Утверждаю

Директор МОАУ СОШ № 1

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Г. Отрадная

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_ 2022 г.

**ПЛАН**

 **по формированию здорового образа жизни обучающихся**

 **МОАУ СОШ №1**

**на 2022/2023 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** **п/п**  | **Содержание работы**  | **Сроки**  | **Ответственные**   |
|  | ***1.Организация здоровьесберегающего образовательного процесса.***  |
| 1.  | Составление соц паспортов школы, классов  |  Сентябрь, корректировка в ходе акций  | Зам. по ВР, социальный педагог, классные руководители  |
| 2.  | Издание приказа о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил техники безопасности, противопожарной безопасности и охраны труда   | Август | Директор школы |
| 3.  | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни  | В течение года  | классные руководители, зам. по УВР, соцпедагог  |
| 4.  | Проведение уроков в соответствии с требованиями к здоровьесбережению: ·плотность учебной работы в начальных классах не выше 80%; ·соблюдение гигиенических условий в кабинете; ·использование 4-7 видов учебной деятельности в течение урока; ·использование приёмов снятия психологической напряжённости; ·организация оздоровительных режимных моментов в организации учебных занятий (физкультминутки, динамические паузы). | **E:\4.jpeg**Постоянно  | Зам по УВР Педагогический коллектив |
| 5.  | Контроль состояния здоровья школьников по итогам диспансеризации, мониторинг физического здоровья обучающихся по итогам медицинских осмотров | Май | Медицинский работник, Зам. по УВР, ВР, социальный педагог, педагог психолог |
| 6.  | Проведение «здоровых уроков», разнообразие форм проведения уроков  | Постоянно  | Администрация школы, учителя - предметники  |
|  | Расписание уроков, не допускающее перегрузок, его соответствие санитарно-гигиеническим требованиям Использование «ступенчатого» метода наращивания учебной нагрузки для облегчения процесса адаптации учащихся 1 класса к школе. | Сентябрь-январь | Директор, Зам. директора по УВР |
| 7.  | Комплексная оценка состояния здоровья учащихся Комплектация на их основе физкультурных групп.  | Сентябрь  | Медицинский работник, Учитель физкультуры  |
| 8.  | Профосмотры обучающихся |  По графику | Медицинский работник |
| 9.  |  Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон); организация дежурства. | В течение года   В начале четверти |  Техперсонал, зав. кабинетами, учителя предметники Зам.директора по ВР |
| 10.  | Смотр кабинетов ; их соответствие требованиям  | Ежегодно  | Директор школы, заведующие кабинетами  |
| 11.  | Психологическая служба: ·Скрининг тестирования; · Адаптация учащихся 1-х, 5-х, 10-х классов ·Психологический климат класса; ·Уровень тревожности на начало учебного года учащихся 1-е. 5-е, 10-е классы. · Анкетирование «Отношение к негативным явлениям»  ·Профилактика наркомании и алкоголизма. Тренинг. 9-11 кл. ·ВИЧ/СПИД/ЗППП: подготовка к безопасным формам поведения. ·Профориентационная работа и психологическая поддержка учащихся 8-11 классов. ·Психологические основы одарённости (тестирование, анкетирование, мониторинг) ·Составление психофизиологических карт учащихся, подверженных нарушениям здоровья. ·проведение родительского лектория по плану  ·Проведение семинаров для педагогических работников по плану | По плану Октябрь По плану Сентябрь  Ноябрь  Апрель   Ноябрь Ежегодно   Ежегодно   Ежегодно | Психолог Администрация Классные руководители Психолог Психолог  Психолог  Психолог  Классные руководители |
| 12.  | Проведение психологических тренингов для формирования благоприятного морально – психологического климата среди всех субъектов образовательного процесса. | В течение года | Педагог-психолог |
| 13.  | Организация отдыха на переменах (подвижные игры, работа библиотеки) | Постоянно  | Зам по ВР, учителя начальных классов, дежурные учителя |
| 14.  | Ведение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни (ОБЖ, «Окружающий мир») |  Постоянно  |   Директор, зам по УВР |
| ***2. Контроль за соблюдением санитарно- гигиенического режима в школе***  |
| 1.  | Соблюдение воздушного и светового режима в школе  | Постоянно  | Директор, техперсонал  |
| 2.  | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований Сан ПиНа)  | В течение года  | Зам. директора по УВР  |
| 3.  | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: * проветривание;
* освещение;
* отопление;
* уборка
 | Постоянно  | Завхоз Зам. лиректора по УВР Медицинский работник, Председатель управляющего совета  |
| 4.  | Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности в школе  | Постоянно  | Директор Завхоз  |
| 5.  | Содержание в исправности всех средств пожаротушения  | Постоянно  | Завхоз  |
| 6.  | Обеспечение хранения спортивного инвентаря  | Постоянно  | Учитель физкультуры  |
| 7.  | Организация ремонта учебных кабинетов  | Летний период  | Директор, завхоз, зав. кабинетами  |
| 8.  | Рейды: * по проверке внешнего вида обучающихся;
* по выполнению школьниками режима
 | По Постоянно  | зам по ВР, соцпедагог классные руководители.  |
| 9.  | Проведение учебных пожарных эвакуаций  | Сентябрь, декабрь апрель-май  | Директор, завхоз зам по ВР  |
| 10.  | Контроль за качеством питания и питьевым режимом  | постоянно  | Администрация школы  |
| 11.  | Диагностика загруженности учащихся домашними заданиями  | постоянно  | Зам. директора по УВР  |
| 12.  |  Поддержание в школе надлежащих санитарно- гигиенических условий  | Постоянно  | Директор, завхо, техперсонал  |
| 13.  |  Организация дежурства по школе  | Постоянно  | Администрация  |
| **3*. Мониторинг уровня здоровья учащихся,*** ***мероприятия по сохранности и укреплению здоровья детей***  |
| 1.  |  Состояние здоровья учащихся (анализ на основе осмотра) (Информация на педсоветах, информация на родительских собраниях).  | В течение года  |  Администрация школы  |
| 2.  | Психологический мониторинг здоровья учащихся: * · Адаптация учащихся 1-х классов к учебно-

