

Принято педагогическим советом
МКОУ СОШ №1 г. Нижние Серги
(протокол №35 от 21.06.2023г.)

УТВЕРЖДЕНО
приказом №215 от 21.06.2023г.
директора МКОУ СОШ №1
г. Нижние Серги
Мартьянова Е.Б.



**План мероприятий по охране и укреплению здоровья обучающихся
на 2023-2024 учебный год**

Мероприятие	Срок	Ответственный
Организационно-управленческая деятельность		
Комплектование образовательного учреждения (далее – ОУ) медицинскими кадрами	Август	Директор
Разработка локальных нормативно-правовых актов: <ul style="list-style-type: none"> • положения о школьном оздоровительном марафоне; • положения о школьном конкурсе "Самый здоровый класс"; • положения о Дне здоровья; • положения о спортивных соревнованиях 		
Издание приказов по ОУ: <ul style="list-style-type: none"> • об охране жизни и здоровья обучающихся; • об утверждении графика диспансеризации обучающихся; • об утверждении положения о Дне здоровья; • об организации индивидуального обучения больных детей на дому; • о проведении мониторинга здоровья обучающихся; • о проведении для семей консультаций по охране и укреплению здоровья обучающихся; • о проведении Недели здоровья; • об утверждении положения о школьном оздоровительном марафоне; • об утверждении положения о школьном конкурсе "Самый здоровый класс"; • об утверждении положения о спортивных соревнованиях 	Август – сентябрь	
Педагогические советы: <ul style="list-style-type: none"> • "Компетентностный подход в развитии навыков здорового образа жизни у детей и подростков"; • "Итоги углубленного медицинского осмотра"; • "Анализ заболеваемости обучающихся по итогам учебного года" 	Октябрь Ноябрь Июнь	
Совещания при директоре: 1. Анализ уровня заболевания детей и организация работы ОУ по охране здоровья	Сентябрь	

2. Создание комфортной среды для сохранения и укрепления здоровья обучающихся в образовательном процессе	Ноябрь	
3. Оценка работы учителя в сфере охраны здоровья обучающихся	Декабрь	
4. Здоровьесберегающие технологии на уроке	Январь	
Совещания при заместителе директора по УВР:		
1. Результативность работы по пропаганде здорового образа жизни	Октябрь	Заместитель директора по учебно-воспитательной работе (далее – УВР)
2. Приемы здоровьесберегающей педагогической техники	Декабрь	
3. Здоровьесбережение как важный фактор оптимального развития и успешности личности	Январь	
4. Траектория здоровья обучающихся	Март	
Научно-практическая конференция на тему "Обеспечение комфортности образовательного процесса на основе валеологических подходов"	Апрель	
Семинары-практикумы:		
1. Интенсификация обучения, сохранность и укрепление здоровья обучающихся	Сентябрь	
2. Развитие образовательной системы и ее здоровьесберегающий потенциал	Ноябрь	
3. Результативность и эффективность здоровьесберегающей деятельности в ОУ	Январь	
4. Проблемы организации формирования здорового образа жизни	Март	
Родительская конференция на тему "Здоровые дети – здоровая Россия"	Октябрь	Заместитель директора по воспитательной работе (далее – ВР)
Общешкольные родительские собрания:		
1. Школа – территория здоровья	Сентябрь	
2. Школьная неуспеваемость как медицинская проблема	Январь	
Заключение договора с поликлиникой о проведении лечебно-оздоровительной работы на базе ОУ	Август	Директор
Здоровьесберегающая среда школы		
Выполнение норм СанПиН в процессе организации образовательного процесса	Ежемесячно	Заместитель директора по административно-хозяйственной работе (далее – АХР)
Мониторинг состояния содержания помещений ОУ, мебели, оборудования		
Организация системы доступного, разнообразного и качественного школьного питания детей, полная компенсация его стоимости для обучающихся ОУ	В течение учебного года	Директор
Организация питьевого режима		Заведующая хозяйством
Соблюдение воздушного, светового и теплового	Постоянно	

