

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской  
области средняя общеобразовательная школа с. Русский Байтуган  
муниципального района Камышлинский Самарской области

Проверена  
зам. директора по УВР

Утверждена приказом № 21 - од

от 10 июня 2025 г.

Пупкова Н.Н.  
(подпись) (ФИО)

директор Гордеева В.А.  
(подпись)

10 июня 2025 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Целевая комплексная программа формирования здорового образа жизни  
учащихся ГБОУ СОШ с. Русский Байтуган»

Рассмотрена на заседании МО учителей начальных классов  
(название методического объединения)

Протокол № 5 от « 30 » мая 2025 г.

Руководитель МО Мухаметханиева Л.М.  
(подпись) (ФИО)



О=ГБОУ СОШ с.  
Русский Байтуган, СН=  
Гордеева В.А., Е=  
svu\_bajtugan\_sch@  
63edu.ru  
00ebf814848d44e54e  
2025.08.11  
09:01:38  
+04'00'

## Паспорт программы

<b>Наименование программы</b>	«Целевая комплексная программа формирования здорового образа жизни учащихся ГБОУ СОШ с. Русский Байтуган»
<b>Нормативно-правовая база программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Конституция Российской Федерации</li> <li>✓ Закон об образовании Российской Федерации,</li> <li>✓ Концепция модернизации Российского образования,</li> <li>✓ Конвенция ООН о правах ребенка;</li> <li>✓ Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;</li> <li>✓ СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;</li> <li>✓ Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.2004 № 124-ФЗ;</li> <li>✓ Приказ № 1418 от 15.05.2001 г. Министерства образования РФ "Об утверждении примерного положения о центре содействия укреплению, здоровья обучающихся, воспитанников образовательного учреждения".</li> <li>✓ Устав школы</li> </ul>
<b>Заказчик программы</b>	ГБОУ СОШ с. Русский Байтуган
<b>Разработчики программы</b>	Мухаметханиева Л.М., советник директора по воспитанию, Пупкова Н.Н., заместитель директора по учебно-воспитательной работе, педагог-психолог
<b>Сроки реализации программы</b>	2025 – 2030 гг. (пять учебных лет)
<b>Контроль за исполнением программы</b>	Гордеева В.А. – директор ГБОУ СОШ с. Русский Байтуган

## **Оглавление**

1.	<i>Аналитическое обоснование программы</i>	3 стр.
2.	<i>Характеристика основных проблем, на решение которых направлена программа</i>	6 стр.
2.1	Цель программы	8 стр.
2.2	Задачи программы	9 стр.
3.	<i>Структура программы</i>	11 стр.
4.	<i>Приоритетные направления реализации программы</i>	12 стр.
5.	<i>Ожидаемые конечные результаты реализации программы</i>	34 стр.
6.	<i>Список литературы</i>	38 стр.
7.	<i>Приложение</i>	40 стр.

## **Аналитическое обоснование программы.**

Актуальность данной программы обусловлена приоритетным направлением государственной политики в области образования направленной на сохранение здоровья школьников. Стратегической целью развития системы образования является ориентация на воспитание и развитие здоровой, свободной и жизнелюбивой личности, обогащенной научными знаниями, готовой к созидательной творческой деятельности и нравственному поведению, что невозможно успешно реализовать без формирования у обучающихся культуры здорового образа жизни.

За последние два десятилетия произошли значительные сдвиги в состоянии здоровья детей и подростков, характеризующиеся ростом распространенности функциональных расстройств и хронических болезней, изменением структуры выявляемых нарушений, ухудшением показателей физического развития и физической подготовленности, увеличением распространенности поведенческих факторов риска. Неблагоприятные тенденции в состоянии здоровья детей и подростков приводят к таким негативным социальным последствиям как неготовность к школьному обучению, ограничения профессиональной пригодности и к службе в армии, нарушения формирования и реализации репродуктивного потенциала, рождение нездорового потомства и др.

Научными исследованиями НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей Российской академии медицинских наук установлено, что в последние 10 лет произошло ухудшение состояния здоровья школьников (Кучма В.Р., Сухарева Л.М., Степанова М.И., 2006, Звездина И.В., Агапова А.П., Жигарева Н.С., 2008, Сухарева Л.М., Намазова Л.С., Рапопорт И.К. и др., 2009).

К основным школьно-обусловленным факторам риска формирования здоровья школьников относятся неполноценное питание, гипокинезия

школьников, несоблюдение гигиенических нормативов режима учебы и отдыха, сна и пребывания на воздухе.

Наиболее агрессивными факторами, которые на современном этапе значимо влияют на формирование здоровья школьников, являются: высокий объем учебных и внеучебных нагрузок, интенсификация процесса обучения, а также дефицит времени для усвоения информации. Эти психотравмирующие факторы в сочетании с уменьшением продолжительности сна и прогулок, снижением физической активности оказывают выраженное стрессорное воздействие на развивающийся организм.

Значимой причиной ухудшения состояния здоровья школьников является недостаточная эффективность современной системы гигиенического обучения и воспитания по формированию у детей и подростков умений и навыков здорового образа жизни, сознательного и ответственного отношения к своему здоровью.

Среди детей и, особенно, подростков в современных условиях нашли широкое распространение рисковые (протестные) формы поведения: курение, алкоголь, наркотики, ранняя сексуальная активность, т.е. те факторы, которые ВОЗ рассматривает как ключевые индикаторы здоровья.

В настоящее время все настойчивее ведется поиск и предпринимаются попытки создания такой системы образования, которая, наряду с обеспечением необходимых условий для полноценного естественного развития ребёнка, способствовала бы формированию у него потребности в здоровье, пониманию основ здорового образа жизни, обеспечивала бы практическое освоение навыков сохранения и укрепления физического и психического здоровья.

Здоровье является естественным состоянием и неотъемлемым правом человека. Быть здоровым – природное стремление каждого, а формирование, сохранение и укрепление здоровья детей было и остается актуальной проблемой и предметом первоочередной важности.

