



Утверждаю:

И.о. директора МКОУ «СОШ №3»

Хизриев М.М.

Приказ № 15/1-ОД от 25.09.2024 г.

**План**  
**мероприятий по формированию приверженности**  
**к здоровому образу жизни и рациональному питанию в**  
**МКОУ «СОШ №3» на 2024 — 2025 г.**

№ п/п	Мероприятие	Срок исполнения	Исполнитель
1	2	3	4
1.	<b>Организационно-методическая работа по формированию ЗОЖ</b>		
1.1.	Выступление на педагогическом совете с сообщениями о «Роли учителя в формировании ЗОЖ школьников»; «Психогигиена и психопрофилактика школьника; о значимости «Уроков здоровья в школею Валеология», « Итогов медицинского осмотра в школе».	Октябрь, ноябрь Март, апрель	Директор школы Заместитель директора по ВР Социальный педагог Школьный врач
1.2.	Организация питания обучающихся в школьной столовой	В течение учебного года	Ответственный по организации питания в школе Совет по питанию
1.3.	Организация питьевого режима школьников	В течение учебного года	Ответственный по организации питания в школе Совет по питанию
1.4.	Организация методического уголка для учителей по вопросам формирования здорового образа жизни.	В течение 1 четверти	Зам.директора по ВР, школьные врачи
1.5.	Семинар для учителей по вопросам методики гигиеничного обучения и формирования здорового образа жизни школьников.	В течение учебного года	Зам.директора по ВР, школьные врачи
1.6.	Размещение плана мероприятий Совета на 2024-2025 учебный год на сайте учреждения.	Сентябрь 2024г.	Председатель Совета по питанию .
1.7.	Проведение контроля качества поступающей продукции.	ежедневно	Члены бракеражной комиссии, ответственный по питанию
1.8.	Проведение проверки качества, количества и оформления приготовленных блюд, соблюдения санитарных норм в столовой.	Не реже 2 раз в месяц	Члены бракеражной комиссии, ответственный по питанию
1.9.	Организация консультаций для классных руководителей по вопросам «Культуры поведения обучающихся во время приёма пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований», «Формирование культуры	В течение года	Зам.директора по ВР, школьные врачи

	здорового питания - залог сохранения здоровья»		
1.10	Составить график дежурств и обязанности дежурного педагога и обучающихся в столовой с проведением еженедельного контроля за работой столовой	В течение года	Зам.директора по УВР, зам.директора по ВР Ответственный по питанию
1.11	Проведение анкетирования участников образовательного процесса об удовлетворительности организацией питания. ноябрь 2024 года. март 2025года	ноябрь 2024г, март 2025 года	Совет по питанию, ответственный по питанию, классные руководите
2.	<b>Формирование приверженности учащихся к здоровому о</b>		
2.1.	Проведение классных часов, уроков здоровья, бесед, лекции, выпуск стенгазет о представлении рационального режиме дня, труда и отдыха. Переутомление и борьба с ними	Всемирный день здоровья (март-апрель)	Заместитель директора по ВР, классные руководители, школьный врач, психолог.
2.2.	Пропаганда вопросов общей и личной гигиены (порядок в доме и во дворах по месту жительства. Уход за кожей, ногтями и волосами. Лекции, беседы, уроки здоровья, диктанты, конкурсы на тему: «Правила личной гигиены», «Чистый двор», «Уютный двор».	Международному дню мытья рук. (Сентябрь-октябрь)	Заместитель директора по ВР, классные руководители, школьный врач, психолог.
2.3.	Пропаганда основ оптимального двигательного режима и гиподинамии и гипокинезии, и их влияние на здоровья. Спортивно-оздоровительные фестивали. (физкультминутки, подвижные перемены, часы здоровья, ГТО)	Всемирного дню здоровья, к дню физкультурника.	Заместитель директора по ВР, классные руководители, школьный врач, психолог. Учителя физкультуры.
2.4.	Профилактика вредных привычек: табакокурения, наркомании, токсикомании, применение психоактивных веществ, объективно взглянуть на свои привычки. Изучить влияние вредных привычек (электронные сигареты, кальян, пассивное курение, последствия приема психоактивных веществ) на организм человека и продолжительность жизни (акции, флешмобы, уроки здоровья, викторины, трансляция видеороликов, диктанты и др.)	Международному дню отказа от курения. Всемирный день без табака. Международному дню борьбы с наркоманией.	Заместитель директора по ВР, классные руководители, школьный врач, психолог. Классный руководитель.
2.5.	Профилактика злоупотребления алкогольными напитки, развитие у детей социальной компетентности, критического мышления с целью недопущения злостного вовлечения. Экономическое, нравственные и правовые и медицинские аспекты пьянства и негативное влияние алкогольных напитков на организм человека, на потомство. Изучение энергетических напитков - мифы и реальность (классные часы, открытые уроки, беседы,	Всемирного дню здоровья, Всемирный день трезвости	Заместитель директора по ВР, классные руководители, школьный врач, психолог. Классный руководитель.

