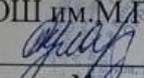


Принята на заседании педагогического совета Протокол № 1 от « <u>31</u> » августа 2023г	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «Крым-Сарайская ООШ им.М.П.Панарина»  Кулагина А.В. Приказ № <u>67</u> от « <u>01</u> » <u>09</u> 2023 г.
---	---



**Программа по формированию  
здорового образа жизни  
МБОУ «Крым-Сарайская ООШ им.М.П.Панарина»  
2023-2026**

**с.Крым-Сарай  
2023 г.**

## Паспорт программы

<p><i>Цель программы</i></p>	<p>Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни.</p>
<p><i>Задачи программы</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;</li> <li>- формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;</li> <li>- пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;</li> <li>- изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение;</li> <li>- обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения;</li> <li>- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;</li> <li>- формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;</li> <li>- развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды;</li> <li>- развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов;</li> <li>- воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни</li> </ul>
<p><i>Срок реализации программы</i></p>	<p style="text-align: center;">2023-2026 учебные гг.</p>
<p><i>Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разработка системы физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого школьника.</li> <li>2. Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров.</li> <li>3. Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса.</li> <li>4. Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и</li> </ol>

	<p>его сохранения.</p> <p>5. Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус детей и подростков;</p> <p>6. Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам;</p> <p>7. Разработка рекомендации для родителей, администрации школы, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения;</p> <p>8. Включение в план работы школы регулярное проведение недель здоровья;</p> <p>9. Создание комнаты психологической разгрузки для обучающихся;</p> <p>10. Организация системы кружковых и факультативных занятий по формированию ЗОЖ.</p>
<i>Нормы и методы реализации программы</i>	Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, фоновые мероприятия, внеклассная работа, внеурочная деятельность.
<i>Условия реализации программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ</li> <li>• учет в любом решении ОУ аспектов, связанных с влиянием данного решения на здоровье школьников</li> <li>• проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в школе изменений, связанных с вопросами здоровья</li> <li>• учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития школы</li> </ul>
<i>Управление, контроль</i>	Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация школы.

Нормативно-правовой базой для разработки Программы являются следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Конвенция о правах ребёнка;
- Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
- СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по

адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

- 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;
- Приказ Министерства образования Российской Федерации от 10.04.2002
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 года № 1015 «Об утверждении Порядка организации образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего о среднего общего образования»;
- Устав МБОУ «Крым-Сарайская ООШ им.М.П.Панарина»

### **Пояснительная записка**

Проблемы здоровья населения России, и в частности, здоровья подрастающего поколения, являются причиной для беспокойства как государственных организаций, так и общества, самих граждан. Поэтому и обсуждать эти проблемы стали достаточно часто.

Свою долю ответственности за сохранение здоровья граждан несёт и система образования. Период взросления человека, приходящийся на время его пребывания в школе, оказался одним из периодов, в течение которого происходит ухудшение состояния его здоровья, при том, что именно эти годы проходят под постоянным контролем со стороны педагогов. И хотя традиционно считается, что основная задача школы – дать необходимое образование, может ли педагог равнодушно относиться к неблагополучному и прогрессивно ухудшающемуся состоянию здоровья своих воспитанников? Одним из ответов на этот вопрос стала программа «Формирование здорового образа жизни», согласно которой здоровьесберегающие технологии становятся составной частью учебно-воспитательного процесса в школе.

Программа формирования здорового образа жизни (далее – Программа) является комплексной программой формирования у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка.

В современном мире множество факторов, влияющих на здоровье человека: неблагоприятная экологическая обстановка, низкая санитарно-гигиеническая культура населения, удорожание жизни. Справиться с этим могут лишь знания, ставшие нормой жизни, осознанной повседневностью действий: избавление от вредных привычек, физические упражнения, закаливание организма, умение рационально организовывать свою жизнь и

деятельность в соответствии со знаниями своего организма и гармоничным взаимодействием с природой.

Школа создаёт условия для обучения и воспитания, комплекс мер и системных мероприятий, которые должны обеспечить не только здоровьесберегающую образовательную среду, но и сформировать у обучающихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, элементарной экологической культуры, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Данная Программа ориентирована на всех участников образовательного процесса. Она построена по принципу системы взаимосвязанных форм организации физического, психологического, нравственного, экологического воспитания, профилактики и пропаганды здорового образа жизни.