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, например, обучение русскому языку и математике.

Школа – идеальное место для формирования здорового образа жизни и реализации оздоровительных программ, так как большую часть времени дети проводят в школе.

По материалам Федеральных государственных образовательных стандартов нового поколения 95% опрошенных среди всех заинтересованных групп (семей, школьных специалистов, педагогической общественности, медицинских ассоциаций и т.п.) включают сохранение здоровья школьников в первую пятерку своих потребностных запросов.

Результаты медицинского осмотра учащихся ГБОУ СОШ с. Русский Байтуган свидетельствуют о том, что наиболее распространены у детей такие заболевания, как:

1. патология костно-мышечной системы;
2. болезни органов зрения;
3. болезни органов дыхания;
4. заболевания пищеварительного тракта;
5. заболевания нервной системы.

## **1. Характеристика основных проблем, на решение которых направлена программа**

Проведя анализ физически-психологического самочувствия школьников с точки зрения здоровьесберегающей среды, мы выделили ряд проблем по сохранению и укреплению здоровья обучающихся:

- сохранение и укрепление физического здоровья детей;
- проблема создания положительного психологического климата и активной жизненной позиции, субъектных отношений;
- организацию социально-профилактической работы с учащимися, формирование культуры здоровья субъектов образовательного процесса (обучающихся, педагогов, родителей).
- проблемы улучшения материально-технической базы

Решение данных проблем в ГБОУ СОШ с. Русский Байтуган возможно, благодаря разработанной в школе целевой программе «Здоровье» (в рамках «Программы развития ГБОУ СОШ с. Русский Байтуган на 2025 – 2030 гг.»), направленной на создание здоровьесозидающей среды и на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса. Эта программа опирается на существующие научно обоснованные подходы к организации здоровьесозидающей образовательной среды. Кроме того, существенным условием для решения вышеперечисленных проблем является наличие в ОУ хорошо подготовленных специалистов к реализации здоровьесозидающей деятельности, использованию в образовательном процессе современных здоровьесозидающих технологий. Для достижения эффективных результатов необходима в школе согласованная работа всех специалистов, обеспечивающая единое организационно-методическое сопровождение школы.

## **1.1. Цель программы:**

Основной целью программы «Здоровье» на 2025 – 2030 гг. является поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья обучающихся школы, создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как одному из главных путей в достижении успеха. К таким средствам относятся:

1. Создание банка системной организации о состоянии психического, физического, нравственного здоровья детей в школе, системный анализ здоровья детей с целью последующей адекватной медико-психологопедагогической коррекции.
2. Профилактика раннего выявления патологии детей.
3. Реабилитация психофизической работоспособности детей и организация здорового образа жизни.
4. Профилактическая работа по предупреждению инфекционных заболеваний.
5. Разработка и внедрение оптимальной системы медицинского обеспечения.
6. Решение оздоровительных задач средствами физической культуры.
7. Изучения и внедрение передового социального, педагогического, медицинского опыта по оздоровлению детей и юношества с его последующей апробацией и широким внедрением.
8. Повышение квалификации педагогических кадров.
9. Оздоровительная работа, предполагающая систему эффективных психологических и коррекционных мероприятий, организацию двигательной активности.

## **1.2. Задачи программы**

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
3. Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
4. Формирование валеологического мышления всех участников педагогического процесса (ученик – учитель – родители).
5. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья.
6. Пропаганда здорового образа жизни.
7. Внедрение современных методов мониторинга здоровья.
8. Активное использование ресурсов дополнительного образования как способ привития обучающимся знаний, умений и навыков, необходимых для принятия разумных решений по сохранению личного здоровья, а также сохранению и улучшению безопасной и здоровой среды обитания.
9. Создание школьной службы мониторинга (единой системы внутришкольного контроля и анкетирования всех участников образовательного процесса) и психологической поддержки всех инновационных процессов.
10. Развитие системы защиты физического и психического здоровья учащихся школы
11. Развитие материально-технической и информационно-технологической базы в соответствии с современными нормами организации труда и обучения.

## **2. Структура программы.**

Данная программа по формированию здорового образа жизни направлена на сохранение, укрепление всех видов здоровья:

**2.1. Телесное или физическое здоровье** - это состояние организма, при котором наблюдается совершенство саморегуляции функций организма, гармония физиологических процессов и максимальная адаптация к различным факторам среды. Оно измеряется степенью физической подготовленности, физическим развитием, физической формой, тренированностью, физической активностью в их соответствии способности организма выполнять свою функцию и главным образом обеспечивать свое сохранение и развитие. Важными компонентами физического здоровья являются вегетативный и иммунный статусы организма и сенсорное здоровье.

**2.2. Душевное или психическое здоровье** - это способность человека адекватно реагировать на внешние и внутренние раздражители, умение уравновесить себя с окружающей средой. Отражением психического здоровья является психологическое благополучие человека.

**2.3. Социальное здоровье** заключается в способности адаптироваться к социальной среде, полноценному выполнению социальных функций. Социальное здоровье отражает социальные связи, ресурсы, способность к общению и его качество. Уровень социального здоровья — это мера социальной активности и деятельного отношения человека к окружающему миру.

### **3. Приоритетные направления реализации программы.**

#### **4.1. Диагностика заболеваний и факторов риска, мониторинг состояния здоровья учащихся и сотрудников школы**

Ежегодный профилактический медицинский осмотр всех учащихся (охват 100%), с распределением их по группам здоровья и разработкой индивидуальных программ оздоровления обеспечивается Камышлинской ЦРБ.

Диспансеризация преподавателей и сотрудников школы (охват 100%) с разработкой индивидуальных программ оздоровления обеспечивается Камышлинской ЦРБ.

Систематическое анкетирование учащихся и сотрудников школы с целью выявления и оценки распространённости факторов риска различных заболеваний и вредных привычек, анализ полученных данных, с последующей коррекцией профилактических мероприятий.

