритетность мер формирования здорового образа

жизни, культуры здорового питания и продвижение семейных ценностей являются основанием для разработки программы по здоровому образу жизни, культуре питания, продвижению семейных ценностей «Здоровье » (далее – Программа).

Системная деятельность по реализации данной Программы определяется федеральными, региональными и внутришкольными нормативными документами:

– Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

– Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 № 323-ФЗ;

– Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» от 23.02.2013 № 15-ФЗ;

– Концепция государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения РФ на период до 2020 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 30.12.2009 № 2128-р;

– Основы государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года, утверждены распоряжением Правительства Российской Федерации от 25.10.2010 года № 1873-р;

– Информационно-коммуникационная стратегия по формированию здорового образа жизни, борьбе с потреблением алкоголя и табака, предупреждению и борьбе с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ на период до 2020 года, утверждена приказом Министерства здравоохранения РФ от 30 сентября 2013 г. № 677; 9

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р;

– Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года, утверждена Указом Президента Российской Федерации от 09.06.2010 № 690;

– Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена Указом Президента Российской Федерации от 09.10.2007 № 1351 (ред. от 01.07.2014); – Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года,

утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 года № 1101-р;

– Концепция государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2015 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 25 августа 2014 года № 1618-р.

– Областная государственная программа «Развитие образования и молодежной политики в смоленской области» на 2014–2020 годы, утверждена постановлением Администрации Смоленской области от 29.11.2013 № 984.

– Устав МКОУ Стригинской ОШ

Миссия Программы: формирование культуры здоровья подрастающего поколения как ресурса достижения социального благополучия граждан.

Цель Программы: создание системы формирования культуры здоровья, осознания ценности здоровья, повышение престижа здорового образа жизни у детей и подростков региона.

Задачи Программы:

– Совершенствование образовательной среды как объективного условия охраны здоровья, формирования культуры здорового образа жизни и основ рационального здорового питания обучающихся.

– Создание организационных и педагогических условий для повышения компетентности всех участников образовательного процесса в области здоровьесбережения и культуры питания.

– Организация профессионального межведомственного взаимодействия по вопросам профилактики заболеваний, сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

– Организация конструктивного взаимодействия всех участников образовательного процесса по формированию культуры здоровья и ценностей здорового образа жизни.

– Создание педагогических условий для построения и реализации эффективной системы просветительской работы с родителями (законными представителями).

– Создание информационного пространства для родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесбережения, формирования здорового образа жизни, культуры питания у детей и подростков.

– Повышение роли семьи в формировании культуры здоровья и культуры питания, осознании детьми и подростками ценности здорового образа жизни.

– Организация и проведение совместных мероприятий по продвижению семейных традиций в области здорового образа жизни и культуры питания.

Теоретико-методологической основой Программы являются следующие теоретические положения, понятия, принципы:

1. Понятие здоровья определяется не только как отсутствие заболеваний и дефектов, но состояние полного физического, душевного и социального благополучия (определение экспертов Всемирной организации здравоохранения). Здоровье – это ресурс преодоления неблагоприятных воздействий окружающей среды (природной, социальной), адаптации к изменяющимся условиям и сил для изменения этих условий в желательном для себя направлении. Состояние полного здоровья – это сочетание оптимальных адаптационных возможностей и высокого функционального резерва организма.

2. Принцип природосообразности (Я.А. Коменский), согласно которому построение образовательного процесса должно осуществляться на основе знания природы ребенка и закономерностей его развития.

3. Принцип культуросообразности, согласно которому здоровье рассматривается не только как природный феномен, но и как явление культуры.

4. Принцип комплексного, междисциплинарного подхода, который заключается в единстве действий педагогов, специалистов системы психологопедагогического сопровождения, врачей в рамках укрепления и сохранения здоровья школьников.

5. Стратегия здоровьесберегающей педагогики, в соответствии с которой значимой целью педагогического коллектива является формирование в образовательном учреждении здоровьесберегающего образовательного пространства. Сущность данного пространства – исключение или минимизация вредных для учащихся воздействий образовательного процесса и постепенноенаращиваниеусловий,способствующихпостроению здоровьесберегающего, здоровьеукрепляющего пространства в образовательной организации.