Реализация Программы позволяет объединить все блоки для обеспечения гуманистического характера образования, определяя приоритетной ценностью здоровье обучающихся.

## **Принципы здоровьесберегающей педагогики**

- **Принцип учета индивидуальных возможностей и способностей, обучающихся** предусматривает поддержку всех обучающихся с использованием разного по трудности и объему предметного содержания, а соответственно, помощи и взаимопомощи при усвоении программного материала каждым учеником. Это открывает широкие возможности для вариативности образования, реализации индивидуальных образовательных программ, адекватных развитию ребенка.
- **Учет возрастных особенностей обучающихся.**
- **Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов учебно-воспитательного процесса.** Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.
- **Обеспечение мотивации образовательной деятельности.** Ребенок — субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга не в ущерб здоровью.
- **Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций.** Прежде всего, имеется в виду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия по материализованной программе к

речевому и умственному выполнению действий, переход от поэтапных действий к автоматизированным.

- **Рациональная организация двигательной активности.** Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям школы
- **Обеспечение адекватного восстановления сил.** Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, произвольной и эмоциональной активации необходимы для предотвращения переутомления детей.

### **Исполнители, участники образовательного процесса:**

- администрация общеобразовательной организации;
- педагогический коллектив;
- обучающиеся;
- родители.

### **План деятельности по реализации программы**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Ответственные исполнители</b>	<b>Сроки</b>	<b>Планируемый результат и выполнение</b>
<b>1.</b>	<b>Медицинское направление.</b>			
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза: - анализ основных характеристик состояния здоровья детей в школе; - выявление учащихся специальной медицинской группы; - ведение строгого учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям.	Классный руководитель (согласно предоставленным данным)	ежегодно	Медицинские карты, листы здоровья в классных журналах
1.3.	Медосмотр учащихся школы, определение уровня физического здоровья.		ежегодно	План медосмотров
1.4.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.		ежегодно	план прививок
1.5.	Анализ случаев травматизма в школе.	заместитель директора по ВР	ежегодно	Материалы отчетов
1.6.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководители, заместитель директора по УВР	ежегодно	материалы отчетов
1.7.	Контроль за качеством питания и питьевым режимом.	Директор, зам.директора по	ежедневно в течение	

		хозяйственной части, представители родительского комитета	года	
1.8.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> <li>• проветривание;</li> <li>• освещение;</li> <li>• отопление</li> <li>• вентиляция</li> <li>• уборка</li> </ul>	завхоз, учителя, зам директора по ВР	ежедневно в течение года	
1.9.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	заместитель директора по УВР	ежегодно	справка по оценке расписания
1.10.	Постоянный контроль за школьной столовой.	зам.директора по хозяйственной части, директор школы, замдир по ВР	ежедневно в течение года	
<b>2.</b>	<b>Просветительское направление</b>			
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	заместитель директора по ВР	ежегодно	график проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	заместитель директора по ВР	ежегодно	тематика лектория
2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация школы	ежегодно	план работы
2.5.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»	заместители директора	ежегодно	протокол педсовета
2.6.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др.виды работ).	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании,	заместитель директора	ежегодно	план работы

	наркомании, курения и алкоголизма.			
2.8.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, ОБЖ, физической культуры.	учителя-предметники	в течение года	планы уроков
<b>3.</b>	<b>Психолого-педагогическое направление.</b>			
3.1.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся по экспериментальным программам: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение умственного развития учащихся с целью возможности продолжения обучения в профильных классах; - изучение психологических возможностей и готовности детей к школе; - выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения; - разработка и внедрение системы медико-физиологического контроля за адаптацией учащихся к различным формам обучения.	классные руководители	ежегодно	диагностические исследования
3.2.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	учителя-предметники	ежегодно	планы уроков
<b>4.</b>	<b>Спортивно-оздоровительное направление.</b>			
4.1.	Организацию спортивных мероприятий.	учитель физической культуры	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	заместитель директора	ежегодно	план работы кружков и секций

