

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол № 3 от 16.03.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАОУ «Гимназия № 6» г.
Перми

Е.А. Васильева
Приказ от 17.03.2021 г. № 01-09/59-1

**Корпоративная программа
по укреплению здоровья
«Наше здоровье - в наших руках»**

Линия «Наше здоровье – в наших руках» является продолжением успешно реализованной в гимназии Программы «Формирование здоровьесберегающей среды в гимназии» (2021-2025 гг.)

Ведущими концептуальными понятиями выступают:

1. Здоровье участников образовательного процесса.
2. Культура здоровья.
3. Здоровьесберегающая образовательная среда.

Цель: создание и развитие единой системы здоровьесбережения в образовательном учреждении, формирование единых ценностных установок и подходов к здоровьесбережению у всех участников образовательного процесса.

Задачи:

- Создание системы мотивации педагогического коллектива на сохранение и укрепление здоровья.
- Разработка и апробация здоровьесберегающей модели образования через применение здоровьесберегающих технологий, оптимальную организацию режима работы школы, образовательную деятельность по формированию навыков здорового образа жизни.
- Разработка и внедрение системы оздоровительных, профилактических и коррекционных мероприятий.
- Организация рационального питания.

- Внедрение в практику здоровьесбережения новых активных форм и методов работы.
- Активное вовлечение в реализацию проекта родителей и социальных партнёров.
- Создание в гимназии организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- Совершенствование работы социально-психологической службы гимназии для своевременной профилактики психологического состояния педагогов.
- Функции различных категорий работников школы, занятых в реализации проектной линии.

Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль
 - педагоги
 - социальные партнеры

Сроки и этапы реализации программы:

- I этап - 2020 г - подготовительный
- II этап - 2021 – 2022 гг. – этап реализации
- III этап - 2023 г. - аналитический, вывод в режим функционирования

1 этап – подготовительный (2020 год):

- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических мероприятий.
- Разработка модели здоровьесберегающего процесса гимназии

2 этап –реализация основных направлений программы (январь 2021 – декабрь 2021 г.г.):

- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- проведение оздоровительных мероприятий;
- разработка программы психолого-педагогического сопровождения работы по здоровьесбережению.

Ожидаемые результаты:

- повышение приоритета здорового образа жизни;
- снижение уровня заболеваемости (простудные заболевания);
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.

Основные мероприятия программы

1.Создание мини- групп по интересам:

- Йога
- Плавание
- Скандинавская ходьба
- Любители лыжных походов
- Я – театрал
- Я - путешественник

2. Детско-взрослые проект: «Путешествие через край», «Путешествие со смыслом»

3. Методическая панорама «Здоровьесберегающие технологии в профессии»:

- психолого-педагогический коучинг «Эмоциональное здоровье педагога» (1 раз четверть);
- метод пассивного консультирования (буклеты, памятки);
- выездные тематические занятия по здоровьесбережению (Демидково, веревочный курс).

4. Диспансеризация педагогов.

5. Развитие школьного кафе:

- разработка меню для взрослых «Правильное питание»
- фитотерапия в нашем меню (беседы, дегустации)

6. Работа творческих мастерских :

- гимназический Арбат « Все в твоих руках»;
- педагогическая гостиная «Союз единомышленников»;
- практикум «Экскурсия в творческую лабораторию педагога-наставника»;
- творческая мастерская «Раскрываем потенциал педагога»;
- ярмарка педагогических идей «Трудная ситуация на уроке и ваш выход из неё»;
- фестиваль открытых уроков «Секреты мастерства»;
- методический семинар «Совет «бывалого» или как интересно организовать учебный процесс ».

7. Создание Зоны (комнаты) психологической разгрузки

8. Программа «Сохранение психологического здоровья и благополучия»:

- проведение коммуникационной компании по популяризации ЗОЖ, участие педагогов в социальных акциях: «День Дружбы», «День Спасибо», «Бегом от стресса», «Здоровое Питание»;
- проведение «Дня Здоровья», 7 апреля;
- проведение семинара для педагогов «Как сохранить психологическое благополучие на рабочем месте», соц. сети ВК группа «Учительская»;
- обустройство комнаты психоэмоциональной разгрузки, каб.15;

- организация поездок и оздоровления в санаториях-профилакториях, проект «Волна Здоровья»;
- проведение психологических консультаций на темы: «Снижение тревожности», «Конструктивные способы общения»;
- организация индивидуальных занятий при помощи арт-терапии и дыхательной гимнастики на стрессоустойчивость и гармонизацию личности;
- актуализация системы нематериального стимулирования: поощрение участников российских, краевых, городских конкурсов почетными грамотами (благодарностями), билетами в кино, театр и т.д.;
- установка доски почета в гимназии, которая может обновляться каждый месяц;
- поздравление с днем рождения, значимым событием в соц. сетях, в гимназии на информационном стенде.

9. Мастерские детско-взрослых проектов «ЗОЖ – кредо успешного человека».