Программа учитывает рекомендации и руководящие принципы основополагающих стратегических и политических документов РФ по формирование здорового образа жизни, культуры питания, продвижение семейных ценностей:

– всеобщий охват доступными и эффективными мерами формирования ЗОЖ и культуры здорового питания на популяционном и индивидуальном уровне;

– охват всех возрастных групп обучающихся, всех сфер их деятельности;

– межведомственный характер деятельности в достижении основных целей;

– согласованность действия на региональном, муниципальном уровнях и уровне образовательных организаций;

– использование стратегий и технологий, основанных на фактических данных об их эффективности.

Содержание программы

Выбор ключевых направлений по формированию здорового образа жизни, культуры питания и продвижению семейных ценностей основан на понимании того, что система образования выступает идеальным каналом для формирования ценностей здоровья и транслирования опыта укрепления здоровья на общество. Указанные ниже направления не могут рассматриваться обособленно, а только как взаимосвязанные и взаимодополняющие, что, в свою очередь, определяет результативность реализации Программы. Содержание деятельности по указанным ниже направлениям обозначено как рамочное и в ходе реализации Программы может быть скорректировано, уточнено и дополнено.

Раздел 1. Обеспечение здоровьесберегающего и безопасного характера учебного процесса и внеурочной деятельности

Цель раздела: совершенствование здоровьесберегающей образовательной среды как объективного условия охраны здоровья, формирования культуры здорового образа жизни и основ рационального здорового питания обучающихся.

Задачи раздела:

– Совершенствование организационных материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий для охраны здоровья, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников.

Содержание работы:

– внедрение во все направления деятельности ОУ, предметные области здоровьесберегающих образовательных технологий;

–проектирование и реализация научно обоснованного учебного режима и режима двигательной активности обучающихся в учебной и внеурочной деятельности;

–соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов;

– обновление инфраструктуры, оборудования и инвентаря для развития физкультурной и оздоровительной деятельности в соответствии с санитарногигиеническими требованиями;

– организация здорового питания в образовательной организации (качественного горячего питания, питьевого режима);

– выполнение требований по безопасности обучающихся (воспитанников) во время пребывания в образовательной организации;
– проведение санитарно-эпидемических и профилактических мероприятий.

Раздел 2. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни участников образовательного процесса (педагогов, обучающихся, родителей)

Цель раздела: создание единой здоровьесберегающей среды как объективного условия здорового образа жизни.

Задачи раздела:

– Создание организационных и педагогических условий для повышения компетентности всех участников образовательного процесса в области здоровьесбережения, здорового образа жизни и культуры питания.

– Организация конструктивного взаимодействия всех участников образовательного процесса по формированию культуры здоровья, ценностей здорового образа жизни.

– Повышение роли семьи в формировании культуры здоровья и культуры питания, осознании детьми и подростками ценности здорового образа жизни.

Содержание работы:

– развитие компетентности педагогов в области здоровьесбережения, в т.ч. готовности к сохранению и укреплению собственного профессионального здоровья и здоровья обучающихся;

– развитие профессиональных компетенций педагогов в области современных методов и технологий по формированию здорового образа жизни и культуры питания;

– повышение культуры здоровья обучающихся (воспитанников) в учебной и внеурочной деятельности, в условиях дополнительного образования, в том числе обучение навыкам гигиены, режима труда и учебы, психогигиены, профилактики наиболее распространенных заболеваний, несчастных случаев, девиантного и делинквентного поведения, формирование культуры питания, физической культуры;

– организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению профилактических мероприятий в области охраны здоровья, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников;

– повышение активности родителей в формировании здорового образа жизни детей, в становлении здоровой и социально благополучной семьи.

Раздел 3. Организация профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся

Цель раздела: совершенствование системы мероприятий образовательных организаций по профилактике заболеваний и оздоровлению обучающихся.

Задачи раздела программы:

– Организация профессионального межведомственного взаимодействия по вопросам профилактики заболеваний, сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Содержание работы:

– организация периодических медицинских осмотров и диспансеризации обучающихся;

– проведение мониторинга здоровья в ОУ для выявления ситуации по созданию условий для обеспечения здоровья и безопасности, сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, выявления групп соматического и социального риска;

– разработка и реализация индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуальных и групповых профилактических и 15 коррекционных оздоровительных программ, в том числе профилактика зависимого поведения и социально обусловленных болезней;

– создание условий для оказания первичной медико-санитарной помощи обучающимся;

– обеспечение индивидуального и группового психологического сопровождения обучающихся и их семей.