4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	заместитель директора по ВР	ежегодно	план работы
<b>5.</b>	<b>Диагностическое направление</b>			
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	руководитель МС	ежегодно	результаты мониторинга
5.2.	Подготовка и проведение семинара для учителей школы по теме «Проблемы диагностики развития».	руководитель МС, психолог.	ежегодно	материалы семинара

### **Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения**

#### *Сентябрь*

- Организация дежурства по школе и по классам.
- Наладивание работы кружков и секций, организация клубной деятельности.
- Включение в планы родительского всеобуча, планы методических объединений и план работы школьной библиотеки мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы школы по здоровьесбережению.
- Организация питания учащихся.
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- «Уроки чистоты».
- Проведение внутришкольных и участие в районных спортивно-массовых соревнованиях и спартакиаде.
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Старты здоровья.
- Обеспечение контроля занятости детей во внеурочное время (систематически).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.
- Организация работы спецгруппы.

#### *Октябрь*

- Организация работы учащихся по трудоустройству и поддержанию порядка на закреплённых участках, работа по созданию и

поддержанию уюта в классах, школе, по сохранению школьного имущества.

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка классов к зиме.
- Проведение внутришкольных спортивных мероприятий и соревнований, участие в районной спартакиаде.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Физкультминутки (ежедневно).
- Подвижные игры на переменах (ежедневно).

#### *Ноябрь*

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику « День матери».
- Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме « Курение - вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
- Экскурсии.
- Совецание актива по проведению физкультурных праздников, игр на местности.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически)
- Отчёты о проделанной работе по здоровью сбережению.

#### *Декабрь*

- Проведение открытых воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
- Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.
- Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

#### *Январь*

- Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового образа жизни».
- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

#### *Февраль*

- Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
- День защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы.

#### *Март*

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей.

#### *Апрель*

- Всемирный день здоровья.

- Благоустройство школьной территории.
- День здоровья.
- Динамические паузы, физкультминутки.

#### *Май*

- Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.
- «Весёлые старты».
- Проведение экскурсий на природу.
- Презентация уроков чистоты.

#### *Июнь*

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летних каникул.

### **Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ по ступеням образования**

Ступень	Уровень	Задачи педагогов	Прогнозируемые результаты
Начальное звено: 1-2-е классы	Примитивно-поведенческий	Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры	Отсутствие вредных привычек
3-и классы		Приобщение к гигиенической культуре	
4-е классы		Организация здорового образа жизни	
Среднее и старшее звено: 5-6-е классы	Эмоциональный	Приобщение к здоровому образу жизни	Стремление к ведению здорового образа жизни
7-е классы		Формирование полового самосознания и здорового образа жизни	
8-9е классы		Воспитание грамотного отношения к медико-профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека	

## **Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в школе**

Осуществление запланированных действий по реализации данной программы позволит получить следующие **результаты**:

1. Будет сформирована система физкультурно- оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность медицинских работников и педагогов по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья школьников для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка.
2. Будет осуществляться систематический контроль за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики.
3. Снизится заболеваемость всех участников образовательного процесса.
4. Будет создан компьютерный банк данных о состоянии здоровья каждого учащегося на всех

### **Список используемой литературы:**

1. Аршинова В.В. Классные часы и беседы по профилактике наркомании. - М., 2004.
2. Дереклеева Н.И. Модульный курс учебной и коммуникативной мотивации учащихся, или Учимся жить в современном мире. - М., 2004.
3. Оценка физического развития и состояния здоровья детей и подростков. - М., 2004.
4. Сизанов А.Н., Хриптович В.А. Модульный курс профилактики курения 5-11-е классы. М., 2004.
5. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. - М., 2003.
6. Маюров А.Н., Маюров Я.А. Наркотики, выход из наркотического круга (учебное пособие для ученика и учителя: 7-11-е классы). Книга 4. Уроки культуры и здоровья. - М., 2004.
7. Маюров А.Н., Маюров Я.А. Алкоголь - шаг в пропасть (учебное пособие для ученика и учителя: 7-11-е классы). Книга 3. Уроки культуры здоровья. - М., 2004.

