

УТВЕРЖДЕНО



Приказом МБОУ СОШ с.Ивановка
Михайловского муниципального района от
01.09.2023 г. № 174Д/9(а)

С.А. Мокроусова

Комплексный план работы по формированию у учащихся ответственного и безопасного поведения по отношению к своему здоровью и жизни в МБОУ СОШ с.Ивановка на 2023-2024 учебный год

ЦЕЛИ:

- 1) Создание здоровьесберегающих условий организации образовательного процесса.
- 2) Сохранение, укрепление и коррекция здоровья учащихся на каждом этапе деятельности.
- 3) Формирование у учащихся осознанного отношения к своему здоровью и физической культуре.

ЗАДАЧИ:

- 1) Разработать и внедрить наиболее рациональные формы и методы диагностики физического здоровья детей.
- 2) Создать систему учебных и внеучебных форм и методов, способствующих становлению физически, психически и эмоционально здоровой личности.
- 3) Сформировать навыки здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности

№ п/п	Мероприятия	Сроки реализации	Ответственный	Результаты деятельности	здоровьесберегающей
1. Создание современных условий, обеспечивающих сохранение здоровья обучающихся.					
1.	Создание в учебных кабинетах благоприятной среды.	2023-2024 учебный год	Ответственные за кабинет	Развитие физиологических качеств: работоспособность, энергичность, креативность; создание комфортных условий среды обитания	личностных
2.	Поддержание в безопасном и рабочем состоянии футбольное поле	2023-2024 учебный год	Зам по АХР	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья.	мотивации
3.	Обновление спортивного инвентаря и оборудования	2023-2024 учебный год	Директор Заведующий хозяйством	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья..	мотивации
4.	Мониторинг санитарного состояния учебных кабинетов: освещение; проветривание генеральная уборка	1 раз в месяц	Заведующий хозяйством	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья.	мотивации
5	Контроль за качеством питания и питьевым режимом	В течение года	Директор Бракеражная комиссия Родительский контроль	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья	мотивации

6	Осуществление контроля за соблюдением норм нагрузки	В течение года	Зам директора по УР	Сохранение качества здоровья обучающихся; оптимизация учебно – воспитательного процесса.
7	Организация активного отдыха на переменах	В течение года	Зам директора по ВР Совет старшекласников Советник директора по воспитанию	Увеличение двигательной активности обучающихся, профилактика гиподинамии
8	Вакцинация детей в соответствии с приказами Минздрава.	В течение года	Медицинский работник ЦРБ	Профилактика различных заболеваний.
9	Индивидуальная психологическая помощь обучающимся, педагогам, родителям	В течение года	Педагог-психолог	Комфортная среда в школьном сообществе, созданы современные условия, обеспечивающие сохранение здоровья обучающихся.
10	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Сентябрь, январь	Зам директора по УР	Комфортная среда в школьном сообществе, созданы современные условия, обеспечивающие сохранение здоровья обучающихся.

2. Формирование установок на ведение здорового образа жизни

1.	Неделя Здоровья.	Сентябрь, февраль	Учитель физической культуры	Положительная мотивация к ведению здорового образа жизни. Активное участие в подготовке мероприятий. (активная жизненная позиция);
2.	<p>Психопрофилактическая работа с обучающимися:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Поведение и правонарушение» 2. «Какие профессии мне нравятся?» 3. «Какой должна быть девочка? (мальчик) 4. «Как мы говорим». 6. «Свет мой зеркальце» (внешний вид). 7. «Что нужно делать, чтобы избежать конфликта». 8. «Как я отдыхаю» (саморегуляция). 9. «Что такое здоровый образ жизни?». 10. «Основы полового воспитания» 11. «Вредные 	Раз в четверть	классные руководите ли, сотрудники ПДН	<p>Психическое здоровье школьника</p> <p>Понимание важности гигиенического ухода за своим телом;</p> <p>Развитие межличностных отношений;</p> <p>Профессиональное и личное самоопределение обучающихся;</p> <p>Выявление значимости для крепкого здоровья отказа от вредных привычек и ведения</p> <p>здорового образа жизни;</p> <p>Сформировано форма выражения собственного достоинства;</p> <p>Сформированы умения выстраивать свои отношения с окружающими людьми;</p> <p>Сформировано негативное отношение и неприятие грубости и сквернословия;</p> <p>Сформирован стиль жизни, способствующий укреплению здоровья;</p> <p>Сформирована правильная специфика полового воспитания жизни, умение согласовывать свою половую роль с реальными нормами поведения;</p> <p>Сформированы коммуникативные качества</p>

