**План деятельности по реализации программы «Моё здоровье- моё будущее»**

**на 2018-2019 учебный год**

**Основные направления работы:**

* Медико-гигиенические;
* физкультурно-оздоровительные;
* обеспечение безопасности жизнедеятельности;
* психолого-педагогическое направление
* здоровьесберегающие технологии;
* профилактическая работа мед.работника.

**Медико-гигиеническая деятельность:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание работы | Сроки |
| 1 | Проверка санитарного состояния школы перед началом уч.года. | Сентябрь |
| 2 | Принятие плана работы на уч.год. | Сентябрь |
| 3 | Утверждение плана работы. | Сентябрь |
| 4 | Рациональное расписание уроков(соблюдение требований Сан ПиНа) | Ежегодно |
| 5 | Проведение мед.осмотра учащихся. | Октябрь |
| 6 | Оформление листков здоровья в классных журналах | Октябрь |
| 7 | Распределение по группам здоровья учащихся. | Октябрь |
| 8 | Проведение плановых профилактических прививок. | Планово |
| 9 | Контроль организации питания школьников. | Постоянно |
| 10 | Диспансеризация школьников. | В теч. года |
| 11 | Контроль санитарно-гигиенических условий. | 1 раз в семестр |
| 12 | Профилактика инфекционных заболеваний и травматизма. | В теч. года |
| 13 | Проведение санитарно-просветительской работы среди родителей и учителей. | Постоянно |
| 14 | Контроль за физическим состоянием учащихся(мониторинг состояния здоровья). | Постоянно |
| 15 | Контроль за соблюдением санитарно-эпидемиологического режима в столовой. | Постоянно |
| 16 | Обследование детей на гельминты и дегельминтизация нуждающихся. | 1 раз в год |
| 17 | Осмотр работников столовой на гнойничковые заболевания. | Систематически |
| 18 | Проведение лекций, бесед для школьников, включающих вопросы полового воспитания, антиалкогольную и антиникотиновую пропаганду. | В теч.года |
| 19 | Участие в организации проведения дня здоровья. | По плану школы |
| 20 | Участие в выпуске сан.листов. | По плану школы |
| 21 | Работа с наркопостом. | В теч.года |
| 22 | Выпуск сан.бюллетеней по вопросам охраны здоровья школьников. | В теч. года |
| 23 | Комплектование мед.аптечки I помощи. | По необходимости |
| 24 | Анализ посещаемости и пропусков уроков по болезни | Ежегодно |

**Физкультурно- оздоровительная деятельность:**

**Цель:** Содействие гармоничному развитию организма учащихся, освоение новых физических качеств.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименования мероприятия | Сроки | Ответственный |
| 1 | Распределение по группам здоровья учащихся | Сентябрь | Мед.работник |
| 2 | Распределение расписания занятий | Сентябрь | Зам.дир.по УВР |
| 3 | Проведение инструктажа по технике безопасности на занятиях спец. групп, секциях, уроках физической культуры | В теч. года | Учитель ФК |
| 4 | Уроки физической культуры и по основам безопасности жизнедеятельности | В теч.года | Учителя ФК и ОБЖ |
| 5 | Секции: ОФП, волейбол, хоккей, каратэ, подвижные игры | В теч.года | Учителя ФК, тренера |
| 6 | Недели спорта | В теч.года | Учителя ФК |
| 7 | Участие на соревнованиях в рамках "Президентских спортивных игр", "Президентских состязаний". | В теч.года | Учителя ФК |
| 8 | Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (физкультурные паузы, подвижные перемены). | В теч.года | Учителя предметники  Учителя ФК |
| 9 | Организация спортивных мероприятий. | В теч.года | Учителя ФК |
| 10 | Привлечение учащихся, родителей к физической культуре и спорту. | В теч.года | Учителя ФК  Администрация |
| 11 | Организация дней здоровья, походов, экскурсий, прогулок. | В теч.года | Учителя ФК  Администрация  Учителя предметники |

**Обеспечение безопасности жизнедеятельности:**

**Цель:** Создание безопасных условий труда, сохранение и укрепление здоровья окружающих.

**Актуальность:** Приобретение учащимися знаний и умений по защите жизни и здоровья в неблагополучных, угрожающих их безопасности условиях.