режимов в ОУ		
Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности в ОУ		
Содержание в исправности кровли, подвалов, системы отопления, горячего и холодного водоснабжения, канализации		
Содержание в исправности электрохозяйства		
Проверка состояния охраны труда в ОУ и документации по технике безопасности в учебных кабинетах	Ежемесячно	Заместитель директора по
Разработка плана мероприятий по охране труда и технике безопасности в ОУ	Сентябрь	безопасности, Заместитель директора по УВР
Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и технических средств обучения для кабинетов	В течение учебного года	Заместитель директора по УВР
Обеспечение хранения спортивного инвентаря и оборудования	Постоянно	Заведующая хозяйством
Приобретение необходимого медицинского оборудования	В течение учебного года	
Приобретение необходимого спортивного оборудования и инвентаря, тренажеров		
Оборудование кабинета психологической разгрузки	Сентябрь	
Обеспечение школьной мебелью в соответствии с ростовыми группами	Август	
Обеспечение готовности помещений ОУ, системы отопления для работы в зимний период	Сентябрь	
Организация ремонта учебных кабинетов	Июнь – август	
Подготовка актов по приемке ОУ	Август	
Обеспечение учебных кабинетов медицинскими аптечками		
Проверка гигиенического состояния ОУ перед началом учебного года и определение готовности ОУ к приему обучающихся		
Приобретение современного мультимедийного оборудования (интерактивные доски, проекторы, экраны, компьютеры)	В течение учебного года	
Рациональная организация образовательного процесса		
Осуществление контроля учебной нагрузки при организации образовательного процесса	Постоянно	Заместитель директора по УВР
Контроль соблюдения санитарно-гигиенических требований к учебным планам, расписаниям первой и второй половины учебного дня, режима дня		
Мониторинг оптимальности учебной нагрузки, валеологической обоснованности расписания с учетом дневной и недельной кривой умственной работоспособности обучающихся	Раз в четверть	

<p>Динамическая скрининг-диагностика физического развития, функциональных резервов организма, нейродинамических показателей нервной системы, психического состояния, индивидуальных конституциональных особенностей, адаптивных (резервных) возможностей, образа жизни и среды, в которой происходит учебная и трудовая деятельность участников образовательного процесса.</p> <p>Тесты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • оценка физического развития (проводят медработники); • оценка функционального состояния и физической подготовленности (проводят учителя физической культуры); • оценка уровня социально-психологической адаптации к школе (проводят учителя начальных классов; для обучающихся средних и старших классов – педагог-психолог); • отношение к своему здоровью и здоровому образу жизни (проводят учителя начальных классов; для обучающихся средних и старших классов – педагог-психолог); • оценка уровня тревожности (проводят учителя начальных классов; для обучающихся средних и старших классов – педагог-психолог); • оценка различных видов памяти: механической, смысловой, образной (проводит педагог-психолог); • оценка нейродинамических свойств нервной системы, позволяющая судить о состоянии нервных процессов: соотношение возбуждательных и тормозных процессов, скорость зрительно-моторных реакций (проводит педагог-психолог) 	<p>В течение учебного года</p>	
<p>Анализ соотношения дозировки письменной домашней работы и письменной классной работы</p>	<p>Раз в четверть</p>	
<p>Контроль соблюдения нормативного значения веса учебного комплекта обучающихся 1–4-х классов</p>	<p>Постоянно</p>	
<p>Контроль соблюдения санитарно-гигиенических условий использования технических средств обучения и компьютерной техники в образовательном процессе</p>		
<p>Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований на уроках, профилактики близорукости и сколиоза, режима проветривания кабинетов на переменах</p>		<p>Медицинский работник</p>
<p>Осуществление контроля соблюдения режима дня обучающихся</p>		<p>Классные руководители</p>
<p>Введение дополнительных каникулярных дней для</p>	<p>Февраль</p>	<p>Заместитель</p>

