УТВЕРЖДАЮ

И. о. директора ГБОУ школы № 4 Василеостровского района Санкт-Петербурга

_____Н.А. Стрижак

План по формированию Здорового образа жизни (ЗОЖ) ГБОУ школы № 4 Василеостровского района Санкт-Петербурга на 2021-2022 учебный год

Охрана жизни и здоровья учащихся, педагогов

1. Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья учащихся и педагогов

№	Мероприятия	Сроки	Ответственный
п.п			
1.	Соблюдение требований к организации и объему		Кл.руков.
	учебной и внеучебной нагрузки учащихся на всех этапах образования	в течение года	Учителя.
2.	Введение любых инноваций в учебно-		Зам. по УВР.
	воспитательный процесс только под контролем		
	специалистов	В течение года	
3.	Постоянный контроль за заболеваемостью учащихся		Мед.работник
	J	В течение года	психолог
4.	Создание благоприятных условий для работы и отдыха педагогов		
		В течение года	Администрация
5.	Подбор методических рекомендаций в помощь классным руководителям по	В течение года	МО Кл.руков. и
	здоровьесберегающим технологиям		воспитателей
6.	Комплекс психолого-педагогических	сентябрь-октябрь	Зам. по УВР,
	мероприятий, направленных на адаптацию		Кл.руков.
	обучающихся к условиям традиционной формы общения после длительного режима изоляции в		Учителя.
	условиях принятых ограничительных мер,		
	вызванных распространением новой		
	коронавирусной инфекции.		
7.	Введение и соблюдение ограничительных мер,	В течение года	Администрация,
	вызванных распространением новой		Кл.руков.
	коронавирусной инфекции.		Учителя.

2.Воспитание потребности вести здоровый образ жизни, формирование культуры здоровья (ЗОЖ)

Организация образовательного процесса

U	рганизация образовательного процесса		
$\mathcal{N}_{\underline{o}}$	Мероприятия	Сроки	Исполнитель
1	Обновление банка данных о заболеваемости учеников. Анализ заболеваний. Знакомство с мед. документами вновь прибывших учеников	1 раз в год сентябрь	Мед. раб., соц. педагог
2	Составление списков: - учащихся группы риска; - проблемных семей; - многодетных семей; - малообеспеченных семей; - неполных семей; - детей с рекомендациями по инвалидности	Сентябрь	Социальный педагог, классные руководители, медсестра.

	(ВКК, ИПР).		
3	Усиление и поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий и введенных ограничительных мер, вызванных распространением новой коронавирусной инфекции.	Постоянно	Директор, зам. по УВР, зам. по ВР, зам. директора по АХР
4	Организация дежурства по школе	Сентябрь	Зам. по ВР
5	Составление индивидуальных учебных планов для учащихся с ограниченными возможностями, которые обучаются на дому	Август, сентябрь	Зам. директора по УВР
6	Диспансеризация учащихся школы	В течение года	Мед.раб.
7	Ежедневный мониторинг посещаемости и заболеваемости	В течение года	Зам. директ. по УВР, ВР, соц. педагог, Кл. руковод.
8	Контроль состояния здоровья школьников по итогам диспансеризации	Апрель	Мед.раб.,соц. педагог
9	Составление планов работы по ЛФК с учетом состояния здоровья учащихся и рекомендаций ВКК.	Сентябрь	Уч. физкульт.
10	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья учащихся; - о назначении отв. за соблюдение правил техники безопасности, противопожарной безопасности и охраны труда	Сентябрь	Директор школы
11	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Постоянно	Директор, зам. директора по АХР
12	Проведения исследования психофизического состояния учащихся	сентябрь	Сентябрь психолог
13	Составление графика спортивных секций	сентябрь	Педагог- организатор, зам. по ВР
14	Привлечение родителей к обсуждению внешнего вида учеников, сезонному использованию верхней одежды для решения проблем болезни учащихся простудными заболеваниями.	В теч. всего года	Кл.рук., Восп.ГПД, Зам.дир по ВР
15	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Уч.физкульт., зам. директ. по АХР
16	Оформление уголка спортивных достижений.	Октябрь	Уч. физкультуры
17	Организация движения против курения «Мы выбираем жизнь» (беседы-пятиминутки на уроках СБО, классных часах, уроках ОБЖ) Международный день отказа от курения.	В теч. года,	Россихин В.В.
18	Организация подвижных перемен.	19 ноября В течение года	муз. раб.,