воспитательной деятельности учащихся; * ·Адаптация учащихся 5, 10 классов к условиям обучения;
* тест на тревожность

  | Сентябрь- январь     В течение года   | Педагог-психолог     Зам. по УВР  |
| 3.  | Мониторинг организации питания по классам · Проведение совещаний по вопросам организации и развития школьного питания. · Осуществление ежедневного контроля за работой школьной столовой, проведение целевых тематических проверок (качество обслуживания; качество пищи). · Проведение работы по воспитанию культуры питания среди учащихся. · Опрос учащихся и родителей по вопросам школьного питания.  |  постоянно, по плану  с сентябрь, январь     ноябрь, май  |  Администрация  школы  медицинский работник   Классные руководители  |
| 4.  | Оздоровительная программа с детьми в летний период (Организация и работа школьной площадки)  | июнь-июль  |  Администрация школы,  |
| ***4. Гигиеническое, санитарно – просветительское воспитание***   |
| 1.  | Проведение бесед, классных  |  В течение года  |  Классные  |
|  | часов  |  | руководители  |
| 2.  | Индивидуальные консультации специалистов для родителей и учащихся  |   |  медработник соцпедагог  педагог-психолог  |
|  3.  | Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни  |   | библиотекарь, классные руководители  |
| 4..  | Проведение физзарядки до уроков. Проведение физкультминуток на уроке для 1-4 классов. Проведение физкультминуток на уроке для 5 -11 классов.  | Ежедневно Ежедневно  Ежедневно  | Классные рук. Учителя нач.школы  Учителя - предметники  |
| 5  | Информация на классных родительских собраний по актуализации ценности здоровья («Гиподинамия и ее влияние на здоровье школьников»,«Режим дня школьника в течение учебного года и в период подготовки к экзаменам»,«Организация подготовки домашних заданий школьниками разного возраста»,«Внешняя и внутренняя гигиена школьников» и т. д.)  |  В течение года  | Администрация Классные руководители  |
| 5  | Информация на классных родительских собраний по актуализации ценности здоровья ( «Гиподинамия и ее влияние на здоровье школьников»,«Режим дня школьника в течение учебного года и в период подготовки к экзаменам»,«Организация подготовки домашних заданий школьниками разного возраста»,«Внешняя и внутренняя гигиена школьников» и т. д.)  |  В течение года  | Администрация Классные руководители  |
| 6  | Проведение методических совещаний классных руководителей, учителей предметников по теме «Индивидуальные особенности школьников на разных ступенях обучения».  |  В течение года  | Администрация  |
| ***5. Совершенствование системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся школы.***   |
| 2.  | Результаты наблюдения учащихся по выявлению склонностей учащихся к вредным привычкам (СПТ). Корректировка планов воспитательной работы.  |  Ежегодно  | Зам. директора по ВР, педагог-психолог, классные руководители  |
|   | Решение оздоровительных задач средствами физической культуры и спорта -Комплектование спортивного зала необходимым спортивным оборудованием и инвентарем. -Проведение тестирования физического здоровья с целью коррекции учебных программ и методики преподавания физической культуры. -Совершенствование спортивно – массовой работы через систему внеурочной деятельности  | постоянно  | Администрация Учителя физической культуры  |
| 4 | Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья  | Сентябрь  | Учитель физкультуры  |
| 5 | Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья | Сентябрь | Учитель физкультуры |
| 6 | Работа спортивных секций | В течение года | Учитель физкультуры |
| 7  | Участие в проведении Международного дня борьбы со СПИДом,  Международного дня борьбы скурением  |  Ноябрь декабрь   | Зам. директора по ВР, классные руководители, учитель ОБЖ  |
