

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 22» Г. БРЯНСКА**

241024 г. Брянск, ул. Делегатская, 76, тел. 57-09-06, тел(факс) 57-16-65, эл.адрес sch22@bk.ru,
ИНН/КПП 3232015034/325701001, ОКПО 22350060, ОГРН 1023201064259, ОКОГУ 49007, ОКАТО 15401365000, ОКФС 14, ОКОПФ 81, БИК 041501001, л/с 20276У89280, р/с 40701810200011000002

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ «СОШ № 22»
_____ К.В. Касаминский
2023 г.

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ МБОУ «СОШ № 22»
ПО ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОМУ И ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ
(ЗОЖ)**

Целями валеологического образования в школе является сохранение и повышение уровня здоровья каждого ученика.

Уровни здоровья обучающихся включает уровни его физического, психического и нравственного здоровья.

Уровень физического здоровья определяется на основе группы здоровья, которая устанавливается по результатам диспансеризации, и на основе уровня физического развития, который выявляется по результатам тестирования в начале года на уроках физической культуры.

- Формирование осознанного отношения школьников к своему физическому и психическому здоровью;
- Формирование важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также профилактика вредных привычек

Задачи :

- создание системы непрерывного физического воспитания личности ребенка;
- развитие физических качеств и двигательных способностей ребенка;
- формирование у детей устойчивого интереса к физической культуре;
- формирование у детей установки на здоровый образ жизни: оптимальный двигательный режим, личную гигиену, отказ от вредных привычек;
- профилактика заболеваний;
- контроль за состоянием здоровья учащихся.

СЕНТЯБРЬ

МЕРОПРИЯТИЯ, СОБЫТИЯ	ДАТА	КЛАСС	ОТВЕТСТВЕННЫЕ	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	ПРИМЕЧАНИЯ
Подготовка информационных стендов «ШКОЛЬНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»	До 01.09		Зам. директора по ВР		
Работа с сайтом школы и группой Вконтакте	01-30.09		Зам. директора по ВР		
Информационные пятиминутки на уроках физкультуры	01-30.09	1-11	Учитель физкультуры		
Классные часы «Что такое ГТО?»	01-30.09	1-11	Зам. директора по ВР Учитель физкультуры		
Викторина «Азбука здоровья»	01-30.09	4-5	Зам. директора по ВР Учитель физкультуры		
Уроки здоровья «Хотим, чтобы стало модным – здоровым быть и свободным!».	01-30.09	1-11	Зам. директора по ВР Учитель физкультуры		
Участие в муниципальных, региональных и Всероссийских конкурсах	В течение данного периода	1-11	Зам. директора по ВР Учитель физкультуры		

ОКТАБРЬ

МЕРОПРИЯТИЯ, СОБЫТИЯ	ДАТА	КЛАСС	ОТВЕТСТВЕННЫЕ	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	ПРИМЕЧАНИЯ
Подготовка информационных стендов «ШКОЛЬНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»	До 01.10		Зам. директора по ВР		
Работа с сайтом школы и группой Вконтакте	01-30.10		Зам. директора по ВР		
Информационные пятиминутки на уроках физкультуры	01-30.10	1-11	Учитель физкультуры		
Фестиваль ГТО	01-30.10				
Школьный спортивно-оздоровительный конкурс «Папа, мама, я – спортивная семья»	13.10	1-11	Советник по воспитанию Учитель физкультуры		
Выпуск листовок о мерах личной профилактики ОРВИ и гриппа.	16.10	8-11	Зам. директора по ВР		
Беседы с родителями о необходимости вакцинации против гриппа, мерах личной и общественной профилактики,	01-30.10	Родители 1-11	Классные руководители		

необходимости своевременного обращения за медицинской помощью и вреде самолечения их детей.					
---	--	--	--	--	--

НОЯБРЬ

МЕРОПРИЯТИЯ, СОБЫТИЯ	ДАТА	КЛАСС	ОТВЕТСТВЕННЫЕ	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	ПРИМЕЧАНИЯ
Подготовка информационных стендов «ШКОЛЬНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»	До 01.11		Зам. директора по ВР		
Работа с сайтом школы и группой Вконтакте	01-30.11		Зам. директора по ВР		
Информационные пятиминутки на уроках физкультуры	01-30.11	1-11	Учитель физкультуры		
Всероссийская акция «Мы выбираем спорт как альтернативу пагубным привычкам»	20.11	1-11	Зам. директора по ВР		
Анкетирование по выявлению вредных привычек	23.11	7 – 11	Классные руководители		
Профилактика употребления ПАВ и наркотиков Классные часы + Интернетуроки	24.11	5-11	Зам. директора по ВР Классные руководители		
Тематический урок по культуре питания	25.11		Учитель физкультуры		
Личное первенство по настольному теннису	26.11	5-11	Учитель физкультуры		

