

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 |
|--|---------------------------|---------------|
| <b>Организационно-управленческая деятельность</b>  |                           |               |
| Комплектование образовательного учреждения (далее – ОУ) медицинскими кадрами   | Август                    | Директор      |
| Разработка локальных нормативно-правовых актов:<br>• положения о школьном оздоровительном марафоне;<br>• положения о школьном конкурсе "Самый здоровый класс";<br>• положения о Дне здоровья;<br>• положения о спортивных соревнованиях  |                           |               |
| Издание приказов по ОУ:<br>• об охране жизни и здоровья обучающихся;<br>• об утверждении графика диспансеризации обучающихся;<br>• об утверждении положения о Дне здоровья;<br>• об организации индивидуального обучения больных детей на дому;<br>• о проведении мониторинга здоровья обучающихся;<br>• о проведении для семей консультаций по охране и укреплению здоровья обучающихся;<br>• о проведении Недели здоровья;<br>• об утверждении положения о школьном оздоровительном марафоне;<br>• об утверждении положения о школьном конкурсе "Самый здоровый класс";<br>• об утверждении положения о спортивных соревнованиях | Август – сентябрь         |               |
| Педагогические советы:<br>• "Компетентностный подход в развитии навыков здорового образа жизни у детей и подростков";<br>• "Итоги углубленного медицинского осмотра";<br>• "Анализ заболеваемости обучающихся по итогам учебного года"   | Октябрь<br>Ноябрь<br>Июнь |               |
| Совещания при директоре:<br>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  |
| <b>Здоровьесберегающая среда школы</b>  |                         |   |
| 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,<br>Заместитель<br>директора по УВР |
| Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и технических средств обучения для кабинетов   | В течение учебного года | Заместитель<br>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 |  |
| <b>Рациональная организация образовательного процесса</b>   |                         |  |
| Осуществление контроля учебной нагрузки при организации образовательного процесса   | Постоянно               | Заместитель<br>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"> <li>• оценка физического развития (проводят медработники);</li> <li>• оценка функционального состояния и физической подготовленности (проводят учителя физической культуры);</li> <li>• оценка уровня социально-психологической адаптации к школе (проводят учителя начальных классов; для обучающихся средних и старших классов – педагог-психолог);</li> <li>• отношение к своему здоровью и здоровому образу жизни (проводят учителя начальных классов; для обучающихся средних и старших классов – педагог-психолог);</li> <li>• оценка уровня тревожности (проводят учителя начальных классов; для обучающихся средних и старших классов – педагог-психолог);</li> <li>• оценка различных видов памяти: механической, смысловой, образной (проводит педагог-психолог);</li> <li>• оценка нейродинамических свойств нервной системы, позволяющая судить о состоянии нервных процессов: соотношение возбуждательных и тормозных процессов, скорость зрительно-моторных реакций (проводит педагог-психолог)</li> </ul> | <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 |
| <b>Лечебно-профилактическая работа</b>  |                                     |                       |
| Проведение профилактического осмотра обучающихся на кожные заболевания и педикулез после каникул и по показаниям  | 01–03.09.<br>12–15.01.<br>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:<br>• мониторинг количества заболевших;<br>• санитарная обработка учреждений;<br>• проведение профилактических бесед с учащимися и родителями |                                     |                       |
| Организация коррекционно-оздоровительной работы:<br>• формирование специальных медицинских групп;   |                                     |                       |
|   |                                     |                       |