обучающихся 1-х классов		директора по УВР
Введение индивидуального разгрузочного дня для обучающихся с тяжелыми формами заболеваний	В течение учебного года	
Учет отсутствующих детей в классе	Ежедневно	Классные руководители
Лечебно-профилактическая работа		
Проведение профилактического осмотра обучающихся на кожные заболевания и педикулез после каникул и по показаниям	01–03.09. 12–15.01. 01–03.04.	Медицинский работник
Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок учащимся	По плану	
Проведение обследования на раннее выявление туберкулеза	Два раза в год	
Составление плана профилактических прививок	Март	
Составление списков детей, нуждающихся летом в санаторном лечении		
Организация и проведение медицинского осмотра всех обучающихся с целью определения медицинской группы для занятий физической культурой	Сентябрь	
Анализ результатов медицинских осмотров	По окончании осмотра	
Профилактика травматизма среди обучающихся, учет и анализ всех случаев травм	В течение учебного года	
Посещение уроков физической культуры и занятий спортивных секций	Ежемесячно	
Профилактика близорукости (контроль ношения очков, правильное рассаживание обучающихся за ученическими столами, упражнения для глаз, использование офтальмотренажера)	В течение учебного года	
Беседы по профилактике заболевания опорно-двигательного аппарата, режиму дня, личной гигиене		
Витаминопрофилактика (С-витаминизация третьего блюда с целью повышения иммунитета и профилактики острых заболеваний)		
Коррекция нарушения опорно-двигательного аппарата путем проведения занятий по образовательной программе "Ритмика" для обучающихся начальных классов		
Проведение профилактических мероприятий в период сезонных заболеваний ОРЗ, ОРВИ: • мониторинг количества заболевших; • санитарная обработка учреждений; • проведение профилактических бесед с учащимися и родителями		
Организация коррекционно-оздоровительной работы: • формирование специальных медицинских групп;		

<ul style="list-style-type: none"> • введение обязательных физкультминуток на уроке с учетом заболевания и патологии ребенка, утренней гигиенической гимнастики, подвижных игр на перемене; • проведение динамических часов в 1-х классах: прогулки на свежем воздухе и т. д. 		
Организация занятий групп ЛФК	Сентябрь	
Спортивно-оздоровительная работа		
Утренняя гимнастика перед первым уроком	В течение учебного года	Классные руководители
Динамические паузы и физкультминутки на уроках, подвижные школьные перемены		
Конкурс "Самый здоровый класс"	Сентябрь	Заместитель директора по ВР
Конкурс "Лучший спортсмен школы"	Апрель	
День здоровья	1 раз в четверть	
Час здоровья	Еженедельно	Классные руководители
Месячник "Здоровье – богатство на все времена"	Ноябрь	Заместитель директора по ВР
Соревнования по различным видам спорта	В течение учебного года	Заместитель директора по ВР, учителя физической культуры
Спартакиада ОУ на приз "Кубок Здоровья"	Сентябрь – май	
Олимпиада ОУ по здоровому образу жизни	Апрель	Учителя физической культуры
Всемирный день здоровья	Апрель	Заместитель директора по ВР
Акция "Займись спортом, сделай первый шаг"	Март	
Программно-методическое обеспечение образовательного процесса		
<p>Разработка:</p> <ul style="list-style-type: none"> • комплексной целевой программы "Здоровье"; • концепции здоровьесберегающей деятельности ОУ; • критериев и показателей деятельности ОУ по формированию культуры здоровья; • тестов по оценке уровня гигиенической грамотности и культуры детей; • плана по формированию основ культуры здоровья у обучающихся, педагогов, родителей и вовлечению всех участников образовательного процесса в различные виды здоровьесберегательной деятельности; • цикла бесед, классных часов, мероприятий для детей и родителей по каждой параллели по вопросам здоровьесбережения 	В течение учебного года	Заместитель директора во УВР
Ярмарка педагогических идей "Новации в проведении физкультурно-оздоровительной работы"		
<p>Создание:</p> <ul style="list-style-type: none"> • информационного банка данных о состоянии здоровья 	В течение учебного года	