ДЕКАБРЬ

МЕРОПРИЯТИЯ, СОБЫТИЯ	ДАТА	КЛАСС	ОТВЕТСТВЕННЫЕ	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	ПРИМЕЧАНИЯ
Подготовка информационных стендов «ШКОЛЬНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»	До 01.12		Зам. директора по ВР		
Работа с сайтом школы и группой Вконтакте	01-30.12		Зам. директора по ВР		
Информационные пятиминутки на уроках физкультуры	01-30.12	1-11	Учитель физкультуры		
Организация мероприятий и классных часов, посвященных Всемирному дню борьбы со СПИДом, по тематике «ВИЧ, СПИД наркомания»	01.12	8-11	Зам. директора по ВР Учитель физкультуры		
Спортивные мероприятия в рамках зимнего спортивного сезона. «Спортивная зима 2023»	04.12	1-11	Учитель физкультуры		

Соревнования по волейболу и пионерболу на приз Деда Мороза		3-11	Учитель физкультуры		
Соревнования по баскетболу на приз Деда Мороза		8-9	Учитель физкультуры		
Уроки здоровья и безопасности. Классные часы «Пиротехника - от забавы до беды!»		1-11	Зам. директора по ВР Классные руководители		

ЯНВАРЬ

МЕРОПРИЯТИЯ, СОБЫТИЯ	ДАТА	КЛАСС	ОТВЕТСТВЕННЫЕ	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	ПРИМЕЧАНИЯ
Подготовка информационных стендов «ШКОЛЬНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»	До 01.01		Зам. директора по ВР		
Работа с сайтом школы и группой Вконтакте	01-30.01		Зам. директора по ВР		
Информационные пятиминутки на уроках физкультуры	01-30.01	1-11	Учитель физкультуры		
Личное первенство по шашкам Первенство по лыжным гонкам ГТО	09-10.01	1-11	Зам. директора по ВР Учитель физкультуры		

ФЕВРАЛЬ

МЕРОПРИЯТИЯ, СОБЫТИЯ	ДАТА	КЛАСС	ОТВЕТСТВЕННЫЕ	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	ПРИМЕЧАНИЯ
Подготовка информационных стендов «ШКОЛЬНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»	До 01.02		Зам. директора по ВР		
Работа с сайтом школы и группой Вконтакте	01-30.02		Зам. директора по ВР		
Информационные пятиминутки на уроках физкультуры	01-30.02	1-11	Учитель физкультуры		
Зимний военно-спортивный праздник «Служу отечеству!» в рамках ГТО	21.02	1-11	Советник по воспитанию Учитель физкультуры		

МАРТ

МЕРОПРИЯТИЯ, СОБЫТИЯ	ДАТА	КЛАСС	ОТВЕТСТВЕННЫЕ	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	ПРИМЕЧАНИЯ
Подготовка информационных стендов «ШКОЛЬНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»	До 01.02		Зам. директора по ВР		
Работа с сайтом школы и группой Вконтакте	01-30.02		Зам. директора по ВР		

Информационные пятиминутки на уроках физкультуры	01-30.02	1-11	Учитель физкультуры		
Международный день борьбы с наркоманией и наркобизнесом Тематические уроки Выпуск тематических буклетов	01.03	1-11	Зам. директора по ВР Классные руководители		
Фестиваль ГТО		1-11	Учитель физкультуры		
Классный час «Болезни от компьютера-профилактика и лечение»		1-11	Классные руководители		