	привычки» (наркомания, токсикомания, алкоголь, курение).			обучающихся.
3.	Организация Дней здоровья: «День здоровья в школе!» «Лыжи! Урааа!» «А ну-ка, парни!», «Зарница»	Сентябрь Декабрь Февраль май	Учителя физической культуры	Сформирована потребность заниматься спортом, вести здоровый образ жизни; Приобретение обучающимися навыков организации и проведения коллективного мероприятия.
4.	Выпуск листов Здоровья 3 Класс «Хочу быть здоровым!» 4 Класс «Я прививки не боюсь» (какие бывают прививки). 5 Класс «В гостях у Мойдодыра» 6 Класс «Советы доктора» 7 Класс «Грипп – это...» 8 Класс «Эта страшная болезнь – туберкулез» 9 Класс «Не курил бы ты...» 10 Класс «Опасные болезни» (гепатит С, СПИД) 11 Класс «Смерть на конце иглы»	Два раза в год	Классные руководители	Сотрудничество в классном коллективе; Сформирована позитивная самооценка учащегося; Сформирована мотивация к здоровому образу жизни; Сформирована система знаний об источниках опасности, умений, навыков выхода из экстремальных ситуаций;

5	<p>Проведение здоровьесберегающих классовых часов:</p> <p>1 класс Травмоопасные участки в школе. Режим дня. Одежда осенью и зимой. Уход за одеждой. Вред табачного дыма. Вернисаж «Сладкоежка» (конкурс рисунков)</p> <p>2 класс Безопасное поведение в школе. Гигиена учебного труда и отдыха. Гигиена питания. Объятия табачного дыма.</p> <p>3 класс. Способы решения конфликтных ситуаций. Строение тела человека. Здоровье и болезнь. Что такое алкоголь и чем опасно его употребление. О вкусной и здоровой пище. Акласс. Режим дня школьников.</p> <p>Как защититься от простуды и гриппа. Правильное питание – залог здоровья. Курить или жить. 5класс. Режим дня.</p>	<p>В течение года</p>	<p>Классные руководители, инспектор ГИБДД, учителя – предметники, педагог психолог</p>	<p>Сформированы Дружеская атмосфера в классном коллективе; Умение общаться, дружить, веселиться; Толерантное взаимодействие; Толерантность, терпимость к другому образу жизни, другим взглядам; Навыки и умения выполнения утренней зарядки; Потребность в рациональном сбалансированном питании; Представление о рационе и режиме питания; Потребность применения витаминов как средства профилактики различных заболеваний; Потребность в закаливании как способу повышения сопротивляемости организма к различным факторам окружающей среды; Коммуникативные качества обучающегося; Система знаний об источниках опасности, умений, навыков выхода из экстремальных ситуаций; Умение решать конфликтные ситуации в классном коллективе; Сформированы конструктивные элементы поведения; Навыки бесконфликтного общения;</p>
---	--	-----------------------	--	--

<p>Правильное питание – залог здоровья.</p> <p>Закаливание – надежный щит против болезней.</p> <p>Межличностное общение</p> <p>Я и другие.</p> <p>Как я отношусь к критике.</p> <p>Долина полезных продуктов.</p> <p>Гигиена тела.</p> <p>7класс.</p> <p>Я и другие.</p> <p>Возможные конфликты с родителями, друзьями, учителями.</p> <p>Влияние наркотиков на жизненный стиль человека.</p> <p>Стресс, его психологические и физиологические проявления. Способы совладания со стрессом.</p> <p>«Сон и профилактика его нарушения».</p> <p>8 класс. Правила выбора гигиенических средств ухода за телом.</p> <p>Признаки утомления органов зрения и слуха.</p>		<p>Культура личной безопасности на дорогах, в социуме, дома;</p> <p>Сформировано умение ставить цели, добиваться и проигрывать;</p> <p>Представление о стрессах и путях его снятия;</p> <p>Умения вести себя в сложных ситуациях;</p> <p>Чувство ответственности за здоровье свое и близких;</p> <p>Устойчивый интерес к занятиям спортом;</p> <p>Критическое мышление по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленным на сохранение здоровья;</p> <p>Осознанное неприятие всех вредных привычек;</p> <p>Совместно с родителями и социальными партн</p>
--	--	--

Способы снятия утомления.
Употребление психоактивных веществ как слабость воли, болезнь.
Открытая трибуна «Все о здоровой пище»
Лекция «Здоровый образ жизни».
Вредные привычки»
Лекция «Инфекции, передаваемые половым путем
9 класс. Гигиена тела – основа здорового образа жизни.
Питание – основа жизни.
Безопасное поведение.
Травматизм.
Психоактивные вещества как фактор риска в жизни человека.
10 класс. СПИД: пути передачи и способы предупреждения.
Правила поведения в местах общественного питания.
Уход за кожей лица.
Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения.