Приложение

Утверждено  
Директор МБОУ  
«Крым-Сарайская ООШ им.М.П.Панарина»  
Кулагина А.В.

**План мероприятий по реализации программы  
формирования здорового образа жизни  
МБОУ «Крым-Сарайская ООШ им.М.П.Панарина»  
2023-2024 учебный год**

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственн ые
<b>Родительские собрания</b>			
1	Профилактика - лучшая тактика (профилактика COVID-19, ОРВИ и Гриппа) Охрана здоровья школьников. Роль семьи в формировании здорового образа жизни ребенка. Безопасное детство.	по плану	Фельдшер Крым- Сарайского ФАП
<b>Создание здоровьесберегающей инфраструктуры</b>			
1	Выполнение норм СанПиН в процессе образовательного процесса	в течение учебного года	Коллектив школы
2	Организация системы бесплатного школьного питания	в течение учебного года	Администрация
3	Организация питьевого режима	в течение учебного года	Дежурный учитель
4	Соблюдение воздушного, светового и теплового режима в школе	в течение учебного года	Педагоги, зам. директора по АХР
5	Разработка плана мероприятий по предупреждению травматизма и несчастных случаев среди обучающихся	август	Зам. директора по ВР
6	Обеспечение готовности школы к учебному году	июнь-август	Завхоз
7	Подготовка актов по приёмке школы	август	Завхоз

8	Соблюдение санитарно-гигиенических норм на уроках и режима проветривания кабинетов на переменах	сентябрь-май	Зам. директора по УВР
9	Введение дополнительных каникулярных дней для обучающихся 1 класса	август	Зам. директора по УВР
10	«Плавающее» расписание в целях максимального разобщения классов (групп)	в течение учебного года в случае необходимости	Зам. директора по УВР
11	«Плавающий» график питания в целях максимального разобщения классов (групп)	в течение учебного года в случае необходимости	Ответственный за питание
12	Установка дозаторов с антисептическим средством для обработки рук	в течение учебного года	завхоз
<b>Профилактическая работа</b>			
1.	Проведение профилактического осмотра обучающихся на кожные заболевания и педикулёз	по плану	Фельдшер Крым-Сарайского ФАП
2.	Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок обучающимся	в течение года	Фельдшер Крым-Сарайского ФАП
3.	Анализ результатов медицинского осмотра воспитанников, доведение результатов медицинского осмотра до родителей и педагогов	по окончании медосмотра	Фельдшер Крым-Сарайского ФАП
4.	Посещение уроков физической культуры	в течение года	Зам. директора по УВР
5.	Профилактика нарушений зрения (контроль ношения очков, правильное рассаживание обучающихся за ученическими столами, упражнения для глаз)	в течение года	Учителя-предметники
6.	Профилактика ОРВИ и гриппа средствами витаминизации	в течение года	Фельдшер Крым-Сарайского

			ФАП
7.	Организация утреннего фильтра с термометрией	в течение года	Педагоги
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность</b>			
1.	Утренняя зарядка (перед первым уроком)	ежедневно	Учителя
2.	Обязательные физкультминутки на уроках и самоподготовке	ежедневно	Учителя, воспитатели
3.	Динамические паузы на свежем воздухе, подвижные перемены	ежедневно	Учителя воспитатели
4.	День здоровья	1 раз в четверть	Учителя физкультуры
5.	Соревнования по различным видам спорта (по плану учителя физкультуры)	в течение учебного года	Учителя физкультуры
6.	Организация работы спортивных кружков в соответствии с СанПиН	сентябрь-май	Учителя физкультуры
7.	Проведение походов выходного дня	сентябрь-май	Классные руководители
8.	Прогулки, экскурсии.	сентябрь-май	Классные руководители, воспитатели
9	Уроки физической культуры	сентябрь-май	Учителя физкультуры
<b>Просветительская работа с педагогами школы и специалистами</b>			
1.	Консультации для учителей по сохранению собственного здоровья.	в течение учебного года	Фельдшер Александровского ФАП
2.	Информирование педагогического коллектива о состоянии и профилактике заболеваемости обучающихся.	в течение учебного года	Фельдшер Александровского ФАП
3.	Повышение квалификации педагогов на курсах по оказанию первой помощи	по необходимости	Зам. директора по УВР
4.	Инструктажи по обеспечению безопасности ОУ	в течение учебного года	Ответственный за ОТ
5.	Оформление тематических выставок книг, периодических изданий по вопросам здоровьесбережения.	декабрь, март	Школьный библиотекарь
6.	Оформление уголков здоровья, информационных стендов по профилактике заболеваний	в течение учебного года	Фельдшер Александровского ФАП