АПРЕЛЬ

МЕРОПРИЯТИЯ, СОБЫТИЯ	ДАТА	КЛАСС	ОТВЕТСТВЕННЫЕ	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	ПРИМЕЧАНИЯ
Подготовка информационных стендов «ШКОЛЬНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»	До 01.02		Зам. директора по ВР		
Работа с сайтом школы и группой Вконтакте	01-30.02		Зам. директора по ВР		
Информационные пятиминутки на уроках физкультуры	01-30.02	1-11	Учитель физкультуры		
7 апреля Всемирный день здоровья. КТД «Школа – территория здоровья» (по отдельному плану). Единые уроки здоровья.	01-07.04	1-11	Советник по воспитанию Учитель физкультуры		
Уроки права, здоровья и безопасности «Здоровым быть - Родине служить!».	15-19.04	1-11	Классные руководители		
Родительское собрание «Роль родителей в профилактике правонарушений и формировании здорового образа жизни у детей».		Родители 1-11	Классные руководители		

МАЙ

МЕРОПРИЯТИЯ, СОБЫТИЯ	ДАТА	КЛАСС	ОТВЕТСТВЕННЫЕ	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	ПРИМЕЧАНИЯ
Подготовка информационных стендов «ШКОЛЬНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»	До 01.02		Зам. директора по ВР		
Работа с сайтом школы и группой Вконтакте	01-30.02		Зам. директора по ВР		
Информационные пятиминутки на уроках физкультуры	01-30.02	1-11	Учитель физкультуры		

Эстафета Памяти Героя Советского Союза, Н.А. Шевелёва	06.05	2-11	Зам. директора по ВР Учитель физкультуры		
Походы и экскурсии	01-31.05	1-11	Классные руководители		
ИЮНЬ					
МЕРОПРИЯТИЯ, СОБЫТИЯ	ДАТА	КЛАСС	ОТВЕТСТВЕННЫЕ	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	ПРИМЕЧАНИЯ
Подготовка информационных стендов «ШКОЛЬНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»	До 01.02		Зам. директора по ВР		
Работа с сайтом школы и группой Вконтакте	01-30.02		Зам. директора по ВР		
Информационные пятиминутки на уроках физкультуры	01-30.02	1-11	Учитель физкультуры		
«День защиты Детей» соревнования по различным видам спорта в рамках ГТО	01.06		Учитель физкультуры		
Спортивные мероприятия и конкурсы в рамках летнего оздоровительного и трудового лагеря. ГТО	01-27.06		Учитель физкультуры		

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 22» Г. БРЯНСКА**

241024 г. Брянск, ул. Делегатская, 76, тел. 57-09-06, тел(факс) 57-16-65, эл.адрес sch22@bk.ru,
ИНН/КПП 3232015034/325701001, ОКПО 22350060, ОГРН 1023201064259, ОКОГУ 49007, ОКАТО 15401365000, ОКФС 14, ОКОПФ 81, БИК 041501001, л/с 20276У89280, р./с 40701810200011000002

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ «СОШ № 22»
_____ К.В. Касаминский
« ___ » _____ 202__ г.

**План
проведения спортивных в МБОУ «СОШ № 22» состязаний в рамках акции
«Спорт - альтернатива пагубным привычкам!» 2023**

№	Мероприятие	Классы	Дата
1.	Общешкольная зарядка	1-11	
2.	От школьных рекордов к олимпийским вершинам	1-11	20.11
3.	Веселые старты	1-3, 4-6	21.11
4.	Турнир по пионерболу	5- 6	21.11
5.	Президентские состязания	8-9	22.11
6.	Эстафета «Мир спорта»	1-4, 5-6, 7-8,9-11	22.11
7.	Богатырские потехи	9-11	23.11
8.	Веселые старты «Мы олимпийцы»	7-8, 9-11	23.11
9.	Соревнования по дартсу «Самый меткий»	1-11	24.11
10.	Турнир по баскетболу	8-11	24.11

**Перечень основных мероприятий по реализации
программы по здоровьесбережению на 2023-2024 годы (начальная школа)**

1 класс.
«Будем здоровы!»
(план работы)

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
Классные часы по программе здоровьесбережения				
1.	Режим дня – основа жизни человека (беседа – игра)	Пробудить заботу о здоровье, осознать важность режима дня	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Скуку простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье (практикум)	Обучить навыкам выполнения правильного пробуждения, выполнения гимнастики, массажа, правильного питания	Октябрь	Классный руководитель
3.	О Сидоре Пашке – ужасном замарашке (инсценировка)	Формировать гигиенические навыки	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Если хочешь быть здоров (классный час)	Расширить знания личной гигиены, чистоты, аккуратности	Декабрь	Классный руководитель
5.	Зимушка – зима (час развлечений на прогулке)	Формировать навыки игры на улице	Январь	Классный руководитель
6.	Зимние затеи (спортивный праздник)	Формировать подвижно-игровые навыки	Февраль	Классный руководитель, родители
7.	Мойдодыр (беседа)	Вызвать интерес к вопросам здоровья, ответственность за состояние своего организма	Март	Классный руководитель
8.	Умеем ли мы правильно питаться? (беседа)	Формировать представление об основных питательных веществах и продуктах, их содержащих	Апрель	Классный руководитель
9.	Растем здоровыми (музыкально – спортивный час)	Формировать навыки игровой деятельности	Май	Классный руководитель

