

План работы по программе «Шаги к здоровью» на 2023-2024 учебный год

Цель программы: создание условий, способствующих сохранению и укреплению духовного, физического и психического здоровья обучающихся; содействие всем участникам образовательного процесса в приобретении знаний, умений, навыков, необходимых для формирования устойчивой мотивации на здоровый образ жизни.

Задачи:

1. Создание оптимальных гигиенических условий для образовательного процесса.
2. Организация образовательного процесса, предотвращающего формирование у учащихся дезадаптационных состояний: переутомления, гиподинамии, дистресса и т.д.
3. Обеспечение школьников в период их пребывания в школе горячим питанием, в соответствии с современными медико-гигиеническими требованиями.
4. Проведение занятий, позволяющих целенаправленно подготовить учащихся к деятельности по сохранению и укреплению своего здоровья, сформировать у них культуру здоровья, воспитать стремление к ведению здорового образа жизни.
5. Изучение и внедрение в практику наиболее эффективных здоровьесберегающих образовательных технологий преподавания предметов школе.
6. Обеспечение охраны здоровья педагогов школы.
7. Организация работы с родителями учащихся, направленная на формирование в семьях здоровьесберегающих условий, здорового образа жизни, профилактику вредных привычек.

План работы школы по сохранению и укреплению здоровья учащихся

№	Мероприятия	Срок	Ответственные
Диагностическое направление			
1.	Сбор информации о состоянии здоровья детей	В течение года	медработник
2.	Анализ заболеваемости учащихся	Октябрь-ноябрь	медработник
3.	Мониторинг состояния здоровья учащихся	В течение года	кл. руководители
4.	Обновление банка данных о заболеваемости учеников.	1 раз в год	медработник
5.	Проведение мониторинга физического развития учащихся	В течение года	рук. ШМО физ. культуры
6.	Мониторинг объема домашних заданий. Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий	В течение года	методист, зам. директора по УВР
7.	Социальная адаптация (вновь сформированных классов) 1, 5, 7, 10 классы	согласно плану школы	специалисты
8.	Психологический климат классных коллективов	согласно плану школы	педагоги-психологи
9.	Диагностика мотивации учения и эмоционального отношения к учению (познавательная активность, мотивация достижения, гнев, тревожность)	согласно плану школы	педагоги-психологи

10.	Диагностика интеллектуального развития детей (4 – 11 классы по запросу)	В течение года (по запросу)	педагоги-психологи
11.	Диагностика профессиональной направленности личности (7 – 11 классы по запросу)	По запросу	педагоги-психологи
12.	Диагностика (углублённая) учащихся с ОВЗ и детей - инвалидов	В течение года (по запросу)	специалисты
13.	Диагностика особенностей эмоционального реагирования адаптационных возможностей учащихся (7 – 11 классы, по результатам первичной диагностики в рамках КОК)	В течение года	педагоги-психологи
14.	Диагностика родителей/законных представителей (включая различные категории)	В течение года (по запросу)	педагоги-психологи
15.	Интернет-опрос среди обучающихся по самоисследованию уровня компетенции в области профилактики распространения ВИЧ-инфекции	По запросу	кл. руководители
Организация здоровьесберегающего образовательного пространства			
1.	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Постоянно	Все работники
2.	Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности в школе	Постоянно	Зам. директора по безопасности
3.	Содержание в исправности электрохозяйства и всех средств пожаротушения	Постоянно	Зам. директора по безопасности
4.	Регулярное проведение объектовых тренировок	По графику	Зам. директора по безопасности
5.	Организация дежурства по школе	Постоянно	Зам. директора по УВР
6.	Обеспечение бесплатным горячим питанием нуждающихся учащихся	В течение учебного года	Соц. педагог, отв. за питание
7.	Проведение физкультминуток на уроках	Постоянно	Учителя - предметники
8.	Составление графика работы спортивных секций и спортивного зала	Сентябрь	Зам. директора по ВР
9.	Ежедневный мониторинг состояния здоровья школьников	В течение года	Классные руководители
10.	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Лаборант
11.	Проведение вводного и текущих инструктажей по правилам ТБ, ПБ и охраны труда	В течение года	Классные руководители
12.	Инструктажи по соблюдению правил ТБ и ПБ во время проведения мероприятий и на каникулах	Перед каникулами	Зам директора по безопасности
13.	Проведение классных часов и бесед, включающих инструктажи по правилам дорожного движения	По плану ВР	Классные руководители

