


УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Куйбышевская СОШ»


/Брехов Д.А./



«02» сентября 2024 г.

План работы по формированию у учащихся ответственного и безопасного поведения по отношению к своему здоровью и жизни в МБОУ «Куйбышевская СОШ» на 2024-2025 учебный год

№ п/п	Мероприятия	Сроки реализации	Ответственный	Результаты здоровьесберегающей деятельности
1. Создание современных условий, обеспечивающих сохранение здоровья обучающимся.				
1.	Обновление спортивного инвентаря и оборудования.	2025	Директор, Зам. директора по АХР	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья.
2.	Поддержание в соответствии со стандартами футбольного поля, беговой дорожки	2024-2025	Зам директора по АХР	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья.
3.	Создание в учебных кабинетах благоприятной цветовой среды.	2024-2025	Заведующие кабинетами	Развитие физиологических личностных качеств: работоспособность, энергичность, креативность; создание комфортных условий среды обитания.

4.	Мониторинг санитарного состояния учебных кабинетов: <ul style="list-style-type: none"> ▪ освещение; ▪ проветривании ▪ уборка 	1 раз в месяц	Председатель профсоюза	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья.
5.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	В течение года	Зам директора по УВР, ответственный за организацию питания в школе	Формирование положительной мотивации каждого школьника к овладению культурой здоровья.
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 УВР, старший вожатый, учителя физической культуры, Совет старшеклассников	Увеличение двигательной активности обучающихся, профилактика гиподинамии.
8.	Вакцинация детей в соответствии с приказами Минздрава.	В течение года	По согласованию с Рыльской ЦРБ	Профилактика различных заболеваний.
9.	Индивидуальная психологическая помощь обучающимся, педагогам, родителям.	В течение года	Педагог - психолог	Комфортная среда в школьном сообществе, обеспечивающие сохранение здоровья обучающихся.
10.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Сентябрь, январь	Зам директора по УР	Комфортная среда в школьном сообществе, обеспечение сохранения 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> <ul style="list-style-type: none"> ▪ «Какой должна быть девочка? (мальчик) ▪ «Поведение и правонарушение» ▪ «Какие профессии мне нравятся». ▪ «Как мы говорим». ▪ «Маленькая хозяйка». ▪ «Свет мой зеркальце». (внешний вид). ▪ «Что нужно делать, чтобы избежать конфликта». ▪ «Как я отдыхаю» (саморегуляция). ▪ «Что такое здоровый образ жизни». ▪ «Основы полового воспитания» ▪ «Вредные привычки» (наркомания, токсикомания, алкоголь, курение). 	Раз в четверть	Педагог-психолог, классные руководители, сотрудники ПДН, КДН и ЗП (по согласованию)	<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> <p>Сформированы умения выстраивать свои отношения с окружающими людьми;</p> <p>Сформирован стиль жизни, способствующий укреплению здоровья;</p> <p>Сформирована правильная специфика полового восприятия жизни, умение согласовывать свою половую роль с реальными нормами поведения;</p> <p>Сформированы коммуникативные качества обучающихся.</p>

3.	<p>Организация Дней здоровья: «Добрая дорога» «Да здравствует зима!» «А ну-ка, парни!», «Зарница» «Веселые старты»</p>	<p>Раз в четверть</p>	<p>Учителя физической культуры</p>	<p>Сформирована потребность заниматься спортом, вести здоровый образ жизни; Приобретение обучающимися навыков организации и проведения коллективного мероприятия.</p>
4.	<p>Выпуск листков 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»</p>	<p>Два раза в год</p>	<p>Классные руководители, старшая вожатая, Совет старшеклассников</p>	<p>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;</p>
5.	<p>Проведение здоровьесберегающих классных часов: 1 класс Травмоопасные участки в школе. Режим дня. Одежда осенью и зимой. Уход за одеждой. Вред табачного дыма. Вернисаж «Сладкоежка» (конкурс рисунков) 2 класс Безопасное поведение в школе. Гигиена учебного труда и отдыха. Гигиена питания.</p>	<p>В течение года</p>	<p>Классные руководители, инспектор ГИБДД, (по согласованию) учителя – предметники, педагог-психолог, Совет родителей</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</p>

<p>Объятия табачного дыма.</p> <p>3 класс. Способы решения конфликтных ситуаций.</p> <p>Строение тела человека. Здоровье и болезнь.</p> <p>Что такое алкоголь и чем опасно его употребление.</p> <p>О вкусной и здоровой пище.</p> <p>4 класс. Режим дня школьников.</p> <p>Как защититься от простуды и гриппа.</p> <p>Правильное питание – залог здоровья.</p> <p>Курить или жить.</p> <p>5 класс. Режим дня.</p> <p>Правильное питание – залог здоровья.</p> <p>Закаливание – надежный щит против болезней.</p> <p>6 класс. 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>7 класс. Я и другие. Возможные конфликты с родителями, друзьями, учителями.</p> <p>Влияние наркотиков на жизненный стиль человека.</p> <p>Стресс, его психологические и физиологические проявления. Способы</p>		<p>сбалансированном питании;</p> <p>Представление о рационе и режиме питания;</p> <p>Потребность применения витаминов как средства профилактики различных заболеваний;</p> <p>Потребность в закаливании как способу повышения сопротивляемости организма к различным факторам окружающей среды;</p> <p>Коммуникативные качества обучающегося;</p> <p>Система знаний об источниках опасности, умений, навыков выхода из экстремальных ситуаций;</p> <p>Умение решать конфликтные ситуации в классном коллективе;</p> <p>Сформированы конструктивные элементы поведения;</p> <p>Навыки бесконфликтного общения;</p> <p>Культура личной безопасности на дорогах, в социуме, дома;</p> <p>Сформировано умение ставить цели, добиваться и проигрывать;</p>
---	--	---