2 класс.
«Будем здоровы!»
 (план работы)

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
Классные часы по программе здоровьесбережения				
1.	Осенний калейдоскоп (беседа о здоровой и полезной пище)	Пробудить заботу о здоровье, осознать важность правильного питания	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Как сохранить зрение (беседа) Работа по созданию проекта	Познакомить с причинами глазных болезней и их профилактикой, разучить упражнения для профилактики глазных заболеваний Исследовательская работа в области здоровьесбережения	Октябрь	Классный руководитель
3.	Детские забавы (спортивно – развлекательный час)	Развивать спортивные способности у детей	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Семь С (спортивные состязания)	Развивать силу, скорость, сообразительность, сноровку, смекалку, сплоченность и т.д.	Декабрь	Классный руководитель
5.	Растения и человек (интегрированный классный час)	Познакомить с понятием «кожа» и ее функциями, с правилами ухода за кожей с помощью лечебных растений	Январь	Классный руководитель
6.	Кулинарное путешествие по Простоквашино (инсценировка сказки)	Рассказать о пользе каши для здоровья, познакомить с традициями блюд русской кухни	Февраль	Классный руководитель,
7.	Поешь рыбки – будут ноги прытки (игра-конкурс)	Формировать представления о полезных свойствах рыбных блюд	Март	Классный руководитель
8.	Представление проекта Кулинарные традиции моей семьи (разработка проектов)	Исследовательская работа в области здоровьесбережения Формировать навыки сбора данных и оформления проектов	Апрель Апрель-май	Классный руководитель

3 класс.
«Будем здоровы!»
(план работы)

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
Классные часы по программе здоровьесбережения				
1.	Цена ломтика (беседа)	Расширить знания о пользе, ценности хлеба, воспитывать чувство бережного отношения к хлебу	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Правила поведения в столовой (занятие – практикум) Работа по созданию проекта	Добиться уяснения учащимися правил поведения в столовой, проработать правила хорошего тона за столом Исследовательская работа в области здоровьесбережения	Октябрь	Классный руководитель
3.	Это удивительное молоко (занятие-исследование)	Расширить знания о пользе молока, молочных продуктов	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков (игра)	Расширить знания о вреде данных продуктов	Декабрь	Классный руководитель
5.	Самые полезные продукты (театрализованный классный час)	Учить выбирать самые полезные продукты	Январь	Классный руководитель
6.	Что надо есть, если хочешь стать сильнее (беседа)	Формировать представление о связи рациона питания и здорового образа жизни	Февраль	Классный руководитель,
7.	Где найти витамины весной (игра-путешествие по станциям)	Познакомить со значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека	Март	Классный руководитель
8.	День рождения Зелибобы (герой улицы Сезам) Представление проекта	Закрепить полученные знания о правильном питании Исследовательская работа в области здоровьесбережения	Апрель	Классный руководитель
9.	Секреты поваренка (круглый стол)	Формировать представление о последствиях неправильного питания для организма	Май	Классный руководитель

4 класс.
«Будем здоровы!»
 (план работы)