**I Работа с кадрами**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки | Ответственный |
| 1 | Распределение обязанностей в работе по созданию безопасных условий труда | август | Директор |
| 2 | Обучение членов трудового коллектива, вновь принимаемых на работу | В теч.года | заместители |
| 3 | Проведение регулярных инструктажей по вопросам охраны труда с регистрацией в соответствующих журналах | В теч.года | заместители |
| 4 | Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей. | Ежегодно в течение года | Зам.дир по ВР Классный рук. |
| 5 | Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни. | Ежегодно в течение года | Учителя предметники |

**II Работа с учащимися**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки | Ответственный |
| 1 | Проведение инструктажей в 1-11 кл. на начало учебного года | До 15.09 | Зам.дир по ВР Классный рук. |
| 2 | Проведение тематических инструктажей в рамках классных часов:  -по правилам пожарной безопасности  -по правилам дорожно-транспортной безопасности  -по правилам безопасности на воде и на льду  -по правилам поведения в экстремальных условиях  -по правилам поведения во время каникул | По планам классных руководителей | Зам.дир по ВР и классн.рук. |
| 3 | Проведение внеплановых инструктажей при организации внеклассных мероприятий |  |  |
| 4 | Проведение целевых инструктажей при организации трудовой деятельности |  |  |
| 5 | Совместная работа с учреждениями здравоохранения, ОВД по профилактике наркомании, токсикомании, алкоголизма, табакокурения. | Ежегодно в  течение года | Зам.дир по ВР и классн.рук. |

**III Работа с родителями**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки | Ответственный |
| 1 | Родительский всеобуч | Ежегодно в течение года | Зам.дир по ВР Классный рук. |
| 2 | Вовлечение родителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей. | Ежегодно в течение года | Зам.дир по ВР Классный рук. |

**IV Создание безопасных условий труда**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки | Ответственный |
| 1 | Проверка учебных кабинетов и мастерских на соответствие требованиям техники безопасности, проверка наличия и правильности заполнения журналов инструктажей | сентябрь | Директор, заместитель, председатель, профком. |
| 2 | Ревизия системы пожаротушения | До 25.08 | Директор, |
| 3 | Огнезащитная пропитка помещений | Август | Зам.дир по АХР |
| 4 | Промывка и опрессовка отопительной системы | Август | Зам.дир по АХР |
| 5 | Прозвонка электрических сетей | Август | Зам.дир по АХР |

**V Обеспечение курса ОБЖ**

**Задачи:**

-развитие личностных качеств;

-воспитание осознанного отношения к здоровью, его укрепление;

-привитие жизненно необходимых знаний, умений и навыков в области защиты от чрезвычайных ситуаций;

-формирование здорового образа жизни;

-подготовка юношей к службе в армии;

-военно-патриотическое воспитание.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки | Ответственный |
| 1 | Проведение уроков ОБЖ | В теч.года | Учителя ОБЖ |
| 2 | Проведение практических занятий по ОБЖ с учащимися | В теч.года | Учителя ОБЖ |
| 3 | Проведение тематических классных часов | В теч.года | Классный рук. |
| 4 | Проведение внеклассных мероприятий | В теч.года | Зам.дир. по ВР учителя ОБЖ, классн.рук. |