<p>совладания со стрессом. «Сон и профилактика его нарушения».</p> <p>8 класс. Правила выбора гигиенических средств ухода за телом. Признаки утомления органов зрения и слуха. 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»</p> <p>9 класс. Гигиена тела – основа здорового образа жизни. Питание – основа жизни. Безопасное поведение. Травматизм. Психоактивные вещества как фактор риска в жизни человека.</p> <p>10 класс. СПИД: пути передачи и способы предупреждения. Правила поведения в местах общественного питания. Уход за кожей лица. Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения. Биоритмы и здоровье.</p>			<p>Представление о стрессах и путях его снятия; Умения вести себя в сложных ситуациях; Чувство ответственности за здоровье свое и близких; Устойчивый интерес к занятиям спортом; Критическое мышление по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленным на сохранение здоровья; Осознанное неприятие всех вредных привычек; Совместно с родителями и социальными партнерами выработана единая линия воспитания культуры здоровья школьников</p>
---	--	--	---

	<p>11 класс. Косметические средства. Гигиена, эстетика, здоровье. Пищевые приоритеты. «Наркотики в зеркале статистики». Социальные, психологические и физиологические последствия употребления психоактивных веществ. Модели поведения людей в экстремальных условиях; «Массаж – это здорово! Но...»</p>			
3. Организация сбалансированного и качественного питания в школе и формирование культуры питания у детей и подростков.				
1.	Классные часы в 1-11 классах «Рациональное питание»	В течение года	Классные руководители	<p>Внедрение новых результатов научных достижений в области питания и касающихся охраны и укрепления здоровья учащихся; Готовность обучающихся к восприятию знаний, касающихся охраны и укрепления здоровья, и собственным действиям в защиту здоровья.</p>
2.	Родительский контроль питания в школе	В течение года	Состав родительского контроля	<p>Независимая оценка качества в области 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.</p>

4. Развитие физической культуры обучающихся.

1.	Работа школьного спортивного клуба «Апполон»	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 физического воспитания	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.

5. Профилактика социально значимых заболеваний и употребления психоактивных веществ несовершеннолетними в школе

1.	Проведение диагностики по проблемам курения, злоупотребления спиртными напитками, наркотиками.	В течение года	Заместитель директора по УВР, педагог-психолог	Корректировка плана работы по формированию здорового образа жизни.
2.	Планирование работы со специалистами района. Проведение профилактических бесед, лекций, практикумов сотрудниками больницы	В течение года	Сотрудники Рыльской ЦРБ (по согласованию)	Формирование ценностей здорового образа жизни и антинаркотических установок.

3.	Проведение КТД «Суд над сигаретой» (День борьбы с табакокурением). Конкурс плакатов; Выпуск Листков Здоровья; Акция «Обменяй сигарету на конфету» Выставка книг.	Апрель 2025	Классные руководители, зам.директора по УВР, библиотекари, старшая вожатая	Мотивация педагогического ученического 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.	Проведение тематических педсоветов, семинаров с целью погружения в проблему.	В течение года	Администрация	Созданию 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 профессиональной компетенции учителей в области реализации 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	В течение года	Администрация	Включение в планы воспитательной работы во всех классах занятий, позволяющих

	поведенческих навыков здорового образа жизни среди обучающихся, их родителей, педагогов.			целенаправленно подготовить обучающихся по сохранению и укреплению своего здоровья, сформировать у них культуру здоровья, воспитывать у них стремление к ведению здорового образа жизни.
7.Рационализация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.				
1.	Организация режима ступенчатого повышения нагрузки для учащихся первого класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям.	Сентябрь — ноябрь 2024	Зам директора по УР	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
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	Зам директора по УВР, советник директора по воспитанию и взаимодействию с ДОО, классные руководители, воспитатели ГПД,	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

			старший вожатый	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 УВР	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 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 учителей.	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.	Развитие системы дополнительного образования, привлечение обучающихся в кружки и секции физкультурно-спортивной направленности, участие в деятельности ШСК «Апполон»	В течение года	Заместитель директора по УВР, педагоги доп. образования, руководитель ШСК «Апполон»	Увеличение доли обучающихся, занимающегося физической культурой и спортом; Формирование негативного общественного мнения в ученическом коллективе к табакокурению, алкоголизации,

				наркотизации общества.
9. Мероприятия по профилактике суицидального поведения несовершеннолетних				
1.	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?»	В течение года	Классные руководители	
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 УВР, советник директора по воспитанию и взаимодействию с ДОО, педагог-психолог, учителя физической культуры	Стимулирование повышения внимания родителей к вопросам здоровья,
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 УВР,	Стимулирование повышения внимания родителей к вопросам эмоционального здоровья

			педагог-психолог	
4.	Причины детского суицида. Его профилактика	Сентябрь 2024	Классные руководители, педагог-психолог	Формирование ценностного отношения к жизни детей.
11. Диагностическая деятельность				
1.	Выявление уровня сформированности суицидальных намерений несовершеннолетних	Сентябрь 2024	Классные руководители	Формирование ценностного отношения к жизни детей.