



Утверждаю  
Врио директора МКОУ «СОШ с.Серафимовка»  
Забологная Н.А.  
2023 г

## План работы по формированию у обучающихся ответственного и безопасного поведения по отношению к своему здоровью и жизни в МКОУ «СОШ с.Серафимовка»

№ п/п	Мероприятия	Сроки реализации	Ответственный	Результаты здоровьесберегающей деятельности
<b>1. Создание современных условий, обеспечивающих сохранение здоровья обучающихся.</b>				
1.	Создание в учебных кабинетах благоприятной цветовой среды.	2023 - 2024	Заведующие кабинетами	Развитие физиологических личностных качеств: работоспособность, энергичность, креативность; создание комфортных условий среды обитания.
2.	Мониторинг санитарного состояния учебных кабинетов: <ul style="list-style-type: none"><li>■ освещение;</li><li>■ проветривании</li><li>■ уборка</li></ul>	1 раз в месяц	Заведующий хозяйством	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья.
3.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	В течение года	Заведующий хозяйством	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья.
4.	Осуществление контроля за соблюдением норм нагрузки	В течение года	Зам директора по УР	Сохранение качества здоровья обучающихся; оптимизация учебно – воспитательного процесса.
5.	Организация активного отдыха на переменах	В течение года	Педагог-организатор	Увеличение двигательной активности обучающихся, профилактика гиподинамии.

6.	Вакцинация детей в соответствии с приказами Минздрава.	В течение года	Педиатр, фельдшер КГБУЗ «Ольгинская ЦРБ»	Профилактика различных заболеваний.
7.	Индивидуальная психологическая помощь обучающимся, педагогам, родителям.	В течение года	Педагог-психолог	Комфортная среда в школьном сообществе, обеспечивающая сохранение здоровья обучающихся.
8.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Сентябрь, январь	Зам директора по УР	Комфортная среда в школьном сообществе, созданы современные условия, обеспечивающие сохранение здоровья обучающихся.
<b>2. Формирование установок на ведение здорового образа жизни.</b>				
1.	Неделя Здоровья.		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> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ «Поведение и правонарушение»</li> <li>▪ «Какие профессии мне нравятся».</li> <li>▪ «Как мы говорим».</li> <li>▪ «Маленькая хозяйка».</li> <li>▪ «Свет мой зеркальце». (внешний вид).</li> <li>▪ «Что нужно делать, чтобы избежать конфликта».</li> <li>▪ «Как я отдыхаю» (саморегуляция).</li> <li>▪ «Что такое здоровый образ жизни».</li> <li>▪ «Основы полового воспитания»</li> </ul>	Раз в четверть	<p>классные руководители, сотрудники правоохранительных органов</p>	<p>Психическое здоровье школьника</p> <p>Понимание важности гигиенического ухода за своим телом;</p> <p>Профессиональное и личное самоопределение обучающихся;</p> <p>Сформировано негативное отношение и неприятие грубости и сквернословия;</p> <p>Развитие межличностных отношений;</p> <p>Сформировано форма выражения собственного достоинства;</p> <p>Выявление значимости для крепкого здоровья отказа от вредных привычек и ведения здорового образа жизни;</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ «Вредные привычки» (наркомания, токсикомания, алкоголь, курение).</li> </ul>			<p>Сформированы умения выстраивать свои отношения с окружающими людьми;</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 обучающихся.</p>
3.	<p>Организация Дней здоровья:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>«Гурслет»</li> <li>«Зарница»</li> <li>«А ну-ка, парни»</li> </ul>	Раз в четверть	Учителя физической культуры	<p>Сформирована потребность заниматься спортом, вести здоровый образ жизни;</p> <p>Приобретение обучающимися навыков организации и проведения коллективного мероприятия.</p>
4.	<p>Выпуск листовок Здоровья</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>«Опасные болезни» (гепатит С, СПИД)</li> <li>«Смерть на конце иглы»</li> </ul>	Два раза в год	Классные руководители	<p>Сотрудничество в классном коллективе;</p> <p>Сформирована позитивная самооценка учащегося;</p> <p>Сформирована мотивация к здоровому образу жизни;</p> <p>Сформирована система знаний об источниках опасности, умений, навыков выходя из экстремальных ситуаций;</p>