**VI План работы по военно-патриотическому воспитанию**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки | Ответственный |
| 1 | Классные часы «Я – гражданин России» | Сентябрь | Кл.руководитель |
| 2 | Работа со специалистом по ВЧС | Октябрь |  |
| 3 | Участие в игре «Орленок» |  | Учитель ОБЖ |
| 4 | Участие в совещании преподавателей по ОВС(основы воен. службы) | В теч.года | Учитель ОБЖ |
| 5 | Участие в семинаре учителей ФК, ОБЖ (организация допризывной подготовки) |  | Учитель ОБЖ, учителя ф.к. |
| 6 | Военно-спортивная игра «Патриот» | Февраль | Кл.рук, учителя ФК |
| 7 | Конкурс «А ну-ка, парни!» (юноши 8 кл) | Февраль | Зам.дир по ВР, Кл.рук 9 кл, учителя ФК |
| 8 | Организация почётного караула ко Дню Победы. Эстафета, посвященная Дню Победы | Май | Зам.дир по ВР, Кл.рук, учитель ФК |
| 9 | Участие в игре «Зарница» | Май | Зам.дир по ВР, Кл.рук, учитель ФК |
| 10 | Военно-полевой сбор | Июнь | Зам.дир по ВР, Кл.рук, учитель ФК |

**Психолого-педагогическое направление:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки | Ответственный |
| 1 | Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся. | Ежегодно в теч. года | Кл.руководитель  Учителя предметники  психолог |
| 2 | Определение влияния учебной нагрузки на здоровье детей. | Ежегодно в теч. года | Кл.руководитель  психолог |
| 3 | Изучение психологических возможностей и готовности детей к школе. | Ежегодно в теч. года | Кл.руководитель  Учителя предметники  психолог |
| 4 | Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся. | Ежегодно в теч. года | Кл.руководитель  Учителя предметники  психолог |

**Здоровьесберегающие технологии:**

**Цель:** Способствовать изменению мотивации образовательной деятельности у учащихся, повысить их творческую активность, физическое и психическое развитие.

**Здоровьесберегающая образовательная деятельность** – это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся.

Здоровьесберегающую деятельность, применяемую в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на три основные группы:

- деятельность, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса;

- деятельность оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников;

- разнообразные психолого-педагогические технологии, на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.

**Направления деятельности:**

* Снятие эмоционального напряжения. Использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач, введение в урок исторических экскурсов и отступлений позволяют снять эмоциональное напряжение. Использование интерактивных обучающих программ, приём использования литературных произведений.
* Создание благоприятного психологического климата на уроке. Доброжелательная обстановка на уроке, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор или небольшое историческое отступление.

Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни. Научить ответственно относиться к своему здоровью, вводить вопросы здоровья в рамки учебных предметов, осуществить межпредметные связи, показать ученику, как связан изучаемый материал с повседневной жизнью, приучить его постоянно заботиться о своём здоровье.

* Комплексное использование личностно – ориентированных технологий.

Технологии личностно – ориентированного обучения, технологии проектной деятельности, дифференцированного обучения, обучения в сотрудничестве, разнообразные игровые технологии.

Создание атмосферы заинтересованности каждого ученика в работе класса, стимулирования учащихся к высказываниям и использованию различных способов выполнения заданий без боязни ошибиться, создание педагогических ситуаций общения на уроке, позволяющих каждому ученику проявлять инициативу, самостоятельность, избирательность, в способах работы, создание обстановки для естественного самовыражения ученика.

* Использование ТСО как средства интерактивного обучения. Особое место среди ТСО отводится персональному компьютеру с мультимедиапроектором, экранная форма компьютерной (и аудиовизуальной) информации, мультимедийные презентации.
* Сохранение здоровья ребенка начинается с организации всего учебного воспитательного процесса, в частности с расписания урока. Рациональное распределение учебной нагрузки обучающихся в течение учебного дня и недели – важный фактор не только профилактики утомления школьников, но и повышения работоспособности обучающихся и педагогов. Школьное расписание занятий определяет эффективность работы образовательного учреждения, создаёт условия для оптимальной деятельности педагогического и ученического коллектива.
* Физкультурно – оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня.