#### **4.2. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения.**

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

В школе работает **столовая**, позволяющая организовывать горячие завтраки, обеды и ужины.

В ГБОУ СОШ с. Русский Байтуган функционирует спортивный зал, оборудованный необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём. На территории школы имеется открытый стадион, на котором проводятся занятия по физической культуре, а также

школьные соревнования по футболу, легкой атлетике и другим видам спорта.

Работают спортивные секции: легкой атлетики, баскетбол, карате. 2 раза в неделю проводятся уроки здоровья (общефизической подготовки), спортивные часы.

#### **4.3. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.**

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

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

В учебном процессе педагоги применяют методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся.

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

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности индивидуальные особенности развития учащихся: темпа развития и темпа деятельности.

#### **4.4. Инновационная деятельность по укреплению и сохранению здоровья детей в школе.**

Отработка моделей: формирования валеологической культуры и валеосферы, взаимодействия медработника и педагогов по вопросу охраны и укрепления здоровья детей.

Исследование влияния различных технологий на здоровье детей.

Мониторинг влияния внутришкольных факторов на здоровье детей.

Мониторинг адаптации детей, имеющих трудности при обучении, к учебному процессу.

Подготовка рекомендаций по выявлению таких детей, системы учёта, профилактической работе.

#### **4.5. Организация физкультурно-оздоровительной работы**

Система физкультурно-оздоровительной работы в школе направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья. Сложившаяся система включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
- организацию часа активных движений (динамической паузы) после 4-го урока;
- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках,

способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;

- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

#### **4.6. Реализация дополнительных образовательных программ**

В школе созданы и реализуются дополнительные образовательные программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, такие как:

1. Авторская программа по коррекции осанки у школьников Попоудина А.А.
2. Программа по баскетболу.
3. Система классных часов по формированию здорового образа жизни по пособию М.И Бакунина «Основы здорового образа жизни» 1-4 классы.

Учителя начальных классов ориентируются в своей работе на программу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

#### **4.7. Взаимодействие с семьями школьников по вопросам воспитания культуры здоровья**

Сложившаяся (или складывающаяся) система работы с родителями

(законными представителями) по вопросам охраны и укрепления здоровья детей направлена на повышение их уровня знаний и включает:

1. Индивидуальную работу с родителями; консультации психолога; беседы с медицинскими работниками.
2. Способствование формированию у родителей предвидения опасностей окружающей детей жизни; профилактика девиантного поведения школьников.
3. Пропаганда здорового образа жизни в семьях; формирование культуры здоровья родителей; выявление отношения родителей к культуре здоровья и объективных данных о физическом воспитании детей дома.
4. Создание условий для эффективного взаимодействия родителей и их детей.
5. Обмен духовными и эмоциональными ценностями, выработка единой линии воспитания культуры здоровья.
6. Сплочение семьи, обучение бесконфликтному общению.
7. Организация совместного культурного отдыха с детьми; совместные творческие дела.
8. Привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;
9. Создание библиотечки детского здоровья, доступной для родителей и т.п.
10. Проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т.

#### **4.8. Работа по сохранению психологического здоровья всех участников образовательного процесса.**

**Комплексная программа по сохранению психологического здоровья  
всех участников образовательного процесса  
ГБОУ СОШ с. Русский Байтуган**

**Аналитическое обоснование программы**

Термин «психологическое здоровье» был введен в научный лексикон не так давно автором Дубровиной, которая считает, что психологическое здоровье является необходимым условием полноценного функционирования и развития человека в процессе его жизнедеятельности. Неоспорима и связь психологического здоровья с физическим.

Многие авторы описывают качества, присущие взрослым психологически здоровым зрелым людям. А.Маслоу выделил следующие характеристики, свойственные людям, которым удалось самоактуализироваться в жизни:

- наличие ориентации на реальность;
- принятие себя и окружающих такими, какие они есть;
- спонтанность;
- центрированность на проблеме, а не на себе;
- наличие потребности в одиночестве;
- автономность и независимость;
- отсутствие склонности к стереотипам в восприятии людей и явлений;
- духовность;
- идентификация с человечеством;
- способность к близким отношениям с людьми;
- наличие чувства юмора;
- высокая креативность и др.

По мнению К. Роджерса, «полноценное функционирование» человека, то есть психологическое здоровье, определяют следующие личностные характеристики (не упомянутые А. Маслоу), это: открытость переживаниям, которая предполагает глубокое и адекватное осознание своих мыслей и

чувств, отсутствие тенденции к выработке неадекватных психологических защит от неприятных чувств и способность принимать свои чувства и мысли как основу для выбора поведения.

Таким образом, психологически здоровый человек подвижен и восприимчив к внешним изменениям, но обладает неким внутренним стержнем, запасом прочности, которые можно охарактеризовать как душевное здоровье, владеет эффективными способами психологической защиты, что позволяет ему противостоять разрушительным факторам реальности и оптимизировать свою жизнедеятельность.

Если составить обобщенный портрет психологически здорового человека, то мы увидим спонтанного, творческого, жизнерадостного, веселого, открытого, познающего себя и окружающий мир человека не только разумом, но и чувствами, интуицией. Он полностью принимает самого себя и при этом признает ценность и уникальность окружающих его людей. Он находится в постоянном развитии и способствует развитию других людей. Такой человек берет ответственность за свою жизнь прежде всего на себя и извлекает уроки из неблагоприятных ситуаций. Его жизнь наполнена смыслом. Это человек, находящийся в гармонии с самим собой и окружающим его миром. Личностное душевное здоровье детерминирует становление и развитие душевного здоровья нации. Духовное единение, душевное здоровье народа -необычайный фермент его полнокровной жизнедеятельности и, что особенно важно - мощный источник его социального оптимизма, при наличии которого общество способно решать масштабные проблемы (В.М. Шепель).