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
Классные часы				
1.	Учись быть здоровым (игра)	Способствовать осознанию необходимости бережного отношения к своему организму	Сентябрь	Классный руководитель
2.	Здоровяк предупреждает (игра – КВН) Работа по созданию проекта	Формировать у учащихся представления о том, что здоровье – главная ценность в жизни Исследовательская работа в области здоровьесбережения	Октябрь	Классный руководитель
3.	Кулинарные обычаи (игра – путешествие)	Закрепить знания о законах здорового питания	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Питание и красота (кулинарный практикум)	Воспитывать культуру питания	Декабрь	Классный руководитель
5.	Спортивно – массовое мероприятие «Зимние забавы»	Формировать стремление к здоровому образу жизни	Январь	Классный руководитель, родители
6.	Удивительные превращения колоска (занятие – беседа)	Закрепить знания учащихся о значимости хлеба в рационе питания, прививать бережное отношение к хлебу	Февраль	Классный руководитель,
7.	Волк и семеро козлят на валеологический лад (музыкально-спортивный праздник)	Развивать ловкость, быстроту, скорость и других двигательных качеств	Март	Классный руководитель
8.	Представление проекта Кафе «Здоровейка» (разработка проектов)	Исследовательская работа в области здоровьесбережения Формировать у детей привычку правильно питаться	Апрель	Классный руководитель
9.	Кафе «Здоровейка» (защита проектов)		Май	Классный руководитель

Родительские собрания по программе здоровьесбережения в начальной школе

Класс	Название	Форма, содержание
1 класс	Встреча взрослого и ребенка	Круглый стол, посвященный трудностям адаптационного периода
2 класс	Трудности обучения	Ослабленные дети, нервные дети, заикание у детей, леворукий ребенок, дети с временной задержкой психического развития
3 класс	Секреты здоровья ребенка	Анкетирование детей и родителей, беседа врача
4 класс	Не запрет, а предупреждение вредных привычек	Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании

Перечень основных мероприятий по реализации программы по здоровьесбережению на 2023-2024 годы (среднее звено).

5 класс
«Будем здоровы!»
(план работы)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Сочинение-рассуждение «Что такое здоровье?»	Кл. час «Как живешь, пятиклассник?» Поход в бассейн Конкурс рисунков о здоровье	Диаграмма «Мои жизненные ценности» (1 этап)	Неделя здоровья
2	Классный руководитель, по возможности психолог	Сопровождение адаптационного процесса		Психологический тренинг «Ребята, давайте жить дружно!»	Психологическое занятие «Дружеский десерт»
		Проведение дней психологической адаптации	Адаптационная игра «Правила трех С – сотрудничество, сочувствие, самоконтроль»		
		Игра «Наши учителя»			
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Работа по созданию и представлению проекта в области здоровьесбережения Природоведение. «Закаливание организма» «Питание и здоровье человека». «Роль режима труда и отдыха в сохранении здоровья человека» 5 класс. Литература. Урок «Устное народное творчество. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающие употребление спиртного), 5 класс.			
4	Классный руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			

		Мониторинг санитарно-гигиенических условий Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Составление кроссвордов о здоровье «Веселая минутка», 5 – 6 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11 кл.
5	Классный руководитель и родители	Психологическая беседа «Особенности адаптационного периода»	Психологическая беседа «Трудности приспособления к темпу школьной жизни и их причины»	Собрание «Как сохранить здоровье ребенка?»	Родительское собрание «Семейное воспитание и здоровье наших детей»
6	Классный руководитель (педагоги дополнительного образования)	Конкурсная программа «Посвящение в пятиклассники»	Беседа «Остановись у преступной черты»	Беседа «Чума XX века – СПИД»	Сказка «Репка» о вредных привычках
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

Перечень основных мероприятий по реализации программы по здоровьесбережению на 2023-2024 годы (среднее звено).

6 класс

«Будем здоровы!»

(план работы)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Кл. час. «Здоровое питание»	Кл. час «Хорошие и плохие привычки» Поход в бассейн	Беседа «Чистота – залог здоровья»	Викторина «Я выбираю жизнь»
2	Классный руководитель, по возможности психолог	Анкетирование «Это сладкое слово «успех»	Анкетирование «Хорошие и плохие привычки»	Тренинг «Привычки и воля»	Игра по развитию толерантности
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Работа по созданию и представлению проекта в области здоровьесбережения Биология. Урок «Особенности высшей нервной деятельности» (физиология труда, нагрузки, профилактика переутомления), 6 класс. Литература. Русские народные сказки. Пословицы и поговорки» (бытовые сказки, пословицы и поговорки, осуждающие употребление спиртного) Изготовление памяток о правильном употреблении витаминов, 1- 11кл.			
4	Классный руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Составление кроссвордов здоровье «Веселая минутка», 5 – 6 кл.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11кл.
5	Классный руководитель и родители	Круглый стол «Первые проблемы подросткового возраста» (психолог)	Собрание «Компьютер в жизни школьника»	Родительское собрание «Физическое развитие школьников»	Лекторий «Здоровая семья – здоровый образ жизни»
6	Классный руководитель и педагоги дополнительного образования	Беседа инспектора КДН ««Разрешение конфликтов без насилия»	И снова о вреде курения	Беседа инспектора КДН «Уголовная ответственность несовершеннолетних»	Дискуссия «Согласны ли вы с тем, что в жизни надо пробовать все?»
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

Перечень основных мероприятий по реализации программы по здоровьесбережению на 2023-2024 годы (среднее звено).