- физкульт-минутки;

- подвижные игры на переменах.

Для решения этих задач могут применяться следующие ***компоненты:***

* Создание положительного эмоционального настроя на работу всех учеников в ходе урока.
* Использование проблемных творческих заданий.
* Стимулирование учеников к выбору и самостоятельному использованию разных способов выполнения заданий.
* Применение заданий, позволяющих ученику самому выбирать тип, вид и форму материала (словесную, графическую, условно-символическую).
* Рефлексия. Обсуждение того, что получилось, а что нет, в чём были ошибки, как они были исправлены.

**Виды деятельности и формы работы по данному направлению**:

**Профилактическая работа медицинского работника**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание работы** | **сроки** |
| Лекция-ЗОЖ «Компьютер и мы»- 10кл. |  |
| Беседа «Профилактика глистных инвазий». |  |
| Сан.листок «Бегом к здоровью». |  |
| Антропометрия. |  |
| Лекция «Девочка, девушка, женщина» 9-11кл. |  |
| Индивидуальные беседы «о профилактике ОРЗ». |  |
| Сан.листок «О гриппе». |  |
| Лекция о вреде табакокурения |  |
| Беседа «Нарушение осанки» |  |
| Сан листок «Профилактик туберкулеза» |  |
| Лекция «О спиде» 9-11кл. |  |
| Беседа «Профилактика близорукости». |  |
| Сан.листок «ЗППП». |  |
| Лекция «ЗОЖ. Профилактика травматизма». |  |
| Беседа «профилактика плоскостопия». |  |
| Сан.листок «об ангине». |  |
| Лекция «об алкоголизме». |  |
| беседа «личная гигиена». |  |
| С/Л «гепатиты». |  |
| Лекция «о наркомании». |  |
| Беседа «профилактика кариеса». |  |
| С/Л «1 помощь при несчастных случаях». |  |
| Лекция «профилактика туберкулёза». |  |
| Беседа «о проф. прививках». |  |
| С/Л «гельминтозы». |  |
| Лекция «профилактика инфекционных заболеваний». |  |
| Беседа «о профилактике ОРЗ». |  |
| С/Л «кишечные инфекции». |  |

**Классные часы:**

* Правила поведения на дорогах, 1-4 кл.
* Влияние вредных привычек на организм, 5-7 кл.
* Здоровое питание, 1-6 кл.
* Как сохранить своё здоровье 10.11 кл.
* Сколько составляющих здоровья?, 8,9 кл.
* В здоровом теле-здоровый дух, 9-11 кл.
* Курить-здоровью вредить!, 6-8 кл.
* Мы в ответе за свои поступки, 10,11 кл.
* Преступление и подросток, 5-7 кл.
* Уроки ОБЖ (по плану), 8,10-11 кл.
* Права и обязанности несовершеннолетних, 5-9 кл.
* Устав школы, 1-11 кл.

**Картотека тематических классных часов:**

***1-4-е классы***

1. Режим дня.

2. Закаливание организма.

3. Культура поведения в общественных местах.

4. Культура поведения за столом.

5. Культура питания.

6. Мой друг - Мойдодыр.

7. Культура одежды.

8. Профилактика простудных заболеваний.

9. Береги здоровье смолоду.

***5-11-е классы***

1. Режим дня.

2. Что такое здоровье?

3. Способы укрепления здоровья.

4. Культура питания.

5. Культура одежды.

6. Гигиена мальчика и девочки.

7. Профилактика простудных заболеваний, заболеваний органов зрения.

8. О вредных привычках.

9. О вреде никотина.

10. О вреде алкоголя.

11. Имя беды - наркотик.

12. Покончить с грубостью.

13. Определение здорового образа жизни.

14. Береги здоровье смолоду.

15. О вкусах не спорят, о манерах надо знать.

16. Роль спорта в жизни человека.