Школа не может остаться в стороне в решении проблемы формирования психологического здоровья учащихся и сотрудников. Результатом совместных усилий в этом направлении стала разработка комплексной программы "Психологическое здоровье", актуальность которой заключается прежде всего в том, что она ориентирована на решение таких

значимых проблем, устранение которых в сумме может дать максимально возможный полезный эффект оздоровления учащихся и учителей, сохранения их психологического здоровья и обеспечения социальной адаптированности каждого из субъектов образовательного процесса.

**Цель программы:** обеспечение оптимальных психопрофилактических, развивающих, безопасных условий образовательной среды, способствующих минимизации стрессовых факторов в образовательном процессе, сохранению и укреплению психологического, психического здоровья всех участников образовательного процесса, успешной социализации, самореализации и достижению высокого качества образования учащихся.

К приоритетным для данной программы областям исследования относятся:

- исследование состояния психологического здоровья учащихся, их личностных особенностей;
- исследование уровня познавательного развития учащихся; выявление детей с отклонениями в учебной сфере (педагогически запущенные дети, интеллектуально пассивные, учащиеся с пониженной обучаемостью);
- исследование межличностной сферы участников образовательного процесса;
- исследование профессиональных намерений учащихся;
- исследование мотивации к учебной деятельности;
- исследование личностных особенностей педагогического персонала, администрации; профессиональных затруднений; уровня профессиональной тревожности; уровня стрессоустойчивости, степени удовлетворения различными аспектами жизнедеятельности школы и своими результатами в частности;

- исследование уровня социальной фruстрированности родителей, установок воспитания, родительской тревожности.

### **Задачи:**

#### **1. Соорганизация, гармонизация процесса сопровождения всех субъектов образовательной среды в целях создания полноценных условий для их психологически комфортного, безопасного сотрудничества.**

- оптимизация форм общения в педагогическом коллективе (формы работы: тренинги, круглые столы, организация совместного досуга (музыкальные, поэтические гостиные, творческие мастерские);
- способствование улучшению форм толерантного, ненасильственного общения педагогов с учащимися и родителями, родителей с детьми и, наконец, учащихся между собой (формы работы: проведение совместных творческих мероприятий, соревнований, ролевых игр, конкурсов);
- апробация форм эффективного взаимодействия классных руководителей, классных воспитателей и учителей-предметников, социальных педагогов и педагога-психолога, педагогов дополнительного образования (формы работы: круглые столы, дискуссионный клуб, проблемные семинары, психолого-педагогические консилиумы).

Развитие содружества всех участников образовательного процесса предполагает проведение совместных игровых мероприятий, направленных на повышение культуры общения, снижение коммуникативных барьеров общения, соучастие в радостном диалоге.

#### **2. Реализация многоуровневого мониторинга исследования состояния**

**психологического здоровья учащихся в целях вероятностного прогнозирования, своевременного предупреждения возникновения личностных проблем учащихся, а также исследования стрессогенных факторов, нарушающих психологическое здоровье учащихся.**

Следует отметить, что подзадачей этого аспекта деятельности является обеспечение профессионального доступа к полученным с помощью мониторинга данным и использования их специалистами всех звеньев системы сопровождения, контроль за соблюдением мер безопасности и ответственности при выполнении данной работы.

### **3. Обеспечение оптимального формирования непрерывного взаимодействия между дошкольной и начальной ступени образования.**

Данная задача реализуется за счет предшкольной адаптации детей к новым условиям, которая включает в себя диагностику функциональной готовности к школе, развитие творческих, познавательных способностей на базе образовательного учреждения - это способствует снижению страхов, риска возникновения адаптационного синдрома у будущих первоклассников.

### **4. Обеспечение поддержки детей с трудностями в обучении.**

- Участие специалистов системы сопровождения в специализированном сопровождении учебных программ, адекватных возможностям и особенностям учащихся классов коррекционно-развивающего обучения.
- Внедрение развивающе-коррекционных программ для детей с отставанием в обучении (педагогически запущенные дети, интеллектуально пассивные, учащиеся с пониженной обучаемостью).
- Организация консультативно-рекомендательной работы с родителями, воспитателями, учителями.

## **5. Создание условий для формирования, сохранения, укрепления психологического здоровья учащихся.**

В рамках реализации этой задачи разрабатываются, подбираются профилактические, развивающие программы, ориентированные на:

- профилактику возрастных трудностей (программа социальной адаптации первоклассников, программа адаптации учащихся при переходе на среднюю ступень образования, программы профилактики личностных трудностей младших и старших подростков и др.);
- формирование установок на здоровый образ жизни, способности противостояния негативным социальным влияниям, профилактику табакокурения, алкоголизма, развитие навыков саморегуляции и управления стрессом;
- активное использование в воспитательном процессе тренингов личностного роста, уверенности в себе, межличностного общения, бесконфликтного взаимодействия, самостоятельности, развития критического мышления.

## **6. Создание психолого-педагогических условий для оздоровления межличностной сферы (развитие атмосферы терпимости, взаимоуважения в классных коллективах, снижение факторов стресса в межкультурном общении) и профилактика жестокого обращения с детьми.**

Специалист сопровождения призван решить особый тип проблемных ситуаций, связанных с отвержением ребёнка сообществом, например из-за этнических различий, особенностей внешности; низкого статуса в группе и др. Основными факторами, провоцирующими жестокость в ученическом

сообществе, являются:

- внутриличностная агрессивность учащихся, зависящая от индивидуальных особенностей (она обостряется в период подросткового кризиса);
- недостаточный уровень развития коммуникативных навыков; общий психоэмоциональный фон учреждения, характеризующийся высоким уровнем тревожности и психической напряжённости; система взаимоотношений внутри классного коллектива; особенности взаимоотношений педагогов со школьниками.

Исходя из этого, реализация данной задачи предполагает:

- внедрение развивающих программ, тренингов, ролевых игр, направленных на развитие толерантности учащихся, эмпатии, сотрудничества, критического мышления, навыков бесконфликтного общения, культуры диалога; преодоление стереотипов восприятия, и др.;
- использование индивидуальной, групповой форм работы с агрессивными учащимися (снятие психологических установок агрессивного поведения, выработка навыков саморегуляции, формирование опыта сотрудничества);
- организация совместной деятельности школьников и педагогов (ролевые игры).