<p>Биоритмы и здоровье. 11 класс. Косметические средства. Гигиена, эстетика, здоровье. Пищевые приоритеты. «Наркотики в зеркале статистики». Социальные, психологические и физиологические последствия употребления психоактивных веществ. Модели поведения людей экстремальных условиях; «Массаж – это здорово! Но...»</p>			
---	--	--	--

3. Организация сбалансированного и качественного питания в школе и формирование культуры питания у детей и подростков.

<p>1. Классные часы в 1- «Рациональное питание»</p>	<p>1- В течение года</p>	<p>Классные руководители</p>	<p>Внедрение новых результатов научных достижений в области питания и касающихся охраны и укрепления здоровья учащихся; Готовность обучающихся к восприимчивости знаний, касающихся охраны и укрепления здоровья, и собственным действиям в защиту здоровья.</p>
<p>2. Родительский контроль питания в школе</p>	<p>В течение года</p>	<p>Состав родительского контроля</p>	<p>Независимая оценка качества в области питания и касающихся охраны и укрепления здоровья учащихся; Готовность обучающихся и родителей к восприимчивости знаний, касающихся охраны и укрепления здоровья, и собственным</p>

					действиям в защиту здоровья.
4. Развитие физической культуры обучающихся					
1.	Работа школьного спортивного клуба «Лидер»	В течение года	Учителя физической культуры	Привлечение максимального количества детей к занятиям в спортивных секциях с оздоровительной направленностью; формирование культуры здоровья, пропаганда здорового образа жизни, повышение внутренней и внешней культуры всех участников	
2.	Участие в сдаче норм ГТО	В течение года	Учителя физической культуры	Включённость в активную физкультурную деятельность, Укрепление здоровья и профилактика заболеваний средствами физической культуры	
3.	Районные соревнования различных направленностей.	В течение года	Учителя физической культуры	Сформировано понятие о преимуществе здорового образа жизни, Расширен кругозор школьников в области физической культуры и спорта.	
5. Профилактика социально значимых заболеваний и употребления психоактивных веществ несовершеннолетними в школе					

1.	Проведение диагностики по проблемам курения, злоупотребления спиртными напитками, наркотиками.		Заместитель директора по ВР, педагог психолог	Корректировка плана работы по формированию здорового образа жизни.
2.	Планирование работы со специалистами района. Проведение профилактических бесед, лекций, практикумов сотрудниками ЦРБ	В течение года	Заместитель директора по ВР	Формирование ценностей здорового образа жизни и антинаркотических установок.
3.	Проведение КТД в День борьбы с табакокурением Конкурс плакатов; Выпуск Листков Здоровья; Акция «Обменяй сигарету на конфету» Выставка книг. Цикл классных часов «Мы живем в мире, где есть наркотики» Акция «Мы выбираем спорт!» Акция «Мы за спорт»	Апрель Ноябрь Декабрь, май, июнь	Классные руководители, замдиректора по ВР Советник директора Актив Движения Первых	Мотивация педагогического и родительского коллективов на решение проблем здорового образа жизни; Исключение употребления табака, алкоголя, наркотиков.
6. Участие педагогических работников, обучающихся в инновационных проектах и программах.				

1.	Повышение профессиональной компетенции учителей в области реализации здоровьесберегающих технологий.	В течение года	Администрация	Повышение квалификации педагогов в вопросах здоровья детей, внедрение здоровьесберегающих технологий.
2.	Проведение тематических педсоветов, семинаров с целью погружения в проблему.	В течение года	Администрация	Создание комфортной здоровьесберегающей образовательной среды и формирование здорового образа жизни. Повышение заинтересованности педагогических работников в укреплении здоровья учащихся.
3.	Осуществление просветительской деятельности, направленной на формирование мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни среди обучающихся, их родителей, педагогов.	В течение года	Администрация	Включение в планы воспитательной работы во всех классах занятий, позволяющих целенаправленно подготовить обучающихся по сохранению и укреплению своего здоровья, сформировать у них культуру здоровья, воспитывать у них стремление к ведению здорового образа жизни.
4.	Ознакомление педагогического коллектива с конечным результатом медосмотра и диспансеризации.	декабрь	Медработник ЦРБ	Повышение заинтересованности педагогических работников в укреплении здоровья учащихся.