<b>Работа с родителями</b>			
1.	<p><b>Классные родительские собрания</b> (рекомендуемая тематика)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Режим дня – основа жизни человека»</li> <li>2. «COVID-19, как обезопасить своих детей»</li> <li>3. Психологические особенности внутрисемейных отношений. Воспитание неприязни к алкоголю, табакокурению, наркотикам</li> <li>4. Профилактика и предупреждение «школьных болезней»</li> <li>5. «В здоровом теле – здоровый дух»: о правилах закаливания, питания, режиме дня школьника и т. п.</li> <li>6. "Здоровье ребенка в руках взрослых",</li> <li>7. "Здоровая семья: нравственные аспекты",</li> <li>8. "Режим труда и учебы",</li> <li>9. "Физическое воспитание детей в семье",</li> <li>10. "Пагубное влияние курения табака на здоровье человека",</li> <li>11. "Вредные привычки у детей",</li> <li>12. "Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу",</li> <li>13. "Вопросы, которые нас волнуют",</li> <li>14. "Эти трудные подростки",</li> <li>15. "Взрослые проблемы наших детей",</li> <li>16. "Физическое развитие ребенка и пути его совершенствования",</li> <li>17. "Социальный вред алкоголизма",</li> <li>18. "Психология курения",</li> <li>19. "Нецензурная брань - это тоже болезнь".</li> </ol>	по плану	Классные руководители
2.	Консультации родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесбережения	по плану	Классные руководители

**Мониторинг сформированности культуры здорового образа жизни и здоровья обучающихся.**

1.	Мониторинг здоровья обучающихся по результатам профилактических осмотров.	по плану	Фельдшер Крым-Сарайского ФАП
2.	Учёт случаев травматизма обучающихся.	по факту	завхоз
3.	Учёт количества пропусков занятий по болезни.	в конце четверти, (года)	классные руководители
4.	Анализ заболеваемости за год. Анализ в сравнении с предыдущими годами.	май	Фельдшер Крым-Сарайского ФАП

Утверждено  
 Директор МБОУ  
 «Крым-Сарайская ООШ им.М.П.Панарина»  
 Кулагина А.В.

**План мероприятий по реализации программы  
 формирования здорового образа жизни  
 МБОУ «Крым-Сарайская ООШ им.М.П.Панарина»  
 2024-2025 учебный год**

№	Мероприятие	Класс	Дата проведения	Ответственный
Мероприятия с обучающимися				
1	Медосмотр	1-9 классы	в течение года	Фельдшер Крым-Сарайского ФАП
2	Беседы (рекомендуемая тематика) «Соблюдение личной гигиены, как залог здоровья» «Витамины и мы» «Режим дня – основа жизни человека» «Учимся отдыхать» «Здоровые привычки» «Как научиться быть здоровым?» «Польза спорта для организма подростка» «Конфликты - как избежать?» «Здоровое общение» « Движение это жизнь!» «Посеешь привычку – пожнешь характер» «Чувство взрослости. Что такое?»	1-9 классы	в течение года	Классные руководители
3	Тематический ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ	1-9 классы	1 раз в четверть	Зам. директора по ВР, учителя физкультуры