17. Как одеваться: стильно, модно, удобно?

18. Система питания старшеклассника.

19. Победить зло.

20. Почему принимают наркотики.

21. Наркотики и их жертвы.

**Тематика** **родительских собраний:**

* Безопасность детей - забота родителей, 1-11 кл.
* Не вырони из рук своё будущее, 10, 11 кл.
* Здоровая семья-здоровый ребёнок, 5-8 кл.
* Правила поведения на дорогах, 1-11 кл
* Здоровье детей в наших руках, 1-4 кл.

**Картотека родительских собраний**

1. Психологические особенности учащегося (по возрастам).

2. Режим дня и гигиенические нормы.

3. Режим питания.

4. Встреча с сотрудниками ПДН ОВД

5. Здоровые дети в здоровой семье.

6. Семейные конфликты

7. Как уберечь вашего ребенка от наркотиков.

**Проведение профилактических мероприятий:**

Встречи с представителями КПДН и ЗП, ПДН, МБУ « ЦСПС и Д « Надежда»

**Конкурсы, викторины**

|  |
| --- |
| * Беседа «Мы выбираем жизнь!», 6-8 классы * Беседа «Слагаемые здоровья», 5 классы * Конкурс плакатов «Молодежь – наркотики, алкоголь. Мы скажем – нет!», 7-9 кл. * Беседа «Безвредного табака не бывает»,7-8 классы * Беседа «Привычки вредные и полезные», 4 классы * Беседа «Табакокурение»,   7-9 классы.   * Беседа «Наркотики, насилие и закон» ,   10-11 классы.   * Профилактическая беседа. «Наркомания: зона риска, Что такое спайсы», 8-9 классы. * Беседа «СПИД – чума ХХI», 9-10 классы. * Круглый стол «Наркомания. Закон и ответственность», 9 классы |

|  |
| --- |
| * Беседа «Мы – будущие государства », 4 кл. |
| * Лекция. «Понятие ответственности и наказания»,5 кл. |
| * Лекция «Права и обязанности несовершеннолетних», «Санкции и нормы» , 3-11 кл. |
| * Выступление инспектора ПДН об ответственности за употребление алкоголя, табакокурения, наркотиков, 5-11 кл. |
| * Лекция «Уголовный и административный кодекс Р.Ф.», 9-10- 11 кл. |
| * Проведение профилактических бесед о правилах поведения в каникулярное время на тему: «Ответственность несовершеннолетних за правонарушения и преступления», 5-11 кл. |

**1. Конкурсы рисунков:**

• «Осторожно, дети!» (по правилам дорожного движения);

• *«Я*за здоровый образ жизни!»;

**2. Конкурсы плакатов:**

• «Жизнь без наркотиков»;

• «Нет вредным привычкам!».

• «Экология вокруг нас».

**3. Викторины:**

• «Красный, желтый, зеленый»;

• «Кушайте на здоровье».

**4. Веселые старты.**

**5. Спортивные соревнования «Папа, мама и я- спортивная семья».**

**6. Военно-спортивные игры:**

* «Орлёнок», 9-11 кл.
* «Зарница», 8 кл.
* «А, ну-ка, парни!», 9-11 кл.
* «Безопасное колесо», 1-6 кл.