Раздел 4. Просветительская работа с родителями (законными представителями)

Цель раздела: повышение информированности родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесбережения, формирования здорового образа жизни, культуры питания у детей и подростков.

Задачи раздела программы:

– Создание педагогических условий для построения и реализации эффективной системы просветительской работы с родителями (законными представителями).

– Создание информационного пространства для родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесбережения, формирования здорового образа жизни, культуры питания детей и подростков.

– Организация информационно-просветительских и консультационных мероприятий для родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесбережения, формирования здорового образа жизни, культуры питания детей и подростков.

Содержание работы:

– организация лектория, проведение консультаций для родителей (законных представителей) по вопросам охраны здоровья, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни детей и подростков;
– разработка и реализация проекта виртуального «Родительского всеобуча»;
–распространение среди родителей (законных представителей) печатной продукции по ЗОЖ.

Раздел 5. Продвижение семейных ценностей, ориентированных на здоровый образ жизни и культуру питания

Цель раздела: развитие жизнеохранительной и здоровьеформирующей функций семьи.

Задачи раздела программы:

– Повышение роли семьи в формировании культуры здоровья и культуры питания, осознании детьми и подростками ценности здорового образа жизни.
– Продвижение семейных ценностей в области здорового образа жизни и культуры питания в рамках учебных предметов и внеурочной деятельности.
– Развитие форм отдыха и оздоровления детей и подростков, направленных на формирование навыков здорового образа жизни и культуры питания.
– Организация и проведение совместных мероприятий по продвижению семейных традиций в области здорового образа жизни и культуры питания.

Содержание работы:

– организация семейных клубов, дискуссионных площадок, гостиных и круглых столов;
– проведение конкурсов и спортивно-развлекательных программ для детей и родителей;
– организация и проведение традиционных семейных праздников.

Ожидаемые результаты реализации Программы

На уровне муниципалитета :

– увеличение доли образовательных организаций с развитой здоровьесберегающей инфраструктурой, направленной на формирование у обучающихся здорового образа жизни;
– функционирование системы взаимодействия образовательных организаций и ведомственных структур по реализации Программы;
– создание системы информационно-методического и психологопедагогического сопровождения образовательных организаций по повышению уровня культуры здоровья участников образовательного процесса;
– вовлечение родительской общественности в мероприятия по пропаганде и популяризации ценностей здорового образа жизни и культуры питания

На уровне образовательного учреждения:

– создание оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся в образовательной организации;

– развитие партнерских отношений образовательной организации и ведомственных структур по вопросам формирования культуры здорового образа жизни обучающихся;

– повышение компетентности всех участников образовательного процесса в области здоровьесбережения и культуры питания;

– вовлечение родителей (законных представителей) в организацию и проведение мероприятий образовательной организации по продвижению семейных традиций в области здорового образа жизни и культуры питания.

На уровне обучающихся и их семей:

– осознание ценности здорового образа жизни и культуры питания; – продвижение семейных традиций здорового образа жизни и культуры питания;

– развитие семейного досуга, в том числе форм отдыха и оздоровления детей и подростков. **Показатели и индикаторы эффективности реализации Программы**:

– доля участников регулярно участвующих в мероприятиях в рамках Программы; – доля развитой здоровьесберегающей инфраструктура, обеспечивающей формирование у обучающихся здорового образа жизни;

– доля включенных в систему партнерских отношений с ведомственными структурами по вопросам формирования культуры здорового образа жизни обучающихся;

– доля положительной динамики по результатам мониторинга здоровья;

– доля обучающихся и родителей (законные представители) принявших участие в организации и проведении мероприятий по продвижению семейных традиций в области здорового образа жизни и культуры питания;

– доля педагогов образовательной организации, осознающих необходимость реализации различных форм здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации;

– доля педагогов, прошедших повышение квалификации по вопросам здоровьесбережения, формирования здорового образа жизни и культуры питания;

– доля родителей, удовлетворенных содержанием и результатами деятельности образовательных организаций по сохранению здоровья и формированию здорового образа жизни у обучающихся.