## **7. Реализация программы психологической поддержки педагогов включает в себя:**

- внедрение психологических методов работы с педагогическим персоналом в целях укрепления психологического здоровья персонала;

Критерии психологического здоровья педагогов: эффективное восприятие и

комфортные взаимоотношения с реальностью, понимание и принятие себя, свежий взгляд на вещи, креативность, творческая адаптивность, искреннее служение делу, которым они занимаются; воля и активность, социализированность, целостность, динамичность и др.:

- внедрение психолого-педагогических методов повышения психологической компетентности педагогов (организационно-деловая игра, профессиональные студии с элементами тренингов, тренинги, научно-практический семинар, дискуссия, открытый психологический анализ урока);
- совершенствования толерантных технологий педагогического общения;
- овладение здоровьесберегающими и психосберегающими педагогическими технологиями; выработка умения выявлять и изучать особенности ученика, его учебных затруднений, строить учебно-воспитательный процесс с их учётом;
- профилактика педагогического —сгорания|| педагогов;
- организация психологического консультирования педагогов, администрации;

## **8. Создание полноценных условий для профессионального самоопределения учащихся.**

Реализация данной задачи включает в себя следующие направления деятельности:

- разновозрастная диагностика интересов, профессиональных намерений учащихся; раннее выявление интересов и способностей школьников, изучение их психологических особенностей и качеств личности в

соотнесении с профессиональными намерениями;

- включение в образовательный процесс профориентационных программ, (формирование профессиональных намерений учащихся, формирование способности к сознательному ответственному выбору) тренингов, обучение учащихся навыкам снятия эмоционального напряжения, управления стрессом во время подготовки и сдачи экзаменов;
- консультационная работа со старшеклассниками по определению дальнейшей программы обучения в связи с его дифференциацией;
- проектирование —индивидуальной траектории профессионализации;
- осуществление профилизации обучения.

Реализации внутренней дифференциации обучения в старшей школе позволит организовать профильное обучение как вид личностно-ориентированного обучения, позволяющего раскрыться и реализоваться каждому учащемуся.

- просветительская работа с родителями по вопросам профессионального выбора.

## **9. Организация психолого-педагогического сопровождения одаренных детей.**

Данная задача реализуется в рамках следующих направлений:

- разработка индивидуальных образовательных маршрутов;
- охрана и укрепление физического и психологического здоровья;
- профилактика неврозов;

- предупреждение изоляции одарённых детей в группе сверстников.

## **10. Создание благоприятных условий для успешной адаптации молодых специалистов.**

- оценка педагогического статуса молодого учителя;
- осуществление психологического сопровождения молодых учителей ознакомление их с основами психологической защиты и методами повышения стрессоустойчивости.

## **11. Организация работы с родителями учащихся.**

Организация следующих форм работы:

- семинар-тренинг по особенностям, методам и таким как воспитания в семье, умению разрешать конфликты и кризисы;
- социально-психологический тренинг (тренинг партнёрского общения);
- совместные занятия для детей и их родителей;
- лектории для родителей (развитие психолого-педагогической компетентности родителей);
- психологическое консультирование;
- проведение индивидуальных и групповых флэштренингов.

### **НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ Сопровождение учащихся**

Данное направление ставит своей задачей создание позитивных развивающих условий для формирования, сохранения психологического здоровья учащихся, раскрытия их творческого, интеллектуального

потенциала, безопасного самовыражения

Реализация данного направления опирается на ряд взаимосвязанных требований

- целостный подход к анализу развития ребёнка в условиях образовательной среды;
- своевременное выявление и предупреждение возможных трудностей в развитии ребёнка, обусловленных его индивидуально-психологическими особенностями
- предупреждение возможных осложнений связанных с переходом ребёнка на следующую возрастную ступень
- создание благоприятного, безопасного психологического климата, обеспечивающего благополучие в развитии ребёнка на каждом возрастном этапе.

**Программа формирования психологического здоровья у младших школьников «Тропинка к своему- Я» (автор О.В. Хухлаева).**

Цель - обеспечить формирование психологического здоровья детей, а также выполнение возрастных задач развития.

Программа рассчитана на весь период пребывания детей в начальной школе и предполагает включение всех младших школьников в еженедельные занятия психологией.

**Программа формирования психологического здоровья учащихся 5-6 классов «Тропинка к своему- Я» (5-6 класс) (автор О.В. Хухлаева)**

Цель занятий – помочь ученикам 5-6 классов разобраться в своих чувствах и желаниях, научиться на новом уровне строить взаимоотношения с окружающими, справляться с конфликтными ситуациями и пр.

## **Программа формирования психологического здоровья учащихся 7-8 классов «Тропинка к своему- Я» (7-8 класс) (автор О.В. Хухлаева)**

Основная цель занятий — помочь подросткам осознать свои особенности, научиться решать проблемы, обрести уверенность в собственных силах, преодолеть подростковый кризис.

## **Программа тренинговых занятий «ЗДОРОВЬЕ НАШЕЙ ДУШИ» для учащихся 9-11 классов.**

Цель: создание психолого-педагогических условий, способствующих сохранению психологического здоровья старшеклассников; сформировать представление у старшеклассников о себе как ценности, доверенной самим себе, что означает бережное и ответственное к себе, уважение своих прав и свободы, активная жизненная позиция, помочь в преодолении подросткового кризиса.

## **Программы сопровождения адаптации учащихся к новым условиям обучения:**

### **Программа Адаптации учащихся 1 класса к школьному обучению "Введение в школьную жизнь" (авт. Г.А.Цукерман, К.Н.Поливанова)**

Цель: оказание помощи всем субъектам образовательного процесса в адаптационный период, создание наиболее оптимальных условий для безболезненного вхождения учащихся в школьную жизнь.