4	Неделя психологии	1-9 классы	2 раза в год	классные руководители
5	Воспитательная беседа по профилактике табакокурения, употребления ПАВ (спайсов, насвая, снюсов), алкоголя, наркотиков со специалистами	5-9 классы	ноябрь, март	Зам. директора по ВР, педагог-организатор
6	Воспитательная беседа по профилактике СПИДа со	5-9 классы	декабрь	Зам. директора по ВР, педагог-организатор
7	1. Спортивная игра «Зарница» 2. Зимняя олимпиада. Международный день зимних видов спорта (12 февраля)	1-9, «и» классы	февраль	Учителя физкультуры
8	Праздник здоровья Игра «Быть здоровым модно»	ГПД	январь май	Фельдшер, воспитатели
9	Неделя ЭКОЛОГИИ	1-9, классы	17.04.-21.04.	Зам. директора по ВР
10	Профилактика заболеваний передающихся половым путём.	7-9 классы	апрель	Фельдшер Крым-Сарайского ФАП
11	«Неделя здоровья и спорта»	1-9, классы	03.04.-07.04.	Учителя физкультуры
12	Профилактика ранней нежелательной беременности	7- 11 класс ы	май	Фельдшер Крым-Сарайского ФАП
13	Беседы «Личная гигиена девушки» «Личная гигиена молодого человека»	7-9 классы	октябрь февраль	Фельдшер Александровского ФАП
14	Мероприятие по профилактике наркомании «Жизнь без наркотиков!»	1-6 классы	июнь	Начальник ЛОЛ
15	Проведение бесед с	1-9	сентябрь- май	Фельдшер Крым-

	обучающимися на темы: профилактика ОКИ,ОРЗ, Гриппа, туберкулёза, гепатитов, КЭ, СПИДа, гельминтов, педикулёза, чесотки, близорукости; гигиеническое воспитание; половое воспитание; сохранение продуктивного здоровья; ЗОЖ; вредные привычки (курение, токсикомания, наркомания, алкоголизм).	классы		Сарайского ФАП
16	Классные часы, беседы, по профилактике табакокурения, употребления ПАВ (спайсов, насвая), алкоголя, наркотиков.	5-9 классы	сентябрь- май	Фельдшер Крым-Сарайского ФАП , классные руководители, /по плану/
17	Классные часы, беседы, занятия- практикумы, экскурсии с обучающимися (воспитанниками) по формированию ЗОЖ /по ПВР классных руководителей, воспитателей/	1-9 классы	сентябрь- май	Классные руководители,
18	«Разговор о правильном питании» в рамках реализации программ внеурочной деятельности.	1-4 классы	сентябрь- май	Классные руководители
19	Турниры: по баскетболу, футболу, волейболу, настольному теннису,	5-11 классы	в течение года/ по плану работы учителей физкультуры и руководителей объединений	Учителя физкультуры, руководители объединений доп. образования

			доп. образования	
20	Сдача норм ГТО	1-9 классы	в течение года	Учителя физкультуры
21	Участие во Всероссийской онлайн- олимпиаде по окружающему миру и экологии		апрель	Зам. директора по ВР
Мероприятия с педагогами				
1	#Челлендж БУДЬ В ФОРМЕ		февраль	Учителя физкультуры
2	Велопрогулка		в течение года	Учителя физкультуры
3	Мастер – класс по скандинавской ходьбе. /		в течение года	Учителя физкультуры
4	Поездка в горы.		В течение года	Учителя физкультуры
5	Турслёт		в течение года	Учителя физкультуры
6	Сдача норм ГТО		в течение года	Учителя физкультуры

Утверждено  
 Директор МБОУ  
 «Крым-Сарайская ООШ им.М.П.Панарина»  
 Кулагина А.В.

**План мероприятий по реализации программы  
 формирования здорового образа жизни  
 МБОУ «Крым-Сарайская ООШ им.М.П.Пангаринва»  
 2025-2026 учебный год**

№	Мероприятие	Класс	Дата проведения	Ответственный
Мероприятия с обучающимися				
1	Медосмотр	1-9 классы	в течение года	Фельдшер
2	Беседы (рекомендуемая тематика) «Режим дня – основа жизни человека» « Движение это жизнь!» «Путешествие по времени» «Компьютер- польза или вред?» «Сотвори сам себя» «Здоровым быть модно!» «Меры предупреждения заболеваний, передающихся от домашних животных» «Нет жизни без воды» «О пользе пищи»	1-9 классы	в течение года	Классные руководители
3	Тематический ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ	1-9 классы	1 раз в четверть	Зам. директора по ВР, учителя физкультуры
4	Игра «Здоровье – это здорово!»	1-6 классы	ноябрь	Воспитатели
5	Классные часы (рекомендуемая тематика) КЧ «Профилактика- лучшая тактика» КЧ «Пять шагов к здоровью» КЧ «Твое здоровье в твоих руках»	5-9 классы	сентябрь-май	Классные руководители