детей "Карта здоровья обучающихся ОУ"; • банка методических разработок по вопросам здоровьесбережения и здоровьесформирования; • банка методических разработок по работе с нормативно-правовой базой здоровья; • банка передового опыта образовательных учреждений по охране и укреплению здоровья обучающихся района, города, регионов; • банка методических разработок здоровьесберегающего сопровождения разных форм обучения (экстернат, надомное, инклюзивное образование и т. д.); • банка аннотированной методической литературы по вопросам здоровья; • банка разных типов программ по вопросам профилактики здоровья; • банка методических материалов по работе с родителями		
Мастер-класс "Формирование культуры здоровья и здорового образа жизни на разных этапах обучения"	Январь	
Круглые столы для классных руководителей: • "Двигательная активность: дифференциация и индивидуализация разного уровня физического здоровья. Формирование индивидуальных маршрутов двигательной активности"; • "Формирование здоровьесберегающего информационного пространства самодеятельных детских объединений: работа пресс-центров, клубов ОУ"; • "Современные методы профилактики и коррекции патологии опорно-двигательного аппарата у детей"	Ноябрь Февраль Апрель	
Введение здоровьесберегающих курсов, предметов, отдельных модулей в структуру и содержание вариативной части учебных планов	В течение учебного года	
Санитарно-просветительская работа		
Круглые столы: • "Вредные привычки и их предупреждение" (5–6-е классы); • "Еда, которая тебя убивает" (7–8-е классы); • "Жизнь без вредных привычек" (9–11-е классы)	Октябрь Ноябрь Февраль	Заместитель директора по ВР
Диспуты: • "Незаменимый помощник или? О пользе и вреде компьютера" (6–8-е классы); • "Жизнь без сигарет – это реально?" (9–11-е классы)	Сентябрь Октябрь	
Викторина "Гигиена и движение – это всех проблем решение" (5–8-е классы)	Ноябрь	
Ролевая игра о вреде курения "Сомнительное"	Март	

удовольствие" (8–9-е классы)		
Развивающая игра "Здоровая нация – это мы!" (6–7-е классы)	Апрель	
Устный журнал: • "Значение профилактических прививок" (1–4-е классы); • "Гигиена умственного труда" (5–8-е классы); • "Роль факторов внешней среды в укреплении здоровья" (9–11-е классы)	Сентябрь Октябрь Ноябрь	Медицинский работник
Лекции для обучающихся: • о вреде употребления пива, слабоалкогольных и энергетических напитков; • о вреде табакокурения и курительных смесей для здоровья человека; • о принципах рационального, здорового питания; • о профилактике ВИЧ/СПИД, вирусных гепатитов В и С и др.; • как сохранить хорошее зрение; • острые кишечные заболевания и их профилактика; • режим дня и его значение; • культура приема пищи	Сентябрь Октябрь Ноябрь Декабрь Январь Февраль Март Апрель	
Разработка памяток для обучающихся	В течение учебного года	
Оформление санитарных бюллетеней		
Организация тематических выставок "Мы за здоровый образ жизни"	1 раз в четверть	Заведующий библиотекой
Праздник "Путешествие в мир Здоровья" (5–8-е классы)	Декабрь	Заместитель директора по ВР
Тематические классные часы	В течение года	Классные руководители
Работа с родителями		
Родительские лектории: • гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний; • основы личной безопасности и профилактика травматизма; • закаливание организма, профилактика простудных заболеваний; • компьютер и здоровье обучающихся	Сентябрь Ноябрь Январь Апрель	Медицинский работник
Консультации родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесбережения	В течение учебного года	
Классные родительские собрания	Раз в четверть	Классные руководители