			уч.физк.
19	Рейды: - по проверке внешнего вида обучающихся; - по сохранности библиотечных учебников; - по выполнению школьниками режима дня и гигиены. «Чистый дом - чистый мир», «Чистюля», «Говорящий портфель».	В течение года 2 раза в четверть	v 1
20	Регулярное проведение мероприятий по ЧС, учебных пожарных тревог, «Дня защиты детей», «Внимание, дети».	По плану	Директор, нач.штаба ГО зам.по ВР, соц.педагог
21	Планирование и проведение классных часов по профилактике здорового образа жизни.	В теч. года	Кл.руководители
22	Организация бесед мед. раб. с учащимися по профилактике простудных заболеваний.	В теч. года	Мед.раб.
23	Мини-беседы (пятиминутки о здоровье) «Береги себя» на уроках СБО, ОБЖ, информационных линейках по понедельникам.	В теч. года	Кочнёва Е.В. Зам. по ВР.
24	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по технике безопасности в учебных кабинетах, физкультурном зале, кабинетах трудового обучения.	По отдельному плану	Администрация школы, профком
25	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов, каб. трудового обучения, физкульт. зала, групп ГПД.	Август-сентябрь	Зам. директ. по АХР, мед.раб.
26	Оформление листков здоровья в папках классного руководителя	Сентябрь	Классные рук., мед. работник
27	Обеспечение учащихся 1-11-х классов бесплатным питанием	В течение учебного года	Директор школы, отв.за питание
28	Контроль физического воспитания учеников	По отдельному плану	Администр. школы, уч. физк.
29	Контроль преподавания ОБЖ	По отдельному плану	Администр. школы
30	Проведение динамических перемен.	Постоянно	Уч.нач. кл., уч.физкульт.,муз.ра б.
31	Проведение физкультминуток на уроках.	Постоянно	Уч.нач. кл., уч. физкульт.
32.	Активизация деятельности педагогов и родителей по изучению и использованию современных методик, пропагандирующих здоровый образ жизни	Постоянно	Зам.по УВР
33.	Учить детей совершенствовать физическое, психическое и духовное здоровье через познание особенностей и потребностей своего организма	Постоянно На уроках СБО	уч.физкульт., учительСБО
34.	Помочь детям сформировать знания о факторах, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний	На уроках СБО	учительСБО
35.	Координация совместной деятельности кл.руководителя, учителя физической культуры, учителя СБО. Проведение совместных	В течение года	Кл.руков., уч.физкультуры, Уч.СБО,

	внеклассных мероприятий.		
36.	Проведение семинаров для классных руководителей и воспитателей по изучению и овладению здоровьеформирующих технологий.	По плану МО	Рук. МО
37.	Научить каждого педагога правильному практическому применению доступных оздоровительных, профилактических методик	Индивидуальн ые консультации	Администрация