7 класс
«Будем здоровы!»
(план работы)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Диаграмма «Мои жизненные ценности» (2 этап)	Поход Кл. час «Если хочешь быть здоров»	Практикум «Как бороться с конфликтами»	Поход Беседа «Что для меня ценно?»
2	Классный руководитель и педагог-психолог	Беседа с элементами анкетирования «Как я отношусь к себе, и как ко мне относятся другие»	Психологическая игра «на пути к образованному человеку»	Классный час «Конфликты и пути их разрешения»	Тренинг «Как подготовиться к экзаменам и сохранить здоровье?»
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	Работа по созданию и представлению проекта в области здоровьесбережения Физика. Урок. Трение в природе и технике (поведение в гололедицу) Физика. Урок. Способы увеличения и уменьшения давления (правила поведения на болотистой местности, льду, рыхлом снегу; правила обращения с колюще-режущими предметами). Физика. Урок. Атмосферное давление. Барометр – aneroid (влияние атмосферного давления на жизнедеятельность человека) Физика. Урок. Плавание тел (правила поведения на воде) Биология. Урок «Профилактика нервных и психических заболеваний. Наркотики. Алкоголизм»			
4	Классный руководитель и медицинские работники	Проведение профилактических прививок.			
		Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся.	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11 кл.
5	Классный руководитель и родители	Дискуссия «Пока не поздно! Права и обязанности родителей, права и обязанности ребенка»	Собрание «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»	Лекторий «Подготовка к взрослости» Беседа «Навыки сохранения зрения»	Собрание «Положительные эмоции в жизни человека» (психолог)

6	Классный руководитель и социальный педагог, инспектор ОДН	Беседа «Алкоголь и его влияние на организм подростка»	Беседа инспектора КДН «Шалость. Злонамеренный проступок. Вандализм»	Беседа «Токсикомания».	История о вредных привычках
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья Школьные олимпийские игры	День здоровья	День здоровья	День здоровья День спортивной семьи.

Перечень основных мероприятий по реализации программы по здоровьесбережению на 2023-2024 годы (среднее звено).

8 класс
«Будем здоровы!»
(план работы)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Походы			
		Театрализованная игра «Суд над сигаретой»	Беседа «Мои проблемы»	Кл. час «Я хочу пожелать вам «Здравствуйте!»	Вопросы для викторины по СПИДу
2	Классный руководитель, по возможности психолог	Урок толерантности «Толерантность к проявлению чувств к другим людям»	Тренинг «В гармонии с собой и окружающими»	Классный час «Эмоции и чувства. Их влияние на здоровье человека»	Анкета «Насколько ты эмоционален»
3	Классный руководитель и учителя-предметники	<p align="center">Работа по созданию и представлению проекта в области здоровьесбережения</p> <p>Физика. Урок. КПД теплового двигателя (экологические проблемы, возникающие при использовании тепловых двигателей)</p> <p>Физика. Уроки. Сила тока. Единицы силы тока. Напряжение. Единицы напряжения. (опасные для жизни человека значения силы тока и напряжения).</p> <p>Физика Урок. Электрические нагревательные приборы. Короткое замыкание предохранители. (правила обращения с электрическими приборами, опасности короткого замыкания, перегрузки электрических сетей).</p> <p align="center">Биология. Урок «Факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье», 8 класс.</p> <p align="center">Литература. Урок. Н.В.Гоголь «Ревизор» (опьянение Хлестакова), 8 класс.</p>			
4	Классный руководитель и	Проведение профилактических прививок.			

