

УТВЕРЖДЕНО  
 приказом директора  
 МКОУ СОШ № 11  
 № 233/1 от 29.08.2025 г.

**ПЛАН  
 мероприятий по охране и укреплению здоровья обучающихся и воспитанников  
 МКОУ СОШ № 11 на 2025-2026 учебный год**

Здоровьесберегающая деятельность МКОУ СОШ № 11 представлена в плане работы школы отдельным разделом, в котором мероприятия систематизированы по следующим блокам:

- организационно-управленческая деятельность;
- здоровьесберегающая среда школы;
- рациональная организация образовательного процесса;
- лечебно-профилактическая работа;
- спортивно-оздоровительная работа;
- программно-методическое обеспечение учебно-воспитательного процесса;
- санитарно-просветительская работа;
- работа с родителями.

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

<ul style="list-style-type: none"> <li>– Анализ уровня заболевания детей и организация работы ОУ по охране здоровья</li> <li>– Создание комфортной среды для сохранения и укрепления здоровья обучающихся в образовательном процессе</li> <li>– Оценка работы учителя в сфере охраны здоровья обучающихся</li> <li>– Здоровьесберегающие технологии на уроке</li> </ul>	<p>Сентябрь Ноябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Январь</p>	<p>Директор</p> <p>Старший воспитатель</p> <p>Зам. директора по УВР</p>
<p>Совещания при заместителе директора по УВР, старшем воспитателе:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Результативность работы по пропаганде здорового образа жизни</li> <li>– Приемы здоровьесберегающей педагогической техники</li> <li>– Здоровьесбережение как важный фактор оптимального развития и успешности личности</li> <li>– Траектория здоровья обучающихся и воспитанников</li> </ul>	<p>Октябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Январь</p> <p>Март</p>	
<p>Научно-практическая конференция на тему «Обеспечение комфортности образовательного процесса на основе валеологических подходов»</p>	<p>Апрель</p>	<p>Зам. директора по УВР</p> <p>Старший воспитатель</p>
<p>Семинары-практикумы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Интенсификация обучения, сохранность и укрепление здоровья обучающихся</li> <li>– Развитие образовательной системы и ее здоровьесберегающий потенциал</li> <li>– Результативность и эффективность здоровьесберегающей деятельности в ОУ</li> <li>– Проблемы организации формирования здорового образа жизни</li> </ul>	<p>Сентябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Январь</p> <p>Март</p>	
<p>Родительская конференция на тему «Здоровые дети – здоровая Россия»</p>	<p>Октябрь</p>	<p>Зам. директора по ВР</p>
<p>Общешкольные родительские собрания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Школа – территория здоровья</li> <li>– Школьная неуспеваемость как медицинская проблема</li> </ul>	<p>Сентябрь</p> <p>Январь</p>	
<p>Заключение договора с поликлиникой о проведении лечебно-оздоровительной работы на базе ОУ</p>	<p>Август</p>	<p>Директор ОУ</p>
<b>Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения</b>		
<p>Выполнение норм СанПиН в процессе организации образовательного процесса</p>	<p>Ежемесячно</p>	<p>Зам. директора по АХЧ</p> <p>Зав. хозяйством</p>
<p>Мониторинг состояния содержания помещений ОУ, мебели, оборудования</p>		
<p>Организация системы доступного, разнообразного и качественного школьного питания детей, полная компенсация его стоимости для обучающихся ОУ</p>	<p>В течение учебного года</p>	<p>Директор ОУ</p>
<p>Организация питьевого режима</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Зам. директора по АХЧ</p> <p>Зав. хозяйством</p>
<p>Соблюдение воздушного, светового и теплового режимов в ОУ</p>		
<p>Обеспечение соблюдения правил пожарной и антитеррористической безопасности в ОУ</p>		
<p>Содержание в исправности кровли, подвалов, системы отопления, горячего и холодного водоснабжения, канализации</p>		
<p>Содержание в исправности электрохозяйства</p>		
<p>Проверка состояния охраны труда в ОУ и документации по технике безопасности в учебных кабинетах</p>	<p>Ежемесячно</p>	<p>Специалист по ОТ</p>
<p>Разработка плана мероприятий по охране труда и технике безопасности в ОУ</p>	<p>Сентябрь</p>	
<p>Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и технических средств обучения для кабинетов</p>	<p>В течение учебного года</p>	<p>Зам. директора по УВР</p> <p>Старший воспитатель</p>
<p>Обеспечение хранения спортивного инвентаря и оборудования</p>	<p>Постоянно</p>	

Приобретение необходимого медицинского оборудования	В течение учебного года	Зам. директора по АХЧ Зав. хозяйством
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	Зам. директора по УВР Старший воспитатель
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	
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. Тесты: – 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)	В течение учебного года	
Анализ соотношения дозировки письменной домашней работы и письменной классной работы	Раз в четверть	
Контроль соблюдения нормативного значения веса учебного комплекта обучающихся 1–4-х классов	Постоянно	
Контроль соблюдения санитарно-гигиенических условий		