Инструктивно-методическая и учебно-воспитательная работа

$N_{\underline{o}}$	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Организация работы с учащимися, мотивированными на успешное обучение, путем участия в предметных неделях, различных конкурсах.	В течение года	Зам. директора по УВР,
2	Вынесение на педсовет темы: «Влияние перегрузок учащихся в ходе учебного процесса и при выполнении домашнего задания на их здоровье».	В теч. года	Мед.раб.
3	Организация работы кружков прикладного творчества, спортивных секций, кружков художественной самодеятельности.	Октябрь	Зам. директора по ВР
4	Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий	В течение года	Зам. директора по УВР
5	Проведение классных часов и блиц-бесед на утренних организационных линейках по понедельникам (в формате радиолинеек в условиях ограничительных мер, вызванных распространением новой коронавирусной инфекции), включающих инструктажи по правилам дорожного движения.	По планам кл. рук.	Классные руководители зам. директора по BP
6	Проведение МО классных руководителей	В течение учебного года	Зам. директора по ВР, классные руководители
7	Организация работы по изучению правил дорожного движения	По отдельному плану	Отв. за ПДД Дунина В.А.
8	Создание библиотечки методической литературы по проблеме здорового образа жизни	До декабря	Зам. директора по BP, библиотекарь
9	Провести мероприятия «Спорт против наркотиков» (беседы, веселые старты, соревнования и т.д.)	Октябрь Ноябрь Декабрь	Уч.физкульт. Зам.дир. по ВР
10	Проводить родительские собрания «Моя семья», «Взаимодействие учителей и родителей» и т.д., на тему оздоровления детей в домашних условиях.	Раз в четверть	Зам. директора по ВР, социальный педагог
11	Проведение консультаций для родителей по	Постоянно	Зам. директора по

	проблеме сбережения здоровья детей		ВР, мед.работник
12	Реализация программы профилактики употребления ПАВ	В течение года	Социальный педагог
13	Провести осеннюю спартакиаду «Спорт для всех!» (по классам)	Сентябрь	Уч.физк.
14	Участвовать в соревнованиях по различным видам спорта по программе Комитета Образования.	В теч. года	Уч.физк
15	Участвовать в соревнованиях по различным видам спорта по программе Специального Олимпийского Комитета Санкт - Петербурга.	В теч. года	Учитель физкультуры
16	Провести комплекс мероприятий посвященный акции «Внимание, дети!».	сентябрь	Отв. по ПДД, Дунина В.А.
17	Провести комплекс мероприятий посвященный «Дню инвалида».	Ноябрь-декабрь	Зам. по ВР
18	Провести праздник посвященный «Защитникам Отечества»	февраль	Зам. по ВР, Муз.раб.
20	Первенство школы по различным видам спорта.	В теч.года	Учитель физкультуры
21	Провести спортивные праздники для учащихся начальной школы «Веселые старты», «Осенние забавы», «Зимние забавы», «Весенние забавы» и т.д.	В теч.года	Учитель физкультуры
22	Провести праздник посвященный «Всемирному дню здоровья».	7 апреля	Зам по ВР, Учитель СБО
23	«День защиты детей» (учебно-тренировочный праздник по ГО).	апрель	Зам. По ВР, Соц.педагог
24	Провести заключительный праздник по окончанию учебного года «Здравствуй, лето!» с участием показательных выступлений по художественной гимнастике, награждение лучших учащихся, спортсменов школы, родителей.	май	Зам. По ВР, муз раб., руководители кружков, спортивных секций

Оздоровительно-профилактическая работа

$\mathcal{N}\underline{o}$	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Контроль соблюдения режима дня учащимися	Постоянно	Классные
			руководители, соци-
			альный педагог
2	Организация работы по пропаганде здорового	Постоянно	Зам. директора по
	образа жизни среди учащихся (лекции, беседы)		ВР, классные
			руководители
3	Оказание социальной поддержки детям и	Постоянно	Классные
	подросткам, оказавшимся в трудной жизненной		руководители, соци-
	ситуации		альный педагог
5	Озеленение учебных кабинетов и территории	Май-сентябрь	Зам. директора по
	школы		ВР и АХЧ, учителя
			биологии
6	Проведение трудового десанта по очистке	В течение года	Зам. директ. по ВР и
	школьной территории	по плану	AXP