<p>5. Проведение здоровьесберегающих бесед и классных часов:  2 класс «Безопасное поведение в школе».  «Гигиена учебного труда и отдыха».  «Гигиена питания».  3 класс. «Строение тела человека. Здоровье и болезнь».  «Что такое алкоголь и чем опасно его употребление».  «О вкусной и здоровой пище».  4 класс. «Секреты здоровья»;  «Техника безопасности и санитарно гигиенические требования на уроках, в подвижных играх, на переменах, в столовой»  5 класс. «Вред курения, употребления алкогольных напитков и наркотических веществ»  6 класс. «Полезные продукты».  «Гигиена тела».  7 класс. «Влияние наркотиков на жизненный стиль человека».  «Стресс, его психологические и физиологические проявления. Способы совладания со стрессом».  8 класс. «Здоровая еда»;  «Опасно для жизни»;  «Мое здоровье»  9 класс. «Здоровье – привилегия мудрых».  «Здоровье сгубишь – новое не купишь»</p>	<p>В течение года</p>	<p>Классные руководители, школьная медсестра, инспектор ГИБДД, учителя – предметники, психолог по согласованию.</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</p>
--	-----------------------	---	--

	<p>«Формула здоровья».</p> <p>«Причина.одна- последствий много»;</p> <p>«Здоровье – это единственная драгоценность».</p> <p>10 класс. СПИД: пути передачи и способы предупреждения.</p> <p>Правила поведения в местах общественного питания.</p> <p>Уход за кожей лица.</p> <p>Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения.</p> <p>Биоритмы и здоровье.</p> <p>11 класс. Косметические средства. Гигиена, эстетика, здоровье.</p> <p>Пищевые приоритеты.</p> <p>«Наркотики в зеркале статистики».</p> <p>Социальные, психологические и физиологические последствия употребления психоактивных веществ.</p> <p>Модели поведения людей в экстремальных условиях;</p> <p>«Массаж – это здорово! Но...»</p>		<p>общения;</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 партнерами выработана единая линия воспитания культуры здоровья школьников</p>
<p><b>3. Организация сбалансированного и качественного питания в школе и формирование культуры питания у детей и подростков.</b></p>			
<p>1.</p>	<p>Классные часы в 1-11 классах</p> <p>«Рациональное питание»</p>	<p>В течение года</p>	<p>Внедрение новых результатов научных достижений в области питания и касающихся охраны и укрепления здоровья учащихся;</p> <p>Готовность обучающихся к восприятию знаний, касающихся охраны и укрепления здоровья, и</p>

				а	собственным действиям в защиту здоровья.
2.	Родительский контроль питания в школе	В течение года		Состав родителей и контроль	Независимая оценка качества питания и касающихся охраны и укрепления здоровья учащихся; Готовность обучающихся и родителей к восприятию знаний, касающихся охраны и укрепления здоровья, и собственным действиям в защиту здоровья.
<b>4. Развитие физической культуры обучающихся.</b>					
1.	Работа школьного спортивного клуба «Движение вверх»	В течение года		Учитель 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		Учитель физической культуры	Включённость в активную физкультурную деятельность, Укрепление здоровья и профилактика заболеваний средствами физической культуры,
3.	Районные и областные 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.
<b>5. Профилактика социально значимых заболеваний и употребления психоактивных веществ</b>					

<b>несовершеннолетними в школе</b>				
1.	Проведение диагностики по проблемам курения, злоупотребления спиртными напитками, наркотиками.		Педагог-организатор	Корректировка плана работы по формированию здорового образа жизни.
2.	Планирование работы со специалистами района. Проведение профилактических бесед, лекций сотрудниками КГБУЗ «Ольгинская ЦРБ»	В течение года		Формирование ценностей здорового образа жизни и антинаркотических установок.
3.	Проведение туристической игры «Что у меня в рюкзаке» Игра-квест «Здоров будешь, все добудешь!» Выпуск Листков Здоровья; Беседа «Опасно для жизни» Выставка книг. Внеклассное мероприятие «Здорово здоровым быть!»	апрель	Классные руководители, педагог-организатор	Мотивация педагогического ученического и родительского коллективов на решение проблем здорового образа жизни; Исключение употребления табака, алкоголя, наркотиков.
<b>6. Участие педагогических работников, обучающихся в инновационных проектах и программах.</b>				
1.	Проведение 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. Планирование и осуществление мероприятий по предупреждению переутомления учащихся в процессе учебной деятельности