|  |                         |  |
|--|-------------------------|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• введение обязательных физкультминуток на уроке с учетом заболевания и патологии ребенка, утренней гигиенической гимнастики, подвижных игр на перемене;</li> <li>• проведение динамических часов в 1-х классах: прогулки на свежем воздухе и т. д.</li> </ul>  |                         |  |
| Организация занятий групп ЛФК  | Сентябрь                |  |
| <b>Спортивно-оздоровительная работа</b>  |                         |  |
| 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                    |  |
| <b>Программно-методическое обеспечение образовательного процесса</b>   |                         |  |
| <p>Разработка:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• комплексной целевой программы "Здоровье";</li> <li>• концепции здоровьесберегающей деятельности ОУ;</li> <li>• критериев и показателей деятельности ОУ по формированию культуры здоровья;</li> <li>• тестов по оценке уровня гигиенической грамотности и культуры детей;</li> <li>• плана по формированию основ культуры здоровья у обучающихся, педагогов, родителей и вовлечению всех участников образовательного процесса в различные виды здоровьесберегательной деятельности;</li> <li>• цикла бесед, классных часов, мероприятий для детей и родителей по каждой параллели по вопросам здоровьесбережения</li> </ul> | 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"> <li>• информационного банка данных о состоянии здоровья</li> </ul>   | В течение учебного года |  |

|  |                                     |                             |
|--|-------------------------------------|-----------------------------|
| детей "Карта здоровья обучающихся ОУ";<br>• банка методических разработок по вопросам здоровьесбережения и здоровьесформирования;<br>• банка методических разработок по работе с нормативно-правовой базой здоровья;<br>• банка передового опыта образовательных учреждений по охране и укреплению здоровья обучающихся района, города, регионов;<br>• банка методических разработок здоровьесберегающего сопровождения разных форм обучения (экстернат, надомное, инклюзивное образование и т. д.);<br>• банка аннотированной методической литературы по вопросам здоровья;<br>• банка разных типов программ по вопросам профилактики здоровья;<br>• 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:<br>• "Двигательная активность: дифференциация и индивидуализация разного уровня физического здоровья. Формирование индивидуальных маршрутов двигательной активности";<br>• "Формирование здоровьесберегающего информационного пространства самодеятельных детских объединений: работа пресс-центров, клубов ОУ";<br>• "Современные методы профилактики и коррекции патологии опорно-двигательного аппарата у детей"  | Ноябрь<br><br>Февраль<br><br>Апрель |                             |
| Введение здоровьесберегающих курсов, предметов, отдельных модулей в структуру и содержание вариативной части учебных планов  | В течение учебного года             |                             |
| <b>Санитарно-просветительская работа</b>   |                                     |                             |
| Круглые столы:<br>• "Вредные привычки и их предупреждение" (5–6-е классы);<br>• "Еда, которая тебя убивает" (7–8-е классы);<br>• "Жизнь без вредных привычек" (9–11-е классы)  | Октябрь<br><br>Ноябрь<br>Февраль    | Заместитель директора по ВР |
| Диспуты:<br>• "Незаменимый помощник или? О пользе и вреде компьютера" (6–8-е классы);<br>• "Жизнь без сигарет – это реально?" (9–11-е классы)  | Сентябрь<br><br>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:<br>• "Значение профилактических прививок" (1–4-е классы);<br>• "Гигиена умственного труда" (5–8-е классы);<br>• "Роль факторов внешней среды в укреплении здоровья" (9–11-е классы)  | Сентябрь<br>Октябрь<br>Ноябрь   | Медицинский работник        |
| Лекции для обучающихся:<br>• о вреде употребления пива, слабоалкогольных и энергетических напитков;<br>• о вреде табакокурения и курительных смесей для здоровья человека;<br>• о принципах рационального, здорового питания;<br>• о профилактике ВИЧ/СПИД, вирусных гепатитов В и С и др.;<br>• как сохранить хорошее зрение;<br>• острые кишечные заболевания и их профилактика;<br>• режим дня и его значение;<br>• культура приема пищи | Сентябрь<br>Октябрь<br>Ноябрь<br>Декабрь<br>Январь<br>Февраль<br>Март<br>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       |
| <b>Работа с родителями</b>  |   |                             |
| Родительские лектории:<br>• гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний;<br>• основы личной безопасности и профилактика травматизма;<br>• закаливание организма, профилактика простудных заболеваний;<br>• компьютер и здоровье обучающихся   | Сентябрь<br>Ноябрь<br>Январь<br>Апрель  | Медицинский работник        |
| Консультации родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесбережения   | В течение учебного года   |                             |
| Классные родительские собрания  | Раз в четверть  | Классные руководители       |