|  8 | Проведение школьной акции «Мы – против наркотиков» (Конкурс рисунков и плакатов. Конкурс сочинений. Обзорные выставки книг и материалов СМИ)  | Ежегодно  |  Зам. директора по ВР, учитель ОБЖ, социальный педагог, педагог- психолог, учитель ИЗО  |
| 9 | Проведение бесед о вреде курения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств (5 - 11 классы) | По плану профилактики ПАВ | Классные руководители, зам. директора по ВР, медицинский работник, соцпедагог |
| 7.  | Проведение субботников по очистке школьной территории |  Сентябрь – май | Классные руководители, техперсонал, зам по ВР |
| 8.  | Конкурсы, викторины  | По плану профилактики ПАВ  | Ззам. директора по ВР, педагог-организатор  |
| 9  | Работа школьной библиотеки: · Подборка материала к проведению классных часов, родительских собраний, педагогических советов, методических совещаний по данной проблеме; · Выставка материалов для учащихся, классных руководителей для проведения профилактической работы в школе; · Выступление библиотекаря с обзором литературы по проблемам сохранения и укрепления здоровья школьников перед ученичениками, родителями, учителями |  Ежегодно    По плану школы  По плану школы  | Библиотекарь школы  |
| 10.  | Организация воспитательной работы по формированию навыков ЗОЖ:   | По плану Ежегодно   | Зам.директора по ВР Учителя физической культуры Кл. руководители  |
| - Проведение классных часов, Дней здоровья;   | Октябрь   | Классные руководители учителей физической культуры  |
| - Весёлые старты «Папа, мама, я – спортивная семья»   | Декабрь   | Классные руководители учителей физической культуры   |
|   |  - Конкурс рисунков «Мы выбираем жизнь!»   | Январь  | Классные руководители учителей ИЗО  |
|   | - Интеллектуально-спортивный праздник «Аты-баты, шли солдаты»   | Февраль  | Классные руководители учителей физической культуры   |
| **6. Физкультурно – массовая оздоровительная работа**  |
| 1.  |  Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом  |   | Учитель физкультуры  |
| 10  |  Школьные мероприятия спортивно – массовой оздоровительной работы  | Учебный год  | Зам по ВР, классные руководители, учитель физкультуры  |
| 11  |  Озеленение территории школы | Май-сентябрь | Классные руководители, техперсонал  |
| 12  |  Проведение традиционных спортивных мероприятий: - турслёт - спортивные турниры - соревнования по баскетболу - соревнования по волейболу - соревнования по подвижным играм  -игра «Зарница»  -«Лыжня России» - Дни защиты детей; - Дни здоровья. - Туристические слёты; - Экскурсии; | По плану  | Зам. директора по ВР, учителя ОБЖ и физической культуры, учителя предметники. |
| 13 |  Проведение недели пропаганды здорового образа жизни, агитбригада | Апрель |  Зам по ВР, классные руководители, учитель ОБЖ, педагог организатор, соц-педагог |
| 14 |  Проведение дней здоровья  | По плану ВР  | Учитель физкультуры, классные руководители, зам. по ВР  |
| 15 | Витаминотерапия в весенний период  | Март-апрель  | мед.работник  |
| 16  |  Летняя оздоровительная программа | Лето |  Начальник оздоровительного лагеря, зам по ВР  |
| **7. Профилактика травматизма**  |
| 1.  | Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности | Сентябрь  |  директор школы, классные руководители  |
| 2.  | Тематические уроки по профилактике т травматизма в рамках преподавания ОБЖ  | По программе  | учителя ОБЖ  |
| 3.  |  Занятия по правилам дорожного движения, выступления сотрудников ГИБДД, тематические классные часы, викторины, конкурсы рисунков) | По плану по предупреждениюДДТТ | Зам. по ВР, классные руководители |
| 4.  |  Статистика и анализ случаев травматизма в школе  | В течение года  |  |