Задачи: снижение тревожности учащихся, педагогов и родителей; обеспечить каждому ребенку сферу успеха, самореализации, оказание помощи первоклассникам в осознании и принятии новой ситуации развития; оказание помощи педагогам в осознании смысла адаптационного периода и принятия его идеи; консультативно-просветительская работа с педагогами, учащимися и их родителями по профилактике (предупреждению)

дезадаптации первоклассников.

**Программа по адаптации учащихся при переходе из начальной школы в среднюю «Первый раз в 5 класс» (авт. Е.Г. Коблик).**

Задачи:

- создание условий для успешной адаптации детей в школе (формирование классного коллектива; выработка единой системы обоснованных, последовательных требований; установление норм взаимоотношений детей со сверстниками, преподавателями и другими сотрудниками школы и т.п.).
- повышение уровня психологической готовности детей к обучению, познавательному развитию, общению;
- адаптация учебной программы, нагрузки, образовательных технологий к индивидуальным возможностям и потребностям учеников пятых классов.

**Программа «Сталкер» ООО «НПФ АМАЛТЕЯ» по профилактике наркомании, табакокурения, алкоголизма среди детей и подростков**

Цель: профилактика наркомании, токсикомании и алкоголизма среди детей и подростков путем системы мер просветительского характера и тренинговых занятий.

**Модуль « Цветодиагностика и психотерапия произведениями искусства» (автор Элькин).**

Методика отличается новым взглядом на проблему использования образов цвета, пейзажа, животных и афоризмов в практической работе психолога и психотерапевта и предназначена для диагностики и коррекции нервно-психического состояния взрослых и детей с 4-х летнего возраста.

Работа с методикой разделена три этапа.

На первом психодиагностическом этапе проводится индивидуальная диагностика по шести субтестам. На основании полученных результатов делается вывод об актуальном нервно-психическом состоянии человека, выявляются психические резервы, основные проблемы и источники напряжения.

На втором психокоррекционном этапе индивидуально по предложенной технологии перед клиентом открываются новые горизонты, обозначаются пути выхода из сложных ситуаций, гармонизируется его состояние.

Третий этап - музыкотерапевтический - можно проводить индивидуально и с группой.

На основании результатов предыдущих этапов специалист предлагает для прослушивания музыкальные произведения из входящих в комплект методики девяти компакт-дисков. Результатом применения методики является нормализация и улучшение эмоционального состояния и психической деятельности клиента.

### **Модуль «Релаксационные занятия»**

Релаксация - специальный метод самостоятельного воздействия на свой организм, создающий снятие стресса, изменения функционального состояния нервной системы. К достоинствам этого метода относятся:

- 1) простота в обучении;
- 2) научная обоснованность;
- 3) глубокий и стойкий эффект при внешней поверхности уровня психологической проработки;
- 4) возможность самостоятельной домашней работы;
- 5) одновременное достижение обучения и отдыха в процессе занятий;

- 6) возможность работы в группе;
- 7) возможность использования базового навыка релаксации для многих целей: снятие фобических реакций на ситуации экзамена, организация отдыха, лучший контроль импульсивности, психопрофилактика вегето-сосудистой дистонии и психосоматических расстройств.

Использование на релаксационных занятиях целевых формул, программирования детей на успех позволяет ускорить и укрепить процесс самовоспитания полезных привычек и черт.

#### Цели и задачи занятий

1. Обучение способам эмоциональной саморегуляции.
2. Обучить способам расслабления мышц.
3. Помочь составить и использовать персональные (целевые) формулы самовнушения.
4. Программирование на успех.

#### **Модуль «Песочная терапия»**

Задачи песочной терапии согласуются с внутренним стремлением ребенка к самоактуализации. В этом песочная терапия ориентирована на то, чтобы помочь маленькому ребенку:

- развить более позитивную Я-концепцию;
- стать более ответственным в своих действиях и поступках;
- выработать большую способность к самопринятию;
- в большей степени полагаться на самого себя;
- овладеть чувством контроля;
- развить сензитивность к процессу преодоления трудностей;
- развить самооценку и обрести веру в самого себя.

Цель такой терапии - не менять и переделывать ребенка, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать возможность ребенку быть самим собой.

### **Курс по подготовке учащихся одиннадцатого класса к выпускным экзаменам с элементами психологического тренинга**

Цель занятий: отработка с учащимися навыков психологической подготовки к экзаменам, повышение их уверенности в себе, в своих силах при сдаче экзаменов.

Задачи:

- Обучение выпускников способам релаксации и снятия эмоционального и физического напряжения, повышение сопротивляемости стрессу;
- Обучение учащихся способам волевой мобилизации и способам поддержания рабочего самочувствия в ходе подготовки к экзаменам;
- Обучение приемам активного запоминания.
- Используемые методы: дискуссии, минилекции, тренинговые упражнения.

### **Индивидуальные и групповые психолого-педагогические консультации**

### **Сопровождение педагогов**

### **Курс по профилактике эмоционального выгорания у педагогов**

Цели:

- Познакомить присутствующих с понятием профессионального выгорания, симптомами его проявления, этапами формирования, причинами возникновения, способами профилактики;
- С помощью практических упражнения и анализа сведений, полученных в процессе работы с представителями разных профессий образования проиллюстрировать проблему эмоционального выгорания;
- Представить схему тренинговой программы по вопросам эмоционального выгорания в профессиональной сфере.

## **Индивидуальные и групповые психолого-педагогические консультации**

### **Сопровождение родителей**

#### **Работа психолога с родителями в рамках психологического сопровождения обучения.**

Задача психолога — научить участников клуба самостоятельно конструировать собственное поведение при взаимодействии с ребенком. Родители должны почувствовать, что единственno верного способа разрешения той или иной проблемы не существует.

Занятия проводятся в течение года один раз в месяц. Программа рассчитана на восемь встреч по два часа. Каждое занятие состоит из двух частей: теоретической и практической.