2.	Повышение компетенции учителей в области реализации здоровьесберегающих технологий.	В профессиональной области в области здоровьесберегающих технологий.	В течение года	Администрация	Повышение квалификации педагогов в вопросах здоровья детей, внедрение здоровьесберегающих технологий.
3.	Осуществление просветительской деятельности, направленной на формирование мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни среди обучающихся, их родителей, педагогов.	В просветительской на мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни 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.	В педагогического коллектива с конечным результатом медосмотра и диспансеризации.	декабрь	Школьная медицинская сестра	Повышение заинтересованности педагогических работников в укреплении здоровья учащихся.
<b>7. Рационализация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.</b>					
1.	Организация режима повышения нагрузки для учащихся первого класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям.	В ступенчатого для учащихся первого класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям.	Сентябрь - ноябрь	Зам директора по УР	Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни. Создание здоровьесберегающей среды, направленной на повышение мотивации и удовлетворение потребностей к ведению здорового образа жизни



2.	Здоровьесберегающий анализ расписания уроков.	В течение года	Замдиректора по УР	Поиск оптимальных условий для организации деятельности обучающихся во время занятий.
3.	Организация перемен и длительной динамической паузы с обязательным пребыванием детей на свежем воздухе (1-4 классы)	В течение года	Замдиректора по ВР	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.
4.	Организация перемен и создание на переменных таких условий, которые способствовали бы оптимальному двигательному режиму учащихся разных возрастов.	В течение года	Заместитель директора по ВР	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.
5.	Включение вопросов с 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

					ведение здорового образа жизни:
6.	Контроль за выполнением норм самообслуживания	Октябрь, декабрь, март	Классные руководители	Создание гигиенических условий для образовательного процесса.	оптимальных и экологических 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 грамотности учителей.	Январь	Зам.директора по УР	Активное вовлечение педагогов в оценку хода программных мероприятий;	
10.	Структурирование учебных программ на основе здоровьесберегающих принципов.	Май	Зам.директора по УР	Создание условий для обеспечения охраны здоровья учащихся, 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, полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни	
<b>8. Реализация дополнительных образовательных программ в сфере сохранения и укрепления здоровья</b>					

<b>обучающихся.</b>			
1.	Спортивная секция «Волейбол», «Баскетбол»	В течение года	Расширение взаимодействия и сотрудничества со всеми заинтересованными структурами; Увеличение доли обучающихся, занимающегося физической культурой и спортом; Формирование негативного общественного мнения в ученическом коллективе к табакокурению, алкоголизации, наркотизации общества.
			Заместитель директора по ВР, педагог дополнительного образования
<b>9. Мероприятия по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних</b>			
1.	Классные часы: 3 класс – «Жизнь-это счастье, Сотвори его сам!» 4 класс - «Как прекрасен этот мир» 5 класс – «Жизнь прекрасна» 6 класс – «Ценность жизни» 7 - 8 класс – «Мы выбираем жизнь» 9 класс - «Цени свою жизнь» 10-11 класс – «Мифы и правда о суициде»		
<b>10. Организация просветительской работы с родителями (законными представителями) обучающихся.</b>			
1.	Классные родительские собрания «Здоровый образ жизни в семье – счастлирое будущее детей»	В течение года	Стимулирование повышения внимания родителей к вопросам здоровья, зам.директора по ВР
2.	Наблюдение «Психологические особенности внутрисемейных отношений. Воспитание неприязни к	В течение года	Формирование в семьях здоровьесберегающих условий образа жизни,

	алкоголю, табакокурению, наркотикам»	В течение года	Классные руководители, заместитель директора по ВР	профилактику вредных привычек. Стимулирование повышения внимания родителей к вопросам эмоционального здоровья
3.	Беседы с родителями «Эмоциональное состояние моего ребенка»			
4.	Причины детского суицида. Его профилактика	Сентябрь	Классные руководители	Формирование ценностного отношения к жизни детей.
<b>11. Диагностическая деятельность</b>				
1.	Выявление уровня сформированности суицидальных намерений несовершеннолетних	Сентябрь	Классные руководители	Формирование ценностного отношения к жизни детей.