	<p>КЧ «Пять шагов к здоровью»</p> <p>КЧ «Твое здоровье в твоих руках»</p> <p>КЧ «Спорт норма жизни»</p> <p>КЧ «Здоровый образ жизни – мода или необходимость»</p> <p>КЧ «Здоровье – это модно»</p> <p>КЧ «Компьютер и Я»</p> <p>КЧ «Чума XXI века»</p> <p>КЧ Time менеджмент (организация личного времени)</p> <p>КЧ« Движение это жизнь!»</p> <p>КЧ «Твое здоровье в твоих руках»</p> <p>КЧ «Ответственность за будущее»</p> <p>КЧ «Скуку, простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье»</p>			
6	<p>Воспитательная беседа по профилактике табакокурения, употребления ПАВ (спайсов, насвая, снюсов), алкоголя, наркотиков со специалистами</p>	5-9 классы	ноябрь, март	Зам. директора по ВР, педагог-организатор
7	<p>Воспитательная беседа по профилактике СПИДа со специалистами</p>	5-9 классы	декабрь	Зам. директора по ВР, педагог-организатор
8	<p>Спортивная игра «Зарница»</p>	1-9 классы	февраль	Учителя физкультуры
9	<p>Праздник здоровья Игра «Быть здоровым модно»</p>		январь май	Зам. дир. по ВР, фельдшер, воспитатели
10	<p>Конкурс фотографий «Мама, папа, я- спортивная семья»</p>	5-9 классы	апрель	Классные руководители
11	<p>Профилактика заболеваний передающихся половым</p>	7-9 классы	апрель	Фельдшер

	путём.			
12	Соревнования «Самые быстрые, ловкие, смелые»	1-6 классы	апрель	Учителя физкультуры
13	Профилактика ранней нежелательной беременности	7-9 классы	май	Фельдшер
14	Беседы «Личная гигиена девушки» «Личная гигиена молодого человека»	7-9 классы	октябрь февраль	Фельдшер Крым-Сарайского ФАП
15	Мероприятие по профилактике наркомании «Жизнь без наркотиков»	1-6 классы	июнь	Начальник ЛОЛ
16	Проведение бесед с обучающимися на темы: профилактика ОКИ, ОРЗ, Гриппа, туберкулёза, гепатитов, КЭ, СПИДа, гельминтов, педикулёза, чесотки, близорукости; гигиеническое воспитание; половое воспитание; сохранение продуктивного здоровья; ЗОЖ; вредные привычки (курение, токсикомания, наркомания, алкоголизм).	1-9 классы	сентябрь- май	Фельдшер /по плану/
17	Классные часы, беседы, по профилактике табакокурения, употребления ПАВ (спайсов, насвая), алкоголя, наркотиков. /по ПВР классных руководителей,	5-9 классы	сентябрь- май	Фельдшер , классные руководители /по плану/
18	Классные часы, беседы, занятия- практикумы, экскурсии с обучающимися (воспитанниками) по формированию ЗОЖ /по ПВР классных руководителей, воспитателей/	1-9 классы	сентябрь- май	Классные руководители /по плану/
19	Турниры: по баскетболу, футболу, волейболу,	5-9 классы	в течение года/ по плану	Учителя физкультуры,

	настольному теннису,		работы учителей физкультуры и руководителей объединений доп. Образования	руководители объединений доп. Образования
20	Сдача норм ГТО		в течение года	Учителя физкультуры
21	Участие во Всероссийской онлайн-олимпиаде по окружающему миру и экологии		апрель	Зам. директора по ВР
<b>Мероприятия с педагогами</b>				
1	#Челлендж БУДЬ В ФОРМЕ		в течение года	Учителя физкультуры
2	Сплав		в течение года	Учителя физкультуры
3	Велопрогулка		в течение года	Учителя физкультуры
4	Поездка в горы.		в течение года	Учителя физкультуры
5	Турслёт		в течение года	Учителя физкультуры
6	Сдача норм ГТО		в течение года	Учителя физкультуры