7	Проведение дней здоровья, спартакиад,	7 апреля, по	Зам. директ. по ВР,
	«Международного дня здоровья»	плану	уч. физкультуры
8	Проведение дней пропаганды здорового образа жизни	В течение года	Зам. директ. по ВР
10	Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок учащимся	По графику	Мед.раб.
11.	Выступление на педсоветах о достижениях психологической науки.	В течение года	Психолог
12.	Организация консультаций для учащихся и их родителей.	В теч.года	Психолог, Соц.пед.
13.	Обеспечение соблюдения санитарно- гигиенических требований на уроках, профилактики у учащихся близорукости и сколиоза, режима проветривания классных комнат на переменах	Постоянно	Зам. директ. по УВР, учителя, мед.раб.
14.	Проведение углубленного медицинского осмотра первоклассников	Август	Мед.раб.
15.	Проведение медосмотра педагогов школы	По плану	Администрация, профком
16.	Проведение динамических подвижных школьных перемен	Постоянно	Уч.нач. кл., уч.физкульт.,муз.ра б.
17.	Обучение школьников эффективным поведенческим стратегиям: умению разрешать жизненные проблемы, эффективно общаться, владеть своими эмоциями и т.п.	По плану педагога-психолога	Педагог-психолог
18	Составление списков учеников, нуждающихся в специальных комплексах физических упражнений (по рекомендациям мед. комиссии по инвалидности)	Сентябрь	Социальный педагог, классные руководители, учитель физкультуры
19	Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья (по рекомендациям мед. комиссии по инвалидности)	Октябрь	Учителя физкультуры
21	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива (группа женской гимнастики)	В течение года	Директор школы, профком
22	Проведение бесед о вреде курения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств (5-11 классы)	По плану	Зам. директора по ВР, соц.педагог
23	Работа групп по психокоррекции «Развивающие игры».	В теч.года	учителя
24	Психологическая помощь родителям в форме бесед, индивидуального консультирования, выступлений учителей на классных родительских собраниях.	В теч.года	Психолог, Соц.пед., Кл.рук. Зам.директора по ВР.
25	Проведение заседания МО учителей, классных руководителей и воспитателей, включая вопросы по охране здоровья и жизни учащихся и	В теч. года	Зам. по ВР

	организации здоровьесберегающего		
	пространства школы.		
26	Организация круглого стола для всех воспитателей и классных руководителей двух отделений по итогам учебного года, включая вопросы по здоровьесберегающей тематике.	май	Директор, зам. по ВР
27	Взаимопосещение уроков и их дальнейшее обсуждение.	В теч.года	Учителя, Зам. по УВР.
28	На родительских собраниях организовывать выступления посвященные здоровому образу жизни.	В теч.года	Директор, Зам. по ВР, Мед.раб.
29	Организовать для учителей и воспитателей школы занятия, посвященные малым формам физического воспитания учащихся (подвижные игры, игры на воздухе, физкультминутки, динамические перемены).	В теч.года	На МО,зам.по ВР, <u>уч.физк</u>
30	Выступление на педсовете по итогам физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья.	Июнь	Уч.физк
31.	Организация работы занятий, спортивных секций и кружков, обладающих психо-терапевтическим эффектом (ЛФК и т.д.)	сентябрь	Уч.физк., рук.кружков.
32.	Консультации врача, психолога, логопеда	В теч.года	
33.	Организация внеклассной работы с детьми: спортивные соревнования; спортивные секции.	По графику соревнова-ний	Уч.физк.,
34.	Акция «Жить или курить?» Неделя здоровья. Международный день отказа от курения. Всемирный день здоровья	Ноябрь 20 Ноября 6 апреля	Учитель физкультуры Кл.руков. Учитель СБО
35.	Организация секции оздоровительной гимнастики для педагогов.	октябрь	Рук.секции худ. гимнастики
36.	Организация подвижных перемен, экскурсий, прогулок.	В течение года	Кл.руков. Учите-ля.
37.	Мастер-классы по обмену опытом использования приемов игровой деятельности во внеклассной работе.	В течение года	МО Кл.руков. и воспитателей.