	медицинские работники	Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Беседа мед. работника «Последствия ранних половых связей и беспорядочной половой жизни для здоровья женщины»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ».	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья».	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11 кл.
5	Классный руководитель и родители	Собрание «Не дай нам Бог судьбу ребенка увидеть на конце иглы»	Беседа «В здоровом теле – здоровый дух!»	Психологическая беседа с результатами исследования «Агрессия: ее причины и последствия»	Родительское собрание «Ребенок становится трудным» (социальный педагог)
6	Классный руководитель и педагоги дополнительного образования	Дискуссия «Алкоголю скажем «Нет!»	Беседа инспектора КДН «Юридическая ответственность за злоупотребление ПАВ»	«Наркотики – мой яд!»	Анкета: употребление алкоголя, сигарет, наркотиков.
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

Перечень основных мероприятий по реализации программы по здоровьесбережению на 2023-2024 годы (среднее звено).

9 класс
«Будем здоровы!»
(план работы)

№ п/п	Сотрудничество	Учебные четверти			
		1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Классный руководитель	Походы			
		Беседа «Законы жизни».	Анкета информированности по вопросам ВИЧ – СПИДа	Беседа для девочек «Влияние стиля жизни на репродуктивное здоровье женщины»	Игра «Степень риска»
2	Классный руководитель, по возможности психолог	Классный час с элементами тестирования «Лидер на все времена»		Классный час с элементами тестирования «Стрессоустойчивость»	Тренинг «Уверенность» (подготовка к экзаменам, повышение самооценки)
3	Классный руководитель и учителя-предметники (в том числе ОБЖ, биологии)	<p align="center">Работа по созданию и представлению проекта в области здоровьесбережения</p> <p>Физика. Урок. Перемещение при прямолинейном равноускоренном движении (опасности на проезжей части, тормозной путь автомобиля).</p> <p>Физика Урок. Электромагнитное поле. Электромагнитные волны (защита от электромагнитного излучения).</p> <p>Физика. Уроки. Преобразование внутренней энергии ядер в электрическую энергию. Атомная энергетика. Биологическое действие радиации (радиационная опасность и способы защиты от радиации).</p> <p>ОБЖ. «Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей. Основы здорового образа жизни. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Понятие о привычках здорового образа жизни», 9 класс.</p> <p>Обществознание. Урок «Семья и наркотики», 9 класс.</p> <p>Химия. Урок «Оксид углерода (II) и оксид углерода (IV)» (образование угарного газа при курении и действии его на организм), 9 класс</p>			
4	Классный руководитель и	Проведение профилактических прививок.			

	медицинские работники	Сбор данных о состоянии здоровья обучающихся. Беседа врача-гинеколога «Заболевания, передающиеся половым путем»	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Анкетирование «Личный опыт школьников, относительно одурманивающих веществ».	Мониторинг показателей здоровья обучающихся 1 - 11 классов. Беседа «История контрацепции, виды контрацепции». Анкетирование «Оценка обучающимися собственного здоровья», 7 - 11 классы.	Регулярное проведение профилактических медицинских осмотров обучающихся. Беседа школьного врача «Правильное питание – залог здоровья», 1 - 11 кл.
5	Классный руководитель и родители	Вечер «Твое свободное время и твое здоровье»	Конференция «Роль и ответственность семьи в профилактике табакокурения и алкоголизма»	Собрание «Жизненные ценности подростков» (психолог)	Беседа «Как подготовить себя и ребенка к будущим экзаменам?»
6	Классный руководитель и старшая вожатая, инспектор ОДН	Ток – шоу «Большая перемена» (о проблеме табакокурения)	Беседа «Причины пристрастий»	Беседа инспектора ОДН «Как не стать жертвой преступления»	Беседа «Свобода выбора – это уход от зависимости»
7	Классный руководитель и учитель физической культуры	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.	День здоровья.

Родительские собрания по программе здоровьесбережения в средней школе

Класс	Название	Форма, содержание
5 класс	«Семейное воспитание и здоровье наших детей»	Круглый стол, посвященный трудностям и проблемам воспитания, а также здоровью ребенка
6 класс	«Здоровая семья – здоровый образ жизни»	Лекторий с родителями, с привлечением мед. работников
7 класс	Навыки сохранения здоровья	Беседа врача
8 класс	Не запрет, а предупреждение вредных привычек	Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании
9 класс	Причина пристрастий	Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании

**Перечень основных мероприятий по реализации
программы по здоровьесбережению на 2023-2024 годы (старшее звено)
10 класс
«Будем здоровы!»
(план работы)**