**7.Соревнования команд, эстафеты, подвижные и спортивные игры.**

**Внеклассная работа, участия в городской спартакиаде школьников на 2018-19 г.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Спортивные мероприятия | Сроки | Раздел программы | Участники | Место проведения |
| 1. | Мини-футбол | сентябрь октябрь | «Мини – футбол в школу» | 2001-2002  2003-2004  2005-2006  2007-2008 | с/к «Гипроруда» |
| 2. | Пионербол | Октябрь- март | По плану спортивной работы | 5-6кл.  9-11кл. –  судьи | Спортивный зал СОШ №1 |
| 3. | Игра « Перестрелка» | Октябрь-ноябрь | По плану спортивной работы | 2-6 классы | Спортивный зал СОШ №1 |
| 4. | Эстафетный бег | Октябрь | По плану спортивной работы | Команды  классов | Площадь ДК  «Дружба» |
| 5. | Спортивное многоборье | Октябрь | По плану спортивной работы | Команды  классов | с/к «Гипроруда» |
| 6. | Соревнования по баскетболу | Декабрь | Оранжевый мяч | 10-11класс  8-9класс | КСЦ «Дружба» |
| 7. | Стритбол | март | «Президентские спортивные игры» | 2006-2007 | КСЦ «Дружба» |
| 8. | Пулевая стрельба | февраль | «Президентские спортивные игры» | 2006-2007 | Тир |
| 9. | Турнир школьников по баскетболу (юноши и девушки) | декабрь | По плану спортивной работы | 5-9 кл. | КСЦ «Дружба» |
| 10 | Предметные недели | Сентябрь -май | По плану работы | 1-11 класс | СОШ №1 |
| 11 | Соревнования школьников по лыжным гонкам | февраль | «Пионерская правда» | 2006-2007 | Лыжная база МБОУ ДОД «ДЮСШ№1» |
| 12 | Соревнования по волейболу «Серебряный мяч» | Апрель | Первенство ДЮСШ №2 | 8-11 кл. | МБОУ ДОД «ДЮСШ №2» |
| 13 | Республиканские соревнования по игре "Кюккя" | Апрель | Союз Карельского народа | 7-8 кл. | Союз Карельского народа г. Петрозаводск |
| 14 | Соревнования школьников по волейболу (девушки и юноши) | Апрель | «Президентские спортивные игры» | 2006-2007 | МБОУ ДОД «ДЮСШ №2» |
| 15 | Плавание | Апрель | «Президентские спортивные игры» | 2006-2007 | Бассейн «Синиранта» |
| 16 | Турнир школьников по волейболу (девушки и юноши) | апрель | По плану спортивной работы | 9-11 кл.  (сборные) | с/к «Гипроруда» |
| 17 | Легкоатлетическая эстафета | 9 мая | По плану работы | 9-11 класс | Площадь ДК  «Дружба» |
| 18 | Соревнования школьников по лёгкой атлетике | май | «Президентские спортивные игры» | 2006-2007 | Спортивная площадка Гимназии |
| 19 | Творческий конкурс | февраль | «Президентские спортивные состязания» | Класс победитель | ЦВР |
| 20 | Теоретический конкурс | февраль | «Президентские спортивные состязания» | Класс победитель | ЦВР |

**Внутришкольные мероприятия на 2018-2019**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Кросс «Золотая осень» | Сентябрь | Учителя физкультуры |
| 2 | Мини-футбол | Сентябрь | Учителя физкультуры |
| 3 | Спортивное многоборье | Октябрь | Учителя физкультуры |
| 4 | Веселые старты | Ноябрь | Учителя физкультуры |
| 5 | Флорбол | Декабрь | Учителя физкультуры |
| 6 | Соревнования по лыжам | Январь | Учителя физкультуры |
| 7 | Лыжня России | Февраль | Учителя физкультуры |
| 8 | Папа, мама, я – спортивная семья! | Февраль | Учителя физкультуры |
| 9 | А ну-ка парни!  А ну-ка девушки! | Февраль-Март | Учителя физкультуры |
| 10 | Лыжные соревнования "Румяные щечки" | Март | Учителя физкультуры |
| 11 | Пионербол, волейбол | Март-апрель | Учителя физкультуры |
| 12 | Масленица | Март | Учителя физкультуры |
| 13 | Игра "Кюккя" | Сентябрь-апрель | Учителя физкультуры |
| 14 | Русская лапта | Май | Учителя физкультуры |
| 14 | Брендбол | Май | Учителя физкультуры |
| 15 | Турпоходы | Май | Учителя физкультуры |