#### **Тренинги гармоничных детско-родительских взаимоотношений.**

##### **Цель психологической коррекции:**

- изменение неадекватности родительских позиций,
- гармонизация стиля воспитания,
- расширение осознанности мотивов воспитания в семье,
- оптимизация форм родительского воздействия в процессе воспитания

детей.

### **Задачи:**

- *психологическое просвещение* - дать родителям знания о механизмах семейных систем, показать влияние их родительских семей на актуальную ситуацию в их собственной семье;
- *обучение* – дать определенную модель построения взаимоотношений с детьми и обучить родителей различным навыкам межличностного общения, необходимым для реализации этой модели;
- *переориентация* - самоисследование родительских позиций, развитие многомерности психологического видения детско-родительских и иных межличностных отношений, преодоление стереотипов, ригидных паттернов поведения.

### **Тренинги родительской эффективности.**

Целью тренинга является обучение взрослых навыкам эффективного общения с ребенком в современных социально-экономических и культурных условиях на основе установления и развития партнерских отношений с детьми.

После прохождения тренинга каждый участник будет уметь:

- Устанавливать дружеские отношения с ребенком, основанные на взаимном доверии и ответственности;
- Объективно оценивать мотивы —плохого\ поведения ребенка;
- Оказывать психологическую поддержку ребенку;
- Осознавать психологические ловушки в общении с ребенком;
- Эффективно решать конфликтные ситуации с ребенком, не ущемляя ни его интересов, ни своих собственных.

## **Индивидуальные и групповые психолого-педагогические консультации.**

### **4. Ожидаемые конечные результаты реализации Программы:**

Направление	Планируемые результаты
Диагностика заболеваний и факторов риска, мониторинг состояния здоровья учащихся и сотрудников школы	<p>1. Анализ и разработка системы профилактических и коррекционных мероприятий по данным медицинских и психологических обследований.</p> <p>2. Снижение заболеваемости и функциональной напряженности учащихся..</p> <p>2.Расширение оснащения медицинского кабинета приборами цветоимпульсной терапии.</p>
Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения	1 Соответствие состояния и содержания зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.
Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся	<p>1.Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения.</p> <p>2.Пополнение банка методических разработок педагогов по вопросам повышения эффективности учебного процесса, снижения</p>
	функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.
Инновационная	1.Повышение уровней валеологической

<p>деятельность по укреплению и сохранению здоровья детей в школе.</p>	<p>грамотности и обеспечения безопасной жизнедеятельности обучающихся и их родителей; осознанная потребность в здоровом образе жизни.</p> <p>2. Рекомендации по выявлению детей с дезадаптацией, разработанная система учёта, разработанная система профилактической работы.</p> <p>3. Анализ мониторинга влияния различных технологий на здоровье учащихся и влияния внутришкольных факторов на здоровье детей.</p> <p>4. Повышение профессиональной компетенции педагогов и работников ОУ в сохранении и укреплении физического, нравственного, морального и социального здоровья обучающихся (воспитанников).</p>
<p>Организация физкультурно-оздоровительной работы</p>	<p>1. Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях).</p> <p>2. Рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера.</p> <p>3. Повышение уровня физической подготовленности школьников.</p> <p>4. Выпускники начальной, средней, старшей</p>

	<p>школы приобретут индивидуальные навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• сохранения своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности;</li> <li>• спортивных занятий для сохранения и укрепления здоровья;</li> <li>• соблюдения правил гигиены и здорового режима дня.</li> <li>• подвижного образа жизни (прогулки, подвижные игры, соревнования, занятие спортом и т.п.).</li> </ul> <p>5. Улучшение физического и эмоционально-психологического состояния всех участников образовательного процесса.</p> <p>6. Расширение сети спортивных секций и видов физкультурно-оздоровительной работы;</p> <p>7. Рост спортивных достижений обучающихся</p>
Реализация дополнительных образовательных программ	<p>1. Эффективное внедрение в систему работы ОУ программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс.</p> <p>2. Сформированность у учащихся ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей.</p> <p>3. Учащиеся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• имеют элементарные представления о</li> </ul>

	<p>физическом, нравственном, психическом и социальном здоровье человека.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• имеют первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности.</li> <li>• имеют первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества.</li> <li>• знают о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека.</li> </ul>
Взаимодействие с семьями школьников по вопросам воспитания культуры здоровья	Эффективная совместная работа педагогов и родителей по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек.
Работа по сохранению психологического здоровья всех участников образовательного процесса.	<p>1. Обеспечение оптимальных психопрофилактических, развивающих, безопасных условий образовательной среды, способствующих минимизации стрессовых факторов в образовательном процессе, сохранению и укреплению психологического, психического здоровья всех участников образовательного процесса, успешной социализации, самореализации и достижению высокого качества образования учащихся.</p> <p>2. Повышение уровня познавательного развития мотивации к учебной деятельности учащихся.</p> <p>3. Исследование личностных особенностей</p>

	<p>педагогического персонала, администрации; профессиональных затруднений; уровня профессиональной тревожности; уровня стрессоустойчивости, степени удовлетворения различными аспектами жизнедеятельности школы и своими результатами в частности. Применение инновационных здоровьесберегающих технологий.</p> <p>4. Исследование уровня социальной фruстрированности родителей, установок воспитания, родительской тревожности. Индивидуальное консультирование и коррекция по результатам исследования.</p> <p>5. Улучшение физического и эмоционально-психологического состояния всех участников образовательного процесса.</p>
--	---

#### **Список нормативно-методических документов:**

1. Федеральный Закон РФ № 30-ФЗ «Об образовании» от 22.07.1993 (с последующими изменениями и дополнениями)
2. Федеральный закон РФ №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.1999.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. Утвержден Приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373. – М.: Просвещение, 2010. – 31 с. (Стандарты второго поколения).
4. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. Утвержден Приказом Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. № 1897. – М.: Просвещение, 2011. – 48 с. (Стандарты второго поколения).
5. СанПиН 2.4.2.282-10 «Гигиенические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
6. СанПиН 2.2.2./2.4.1.1340-03 «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и

организации работы».

7. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №373 от 6.10.2009 «Об утверждении и введение в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №1897 от 17.12.2010 «Об утверждении и введение в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №2106 от 28.12.2010 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

## Литература

1. Баранов А.А., Кучма В.Р., Сухарева Л.М. Оценка состояния здоровья детей. Новые подходы к профилактической и оздоровительной работе в образовательных учреждениях: руководство для врачей. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2008. – 437 с.: ил.
2. Звездина И.В., Рапопорт И.К. Здоровье младших школьников. Гигиенические проблемы школьных инноваций.– Научный центр здоровья детей РАМН, 2009.-С.28-72.
3. Кучма В.Р. Медико-профилактические основы обучения и воспитания детей: руководство для медицинских и педагогических работников образовательных и лечебно-профилактических учреждений, санитарно-эпидемиологической службы. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2005. – 528 с.: ил.
4. Кучма В.Р, Сухарева Л.М., Степанова М.И. Физиологогигиеническое обеспечение модернизации структуры и содержания общего образования в России. Здоровье, обучение и воспитание детей: история и современность (1904-1959-2004). Под ред. А.А.Баранова, В.Р.Кучмы, Л.М.Сухаревой. М.; Издательский Дом «Династия», 2006. – С. 21-27.
5. Кучма В.Р, Сухарева Л.М., Степанова М.И. Физиологогигиеническое обеспечение модернизации структуры и содержания

- общего образования в России. Здоровье, обучение и воспитание детей: история и современность (1904-1959-2004). Под ред. А.А.Баранова, В.Р.Кучмы, Л.М.Сухаревой. М.; Издательский Дом «Династия», 2006. – С. 21-27.
6. Кучма В.Р, Сухарева Л.М., Степанова М.И. Физиологогигиеническое обеспечение модернизации структуры и содержания общего образования в России. Здоровье, обучение и воспитание детей: история и современность (1904-1959-2004). Под ред. А.А.Баранова, В.Р.Кучмы, Л.М.Сухаревой. М.; Издательский Дом «Династия», 2006. – С. 21-27.
  7. Кучма В.Р, Сухарева Л.М., Степанова М.И. Физиологогигиеническое обеспечение модернизации структуры и содержания общего образования в России. Здоровье, обучение и воспитание детей: история и современность (1904-1959-2004). Под ред. А.А.Баранова, В.Р.Кучмы, Л.М.Сухаревой. М.; Издательский Дом «Династия», 2006. – С. 21-27.
  8. Кучма В.Р, Сухарева Л.М., Степанова М.И. Физиологогигиеническое обеспечение модернизации структуры и содержания общего образования в России. Здоровье, обучение и воспитание детей: история и современность (1904-1959-2004). Под ред. А.А.Баранова, В.Р.Кучмы, Л.М.Сухаревой. М.; Издательский Дом «Династия», 2006. – С. 21-27.
  9. Кучма В.Р, Сухарева Л.М., Степанова М.И. Физиологогигиеническое обеспечение модернизации структуры и содержания общего образования в России. Здоровье, обучение и воспитание детей: история и современность (1904-1959-2004). Под ред. А.А.Баранова, В.Р.Кучмы, Л.М.Сухаревой. М.; Издательский Дом «Династия», 2006. – С. 21-27.
  - 10.Кучма В.Р, Сухарева Л.М., Степанова М.И. Физиологогигиеническое обеспечение модернизации структуры и содержания общего образования в России. Здоровье, обучение и воспитание детей: история и современность (1904-1959-2004). Под ред. А.А.Баранова, В.Р.Кучмы, Л.М.Сухаревой. М.; Издательский Дом «Династия», 2006. – С. 21-27.
  - 11.Кучма В.Р, Сухарева Л.М., Степанова М.И. Физиологогигиеническое обеспечение модернизации структуры и содержания общего образования в России. Здоровье, обучение и воспитание детей: история и современность (1904-1959-2004). Под ред.

- А.А.Баранова, В.Р.Кучмы, Л.М.Сухаревой. М.; Издательский Дом «Династия», 2006. – С. 21-27.
- 12.Кучма В.Р, Сухарева Л.М., Степанова М.И. Физиологогигиеническое обеспечение модернизации структуры и содержания общего образования в России. Здоровье, обучение и воспитание детей: история и современность (1904-1959-2004). Под ред. А.А.Баранова, В.Р.Кучмы, Л.М.Сухаревой. М.; Издательский Дом «Династия», 2006. – С. 21-27.

### **Электронные ресурсы:**

1. Павлова М. Методические рекомендации по интеграции программы «Основы здорового образа жизни» в учебно-воспитательный процесс образовательного учреждения. [Электронный ресурс] / М.Павлова.- Режим доступа к ст.: <http://health.best-host.ru> - заглавие с экрана.
2. А.А. Баранов, В.Р. Кучма, Л.С. Намазова-Баранова, Л.М. Сухарева, А.Г. Ильин, И.К. Рапопорт, В.И. Широкова, А.А. Левитская, О.В.Чумакова, Е.В. Антонова, В.Ю. Альбицкий, И.В. Звездина, В.В. Чубаровский, Н.В. Соколова, А.А. Сергеева. Стратегия «Здоровье и развитие подростков России» (гармони-зация Европейских и Российских подходов к теории и практике охраны и укрепления здоровья подростков). (Электронный ресурс).- Режим доступа к ст. : [standart.edu.ru/attachment.aspx?id=453](http://standart.edu.ru/attachment.aspx?id=453)
3. Кучма В.Р. Школа здоровья: организация работы, мониторинг развития и эффективности (Аудит школы в сфере здоровьесбережения детей). (Электронный ресурс). - Режим доступа к ст.: [schoolforhealth.ru/upload/Rukovodstvo.doc](http://schoolforhealth.ru/upload/Rukovodstvo.doc)