14.	Организация кружковой работы, факультативных курсов, внеурочной деятельности	В течение года	Учителя-предметники, зам по ВР
15.	Организация психолого-педагогического консультирования педагогов.	По запросу	Педагоги-психологи
16.	Осуществление контроля за соблюдением правил ТБ на уроках физкультуры, технологии, информатики, при проведении лабораторных и практических работ на уроках физики, химии, биологии, при проведении кружковой работы, внеклассных мероприятий, летнего труда и отдыха учащихся.	Весь период	Зам директора по безопасности
Профилактическая работа			
п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Индивидуальное и групповое консультирование родителей 1 - 11 классов	По запросу	Специалисты
2.	Индивидуальное и групповое консультирование педагогов	Согласно графику работы	Психолог, социальный педагог, зам. по УВР, председатель ППк
3.	Индивидуальное консультирование учащихся	Согласно графику работы	Психолог
4.	«Психологическое сопровождение ГИА, ОГЭ, (ГВЭ), ЕГЭ в школе»	В течение года	Психолог
5.	Внедрение курса «Выбор профессии» в 8 классах	В течение года	Психолог
6.	Курс по психологии «Общение. Развитие. Здоровье» + «Новичок в средней школе» 5 класс	Согласно графику работы	Психолог
7.	Работа спортивных секций	Систематически	Зам по ВР
8.	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	Май-сентябрь	Классные руководители,
9.	Организация оздоровительного лагеря при школе	Каникулы	Зам. директора по ВР, начальник лагеря
10.	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива	Июнь-август	Директор, профком
11.	Проведение медосмотра педагогов школы	Август-сентябрь	Администрация
12.	Организация встреч обучающихся с сотрудниками ЦДиК, АНТИСПИД, Центр профилактики и гигиены,	В течение года	Методист
13.	Классный час «Толерантность и Интолерантность», 5 - 8 класс	ноябрь	Психолог

14.	Занятия с элементами тренинга по социальной адаптации 1 - 11 класс (дети с ОВЗ, дети-инвалиды)	По запросу	Педагоги-психологи
15.	Занятие с элементами тренинга для детей с ОВЗ, детей-инвалидов: «Развитие навыков конструктивного общения»	декабрь	Педагоги-психологи
16.	Обучение методам социальной адаптации и самовоспитания	В течение года	Психологи, кл. рук. 5-11-х кл.
17.	Психолого-педагогическая диагностика обучающихся, оказавшихся в социально опасном положении	В течение года	Психологи, Соц. педагог
18.	Организация тренингов и психологических консультаций для обучающихся, оказавшихся в социально опасном положении	По отдельному плану	Психологи, Соц. педагог
19.	Тематические беседы в рамках родительских собраний	В течение года	Соц. педагог, кл. рук. 1-11-х кл. Инспектор ОДН
20.	Изучение условий жизни, особенностей семьи обучающихся, оказавшихся в социально опасном положении	В течение года	Психологи, Соц. педагог Кл. рук.
21.	День инспектора	В течение года	Социальный педагог, кл. рук. 1-11-х классов Инспектор ОДН
22.	Мероприятия в рамках Акции «Мы выбираем будущее»	Октябрь	Классные руководители.
23.	Мероприятия, посвященные Международному дню предотвращения суицида. Психологическая акция «Жизнь – это дар!»	Октябрь	Психологи, Кл. рук.
24.	Мероприятия, посвященные Международному дню счастья.	Март	Психологи, Кл. рук.
25.	Реализация профилактических программ	В течение года	Соц. педагог Кл. руковод.
26.	Родительский патруль	В течение года	Соц. педагог Кл. рук. 5-11-х классов Инспектор ОДН
Спортивно-оздоровительное направление			
1.	Мероприятия в рамках акций «Внимание, дети!»	В течение года	Кл. руководители 1-11 классов
2.	Общешкольные соревнования по футболу	Сентябрь	Учителя физической культуры
3.	Спартакиада «Школа безопасности»	В течение года	Учителя ОБЖ
4.	Муниципальный этап Всероссийских спортивных игр школьников «Президентские спортивные игры»	В течение года	Учителя физической культуры

5.	Муниципальный этап Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания»	В течение года	Учителя физической культуры
6.	Спартакиада среди детей с ограниченными возможностями «Шаг на встречу»	По плану ДО	Зам. директора по ВР, учителя физ. культуры
7.	Месячник «Не преступи черту»	Октябрь	Педагоги - организаторы Кл. рук.1-11 кл.
8.	Мероприятия в рамках месячника оборонно-массовой и спортивной работы	Январь-февраль	Учителя физ. культуры Кл. руковод. 1-11-х классов
9.	Соревнования в рамках внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	В течение года	Учителя физической культуры
10.	Реализация дополнительных образовательных программ по формированию культуры здоровья	В течение года	Педагоги дополнительного образования
11.	Реализация курсов внеурочной деятельности	В течение года	Педагоги дополнительного образования