№ п/п	Тема мероприятия	Форма	Сроки	Ответственные
1.	«Красота и здоровье»	Беседа	сентябрь	Классный руководитель
2.	«В гостях у богини Имидж» Работа по созданию проекта	Встречи с людьми, чьи профессии формируют образ красивого человека Исследовательская работа в области здоровьесбережения	октябрь	Классный руководитель. Учителя физкультуры.
3.	«Красота внешняя»	Беседа о ЗОЖ	ноябрь	Классный руководитель. Медработник
4.	«Я и косметика»	Конкурс красоты	декабрь	Классный руководитель
5.	«Мой стиль»	Беседа, диспут	январь	Классный руководитель.
6.	«Быть здоровым и красивым»	Беседа. Спортивный праздник	февраль	Классный руководитель. Учителя физкультуры
7.	«Привычка свыше нам дана»	Беседа	март	Классный руководитель
8.	«Мой образ жизни» Представление проекта	Дебаты Исследовательская работа в области здоровьесбережения	апрель	Классные руководители
9.	«Здоровье и выбор образа жизни»	Информ-дайджест Конкурс плакатов	май	

**Перечень основных мероприятий по реализации
программы по здоровьесбережению на 2023-2024 годы (старшее звено)**

**11 класс
«Будем здоровы!»
(план работы)**

№ п/п	Тема мероприятия	Форма	Сроки	Ответственные
1.	«Что значит быть красивым»	Беседа	сентябрь	Классный руководитель
2.	«В гостях у богини Имиспо» Работа по созданию проекта	Встречи с людьми, чьи профессии формируют образ красивого человека Исследовательская работа в области здоровьесбережения	октябрь	Классный руководитель. Учителя физкультуры.
3.	«Красота внешняя и внутренняя»	Беседа о ЗОЖ	ноябрь	Классный руководитель. Медработник
4.	«Косметика в нашей жизни»	Конкурс красоты	декабрь	Классный руководитель
5.	«Мой стиль, или встречаются по одежке...»	Беседа, диспут	январь	Классный руководитель.
6.	«Если хочешь быть здоров – закаляйся!»	Спортивный праздник	февраль	Классный руководитель. Учителя физкультуры
7.	«Привычка свыше нам дана, или от чего зависит здоровье человека»	Беседа	март	Классный руководитель
8.	«Факты в защиту жизни» Представление проекта	Дебаты Исследовательская работа в области здоровьесбережения	апрель	Классные руководители
9.	«Похититель рассудка»	Информ - дайджест Конкурс плакатов	май	Классный руководитель
10.	«Я выбираю жизнь без вредных привычек»	Подготовка и защита проекта	май	Классный руководитель, участники проекта

Родительские собрания по программе здоровьесбережения в средней школе

Класс	Название	Форма, содержание
10 класс	«Здоровье и выбор образа жизни»	Лекторий, посвященный трудностям и проблемам воспитания, а также здоровью ребенка
11 класс	«Привычка свыше нам дана, или от чего зависит здоровье человека»	Лекторий с родителями, с привлечением мед. работников

**Мероприятие, посвященное Всемирному дню здоровья
МБОУ «СОШ № 22»
ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ 2024 «Будь Здоров!»**

Программа на 05.04.2024

№	мероприятия	классы	ответственные
1.	Общее построение	1-11	учитель физкультуры, советник по воспитанию
2.	Открытие Дня Здоровья. Поднятие флага и прослушивание Гимна РФ.	1-11	Зам. директора по ВР, советник по воспитанию
3.	Проведение эстафеты «Веселые старты» (на спортивной площадке)	сборные 1-4	учитель физкультуры, классные руководители
4.	Товарищеская встреча по волейболу.	сборные 5-10	учитель физкультуры, советник по воспитанию, классные руководители
5.	Товарищеская встреча по баскетболу.	сборные 7-10	учитель физкультуры, советник по воспитанию, классные руководители
6.	Спортивно – развлекательная программа «Будь здоров!»	1-11	учитель физкультуры, советник по воспитанию, классные руководители
8.	Всеобщее построение после соревнований.	1-11	учитель физкультуры, советник по воспитанию, классные руководители
9.	Подведение итогов Дня Здоровья.	1-11	учитель физкультуры, советник по воспитанию, классные руководители
10.	Заккрытие Дня Здоровья. Опускание флага. Прослушивание Гимна РФ.	1-11	учитель физкультуры, советник по воспитанию, классные руководители

Зам. директора по ВР

Е. С. Литвякова

Система формирования здорового образа жизни