7. Рационализация учебной и внеучебной деятельности обучающихся

1.	<p>Организация режима повышения ступенчатого для учащихся нагрузки для учащихся первого класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям.</p>	<p>Сентябрь - ноябрь</p>	<p>Зам директора по УР</p>	<p>Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни. Создание здоровьесберегающей среды, направленной на повышение мотивации и удовлетворение потребностей к ведению здорового образа жизни</p>
2.	<p>Здоровьесберегающий анализ расписания уроков.</p>	<p>В течение года</p>	<p>Замдиректора по УР</p>	<p>Поиск оптимальных условий для организации деятельности обучающихся во время занятий.</p>
3.	<p>Организация перемен и длительной динамической паузы с обязательным пребыванием детей на свежем воздухе (1-4 классы)</p>	<p>В течение года</p>	<p>Замдиректора по ВР Учителя начальных классов Актив Первых</p>	<p>Благоприятные условия для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха. Создание здоровьесберегающей среды, направленной на повышение мотивации и удовлетворение потребностей к ведению здорового образа жизни.</p>
4.	<p>Организация перемен и создание на переменах таких условий, которые способствовали оптимальному двигательному режиму учащихся разных возрастов.</p>	<p>В течение года</p>	<p>Заместитель директора по ВР Учителя начальных классов Актив Первых</p>	<p>Поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся школы, Создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.</p>

5.	Включение вопросов определённой здоровьесберегающей направленностью в план учебных программ по биологии, ОБЖ, физической культуре и др.	В течение всего учебного года	Зам.директора по УР	Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни на уроках. Создание здоровьесберегающей среды, направленной на повышение мотивации и удовлетворение потребностей к ведению здорового образа жизни:
6.	Контроль за выполнением норм самообслуживания	Октябрь, декабрь, март	Классные руководители	Создание оптимальных гигиенических и экологических условий для образовательного процесса.
7.	Контроль за правильным использованием ТСО.	Ноябрь, февраль	Зам.директора по УР	Организация образовательного процесса, предотвращающего формирование у обучающихся дезадаптационных состояний переутомления, гиподинамии, дистресса и т.д.
8.	Здоровьесберегающий анализ урока	Декабрь	Зам.директора по УР	Формирование ценности здоровья и здорового образа жизни через использование валеологических подходов и методов;

9.	Повышение здоровьесберегающей грамотности педагогов.	Январь	Зам.директора по УР	Активное вовлечение педагогов оценку хода программных мероприятий;
10.	Структурирование учебных программ на основе здоровьесберегающих принципов.	Май	Зам.директора по УР	Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни на уроках.
11.	Осуществление контроля за соблюдением норм нагрузки (дневной, недельной, годовой)	Октябрь - март	Заместитель директора по УР	Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни
8. Реализация дополнительных образовательных программ в сфере сохранения и укрепления здоровья обучающихся.				
1.	Сотрудничество с с. Михайловка	В течение года	Заместитель директора по ВР	Расширение системы взаимодействия и сотрудничества со всеми заинтересованными структурами; Увеличение доли обучающихся, занимающегося физической культурой и спортом; Формирование негативного общественного мнения в учебном коллективе к табакокурению, алкоголизации, наркотизации общества.

9. Мероприятия по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних

1.	<p>Классные часы: 3 класс – «Как здорово жить!» 4 класс - «Мы должны ценить жизнь» 5 класс – «Просто жить!» 6 класс – «Ценность жизни» 7 – 8 класс – «Скажи жизни ДА» 9 класс - «Профилактика суицида и ценность человеческой жизни» 10-11 класс – «Жизнь, зачем ты нам дана?» 1-11 классы «Телефон доверия» как одна из форм получения своевременной помощи в стрессовой ситуации. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся по подготовке к ОГЭ/ЕГЭ</p>	<p>В течение года Январь-февраль В течение года</p>	<p>Классные руководители Педагог психолог Классные руководители Педагог психолог</p>	<p>Формирование жизнестойчивых позиций у подростков и детей Побуждение к размышлениям о ценности человеческой жизни и неповторимости своей собственной.</p>
----	---	---	---	--

10. Организация просветительской работы с родителями (законными представителями) обучающихся

1.	Классные родительские собрания «Здоровый образ жизни в семье – счастливое будущее детей»	В течение года	Классные руководители, зам.директора по ВР	Стимулирование родителей к вопросам здоровья, повышения внимания
2.	Наблюдение «Психологические особенности внутрисемейных отношений. Воспитание неприязни к алкоголю, табакокурению, наркотикам»	В течение года	Классные руководители	Формирование в семьях здоровьесберегающих условий, здорового образа жизни, профилактику вредных привычек.
3.	Беседы с родителями «Эмоциональное состояние моего ребенка»	В течение года	Классные руководители, заместитель директора по ВР	Стимулирование повышения внимания родителей к вопросам эмоционального здоровья
4.	Причины детского суицида. Его профилактика	Сентябрь	Классные руководители	Формирование ценностного отношения к жизни детей.
11. Диагностическая деятельность				

1.	Проведение ежегодного СПТ и сопровождение обучающихся из группы риска.	Октябрь	Зам директора по ВР	Выявить у подростков и молодежи личностны (поведенческие, психологические) особенности, которые при определенных обстоятельствах могут стать (или уже стали) значимыми факторами риска употребления ПАВ
2	Выявление уровня сформированности суицидальных намерений несовершеннолетних	Сентябрь	Педагог психолог	Формирование ценностного отношения к жизни детей.