	тренинги и т.д) (акции, флешмобы, уроки здоровья, викторины, и др)		
2.6	Пропаганда вопросов сексуальной культуры с учетом возрастных особенностей учащихся, включающая представления о правах и обязанностях человека, гражданина, семьянина. Принципы полового воспитания, взгляды на половое воспитание в юношестве; что такое контрацепция, заболевания передаваемых половым путем и ВИЧ-инфекций (классные часы, уроки здоровья, и тд)	Международный день семьи, Всемирный день борьбы со СПИДом (Декабрь, март, май. )	Заместитель директора по ВР, классные руководители, школьный врач, психолог. Классный руководитель.
2.7.	«Школа здоровья. Репродуктивное здоровье девушки и юноши» (7-11 класс)	В течение учебного года	Заместитель директора по ВР, классные руководители, школьный врач, психолог. Классный руководитель.  Приглашаются врачи по медицинской профилактике.
2.8	Пропаганда вопросов психогигиены и психопрофилактики. Создание условий для позитивной самореализации, социокультурной активности и привлечения к добровольческой, волонтерской деятельности. Формирование иммунитета к депрессии, стрессу в различных возрастных группах. «Школьный буллинг» - почему дети травят друг друга. Проведение анкетирования, тестирования, телефоны доверия.	Работа школьных психологов	Директор, Заместитель директора по ВР, классные руководители, школьный врач, психолог, социальный педагог. Классный руководитель.
2.9	Формирование потребности здорового образа жизни и понимание значения здоровья для развития гармоничной личности; информировать детей и родителей о вреде и пользе компьютера, развивать осознанно негативное отношение к вреду компьютера. Вред азартных игр.	Проведение анкетирования на предмет степени компьютерной зависимости. Классные часы, уроки здоровья, беседы, лекции к Всемирному дню здоровья.	Заместитель директора по ВР, классные руководители, школьный врач, психолог, социальный педагог. Классный руководитель.
2.10	Организация книжно-иллюстративных выставок по пропаганде ЗОЖ в школьных библиотеках «Что необходимо знать, чтобы быть физически здоровым?»	к Всемирному дню здоровья.	Директор, Заместитель директора по ВР, классные руководители, школьный врач, психолог, социальный педагог. Классный руководитель.

3.	<b>Мероприятия по воспитанию культуры питания среди учащихся</b>		
3.1.	1. Ежедневно в течение года - уроки здоровья, беседы по темам «Как сделать кашу вкусной», «Молоко и молочные продукты», «Энергия пищи» и др.	В течение учебного года	зам.директора по ВР, школьные врачи, кл. Руководители
3.2.	Конкурс стенгазет, конкурс «Традиции дагестанской кухни»	Ноябрь-декабрь 2024 г, март-апрель 2025 г -	зам.директора по ВР, школьные врачи, кл. Руководители индивидуальных консультаций)
3.3.	Проведение - классных часов «Правильное питание - залог здоровья», «Здоровое питание», «Культура приёма пищи», «Витамины и здоровья» и др.	По расписанию	зам.директора по ВР, школьные врачи, кл. Руководители
3.4.	Работа над проектами «Здоровый образ жизни», «Умеем ли мы правильно питаться?», «10-топ полезных продуктов» и др.	В течение учебного года	зам.директора по ВР, школьные врачи, кл. Руководители
3.5.	Сюжетно-ролевые игры «Поход в супермаркет - выбираем полезные продукты», «Готовим дома», «Столовый этикет» и др.	Апрель - май	зам.директора по ВР, школьные врачи, кл. Руководители
3.6.	Выпуск памяток, викторины, выставки «А у меня сегодня на столе...», «О том, что вкусно и полезно», «Кулинарная книга здорового питания», «Гигиена питания» и т.д.	В течение года	зам.директора по ВР, школьные врачи, кл. Руководители. Актив класса
3.7.	Анкетирование учащихся «Школьное питание: качество и разнообразие обедов», «За что скажем поварам спасибо?» (зам.директора по ВР, школьный врач, кл.руководители).	Февраль Апрель	зам.директора по ВР, школьные врачи, кл. Руководители
4.	<b>Работа по воспитанию культуры питания среди родителей</b>		
4.1.	Индивидуальное консультирование по вопросам организации школьного питания	В течение учебного года	зам.директора по ВР, школьные врачи, кл. Руководители
4.2.	Род.собрания «Режим и гигиена питания младших школьников», «Правильное питание - залог здоровья школьников», «Организация рационального питания подростков», «Атмосфера жизни семьи фактор физического и психологического здоровья»	По расписанию	зам.директора по ВР, школьные врачи, кл. Руководители
4.3.	Анкетирование родителей «Питание наших детей» (директор школы, руководитель школьной комиссии по питанию).	В течение учебного года	зам.директора по ВР, школьные врачи, кл. Руководители

4.4	Встреча мед.работников с родителями «Что ест ребёнок в школе и дома?»	В течение года	мед.врачи гор.поликлиники, школьные врачи, зам.директора по ВР.
5.	<b>Проведение мероприятий по формированию ЗОЖ с привлечением санитарного актива и родителей.</b>		
5.1.	Контроль за санитарным состоянием классы, школы, проведение рейдов чистоты, соревнования между классами за образцовый класс, обходы школы	Постоянно	Школьный врач, врачи по медицинской профилактике, санитарный актив страны.
5.2.	Регулярное проведение Дней здоровья совместно с родителями обучающихся «Уроки здоровья для детей и в взрослых», собрания отцов «Нет лучше образца, чем в глазах пример отца»	По плану	зам. дир по ВР, педагог - психолог, социальный педагог.
5.3.	Месячник здоровья в школе - организация «площадка здоровья диспансеризация, профилактические осмотры учащихся.	По плану	Главные врачи территориальных медицинских организаций, школьный врач, зам.дир. по ВР .
5.4	Экскурсии (выезды) в медицинские организации Минздрава РД с целью ознакомления организации профилактической работы по сохранению здоровья и формированию здорового образа жизни.	В течение учебного года.	Главные врачи территориальных медицинских организаций, школьный врач, врачи по медицинской профилактике, зам.дир. по ВР .
5.5	Информационно-просветительская работа, проведение родительских всеобучей.		Главные врачи территориальных медицинских организаций, школьный врач, врачи по медицинской профилактике, зам.дир. по ВР .