использования технических средств обучения и компьютерной техники в образовательном процессе		
Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований на уроках, профилактики близорукости и сколиоза, режима проветривания кабинетов на переменах	Постоянно	Мед. работник ОУ
Осуществление контроля соблюдения режима дня обучающихся и воспитанников	Постоянно	Классные руководители Воспитатели
Введение дополнительных каникулярных дней для обучающихся 1-х классов	Февраль	Зам. директора по УВР
Введение индивидуального разгрузочного дня для обучающихся с тяжелыми формами заболеваний	В течение учебного года	
Учет отсутствующих детей в классе, воспитанников в группе	Ежедневно	Классные руководители Воспитатели
<b>Лечебно-профилактическая работа</b>		
Проведение профилактического осмотра обучающихся на кожные заболевания и педикулез после каникул и по показаниям	01–03.09. 12–15.01. 01–03.04.	Мед. работник ОУ
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 близорукости (контроль ношения очков, правильное рассаживание обучающихся за ученическими столами, упражнения для глаз, использование офтальмотренажера)	Ежемесячно	
Посещение уроков физической культуры и занятий спортивных секций		
Беседы по профилактике заболевания опорно-двигательного аппарата, режиму дня, личной гигиене	В течение учебного года	
Проведение профилактических мероприятий в период сезонных заболеваний ОРЗ, ОРВИ: – мониторинг количества заболевших; – санитарная обработка учреждений; проведение профилактических бесед с учащимися и родителями		
Профилактика травматизма среди обучающихся, учет и анализ всех случаев травм		
Витаминопрофилактика (С-витаминизация третьего блюда с целью повышения иммунитета и профилактики острых заболеваний)	Ежедневно	Ответственный по питанию
Коррекция нарушения опорно-двигательного аппарата путем проведения занятий по образовательной программе «Ритмика» для обучающихся начальных классов		Физинструктор Учителя физкультуры
Организация коррекционно-оздоровительной работы: – формирование специальных медицинских групп;		Зам. директора по УВР

– 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.		Старший воспитатель Мед. работник Учителя физкультуры
<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	Зам. 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	Зам. директора по ВР
Соревнования по различным видам спорта	В течение учебного года	Зам. 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	Зам. директора по ВР
Акция «Займись спортом, сделай первый шаг»	Март	
<b>Программно-методическое обеспечение образовательного процесса</b>		
Разработка: – 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	Зам. директора во УВР Старший воспитатель
Ярмарка педагогических идей «Новации в проведении физкультурно-оздоровительной работы»	Октябрь	
Создание: – информационного банка данных о состоянии здоровья 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.);	В течение учебного года	

<ul style="list-style-type: none"> <li>– банка аннотированной методической литературы по вопросам здоровья;</li> <li>– банка разных типов программ по вопросам профилактики здоровья;</li> <li>– банка методических материалов по работе с родителями</li> </ul>			
Мастер-класс «Формирование культуры здоровья и здорового образа жизни на разных этапах обучения»	Январь		
Круглые столы для классных руководителей: <ul style="list-style-type: none"> <li>– «Двигательная активность: дифференциация и индивидуализация разного уровня физического здоровья. Формирование индивидуальных маршрутов двигательной активности»;</li> <li>– «Формирование здоровьесберегающего информационного пространства самодеятельных детских объединений: работа пресс-центров, клубов ОУ»;</li> <li>– «Современные методы профилактики и коррекции патологии опорно-двигательного аппарата у детей»</li> </ul>	Ноябрь  Февраль  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: <ul style="list-style-type: none"> <li>– «Вредные привычки и их предупреждение» (5–6-е классы);</li> <li>– «Еда, которая тебя убивает» (7–8-е классы);</li> <li>– «Жизнь без вредных привычек» (9–11-е классы)</li> </ul>	Октябрь Ноябрь Февраль	Зам. директора по ВР	
Диспуты: <ul style="list-style-type: none"> <li>– «Незаменимый помощник или? О пользе и вреде компьютера» (6–8-е классы);</li> <li>– «Жизнь без сигарет – это реально?» (9–11-е классы)</li> </ul>	Сентябрь  Октябрь		
Викторина «Гигиена и движение – это всех проблем решение» (5–8-е классы)	Ноябрь		
Ролевая игра о вреде курения «Сомнительное удовольствие» (8–9-е классы)	Март		Мед. работник ОУ
Развивающая игра «Здоровая нация – это мы!» (6–7-е классы)	Апрель		
Устный журнал: <ul style="list-style-type: none"> <li>– «Значение профилактических прививок» (1–4-е классы);</li> <li>– «Гигиена умственного труда» (5–8-е классы);</li> <li>– «Роль факторов внешней среды в укреплении здоровья» (9–11-е классы)</li> </ul>	Сентябрь  Октябрь Ноябрь	Специалист по ОТ  Педагог-организатор	
Лекции для обучающихся: <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила поведения в школе;</li> <li>– о вреде употребления пива, слабоалкогольных и энергетических напитков;</li> <li>– о вреде табакокурения и курительных смесей для здоровья человека;</li> <li>– о принципах рационального, здорового питания;</li> <li>– о профилактике ВИЧ/СПИД, вирусных гепатитов В и С и др.;</li> <li>– как сохранить хорошее зрение;</li> <li>– острые кишечные заболевания и их профилактика;</li> <li>– режим дня и его значение;</li> <li>– культура приема пищи.</li> </ul>	Сентябрь Октябрь  Ноябрь  Декабрь Январь Февраль Март Апрель Май	Социальный педагог  Классные руководители  Воспитатели	
Разработка памяток для обучающихся	В течение учебного года		
Оформление санитарных бюллетеней			
Организация тематических выставок «Мы за здоровый образ			

жизни»		
Тематические классные часы		
<b>Работа с родителями</b>		
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	Мед. работник  Классные руководители
Консультации родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесбережения	В течение учебного года	Воспитатели
Родительские собрания Общешкольные собрания		