Рекомендуемая сквозная тематика классных часов

Класс	Соматическое здоровье	Физическое здоровье	Психологическое здоровье	Нравственное здоровье
1 - 4	- Знакомство с организмом человека. - Чистота – залог здоровья. - Расту здоровым. - Кто нас лечит. - Как уберечь себя от травм. - Цвета светофора. - Огонь – это опасно. - Гигиена девочек. - Гигиена мальчиков. - Уход за одеждой. - Культура поведения во время болезни. - Культура питания.	- Подвижные игры. - Закаливание организма. - Работа школьных секций. - Спортивные соревнования. - Весёлые старты.	- Психодиагностика. - Ужасные привычки в школе и дома. - Что прячется в капле никотина.	- Слово о маме. - Дом, в котором я живу. - Братья наши меньшие. - Моя Родина. - Цветик-семицветик
5 - 7	- Царство зелёного змея. - Культура личной гигиены. - Спецкурс «Полезные привычки». - ЮИД академия. - Лекторий ДЮП.	- Старты надежд. - Работа школьных секций. - Спортивные соревнования. - «Зарница»	- Психодиагностика. - Обучение психологической гимнастике. - Как жить не ссорясь. - Тренинги «Я	- В ладу с самим собой. - Мечтательность, страх, испуг. - Под крышей дома своего. - Вместе весело шагать.

	<ul style="list-style-type: none"> -Культура личной гигиены. -Культура учебного труда. -Оказание первой помощи. - Кока-кола и чупа-чупс: вредны ли они. 		люблю своё тело»	<ul style="list-style-type: none"> -Драться или не драться: разговор по душам. -Папы, мамы, бабушки и дедушки: вместе лучше. -В природном царстве. -Место, где я живу.
8 - 11	<ul style="list-style-type: none"> -Размышления о наркомании. -СПИД- это реальность или миф. -Уберечь от дурмана. -Школьнику о вреде алкоголя и курения. -Пьянство и закон. -Гигиена юноши и девушки -Культура физического здоровья. -Гигиена рабочего места. -Организация труда. -Азбука половой жизни. -У порога семейной жизни. -Ромео и Джульетта в школе: проблемы взаимоотношений. 	<ul style="list-style-type: none"> -Работа школьных секций. -Спортивные соревнования. -Соревнования допризывников. -Физ. тестирование. 	<ul style="list-style-type: none"> -Психодиагностика. -Тренинги «Умей сказать нет». -Встреча с доктором Споком. 	<ul style="list-style-type: none"> -Спешите делать добро. -Давайте говорить друг другу комплименты. -Любовь за любовь: красота родной земли. -Как быть красивой. -Свет мой, зеркальце, скажи. -Блестящий мир. -Первое свидание.

Рекомендуемая тематика вопросов на родительских собраниях

1. Психологические особенности учащегося разного возраста.
2. Режим дня и гигиенические нормы.
3. Режим питания.
4. Как уберечь вашего ребёнка от вредных привычек.
5. Семейные конфликты.
6. Безопасность детей в школе и дома.

Критерии оценки эффективности внедрения здоровьесберегающих образовательных технологий в работе школы

1. Результаты проведения мониторинга здоровья учащихся.
2. Желание учащихся посещать школу.
3. Объем дневной учебной нагрузки на учащихся.
4. Наличие курящих школьников.
5. Гигиеническое состояние школьных туалетов, состояние сантехники.
6. Содержание уроков и эмоциональная атмосфера на них.
7. Активность и заинтересованность школьников в участии в мероприятиях, связанных с тематикой здоровья.
8. Психологический климат в педагогическом коллективе.
9. Эмоциональное состояние и вид учеников после уроков.
10. Характер взаимоотношений учащихся с учителями и друг с другом.

11. Положительное отношение к школе большинства родителей учащихся.
12. Стабилизация и положительная динамика здоровья обучающихся.

Ожидаемые результаты работы

- Снижение числа уроков, пропущенных по болезни.
- Снижение числа рецидивов хронических заболеваний у учащихся и педагогов.
- Снижение количества психоэмоциональных расстройств.
- Повышение уровня физической подготовки школьников.
- Увеличение количества учеников с положительной самооценкой.
- Улучшение качества питания в школьной столовой.
- Осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья, как основному фактору успеха на последующих этапах жизни.
- Увеличение числа школьников, посещающих спортивные секции.
- Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья.