

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**Мошковская средняя общеобразовательная школа**

**Торжокский район Тверская область**

***Принята*** на заседании

***Утверждаю.***

педсовета. Протокол №1

Директор школы

Л.Г.Осипова

от «28» августа 2025 г.

приказ № 77-з от «28» августа 2025 г.

**Общешкольная программа воспитания школьников**

**«Здоровый образ жизни»**

**(срок реализации 1 год)**

**Программа разработана  
заместителем директора  
по воспитательной работе  
Соловьёвой В.И.**

**Мошки 2025**

**Программа «Здоровый образ жизни»** - документ, регламентирующий работу школы по сохранению и повышению уровня здоровья учащихся. Программа определяет ежегодные цели жизнедеятельности школы, пути и средства их достижения. Программа задаёт общее направление деятельности и координирует её в контексте валеологического образования.

### ***Пояснительная записка***

Одним из направлений Концепции духовно-нравственного воспитания является формирование ценностной сферы развития личности обучающегося. Среди ценностей становится все более необходимым делать акцент на формирование у школьников культуры здоровья, предполагающей:

- интерес к спорту и оздоровлению;
- знания в области оздоровления, спортивной подготовке;
- умение использовать эти знания для построения индивидуальной модели здорового образа жизни;
- участие в спортивных соревнованиях и занятиях спортом;
- знания по вопросам правильного питания
- стремление учащегося вовлечь в оздоровительную деятельность свое ближайшее окружение.

**Целью валеологического образования** в школе является создание условий для формирования и сохранения физического, нравственного, психического здоровья школьников через систему интеграции основного и дополнительного образования.

В процессе реализации данной Программы предполагается решение следующих **задач**:

- создание банка данных о состоянии здоровья обучающихся 1-11 классов;
- мотивирование и включение обучающихся в разнообразные виды деятельности, способствующие укреплению здоровья и развитию творческих способностей;
- воспитание культуры досуговой деятельности обучающихся и их родителей;
- осуществление профилактики девиантного поведения обучающихся, употребления психоактивных веществ, негативных социальных явлений в молодёжной среде педагогическими средствами;
- формирование моделей здорового поведения и развитие потребности у обучающихся в здоровом образе жизни.
- формирование знаний о правильном питании

#### ***Методы изучения:***

- Методика «Личностный рост учащихся» (автор Григорьев Д.В., Степанов П.В.)
- Мониторинг изменений состояния здоровья обучающихся.
- Изучение и анализ активности обучающихся во внеурочной деятельности.
- Изучение и анализ межличностных отношений между детьми, родителями и детьми.
- Включенное наблюдение, анализ анкет и мини-сочинений.

Уровень физического здоровья ребёнка определяется на основе группы здоровья, которая устанавливается по результатам медосмотра в начале учебного года, и на основе уровня физического развития, который выявляется по результатам тестирования на уроках физической культуры в сентябре- октябре.

Состояние здоровья учащихся по группам здоровья, физкультурным группам и уровням физического развития представлено в таблицах 1 -3. (заполняются после медицинского осмотра учащихся и сдачи президентских тестов)

**Таблица 1. Группы здоровья и физкультурные группы.**

(по результатам медосмотра)

Класс	Всего уч-ся	Группы здоровья					Физкультурные группы			
		1	2	3	4	5	Основная I	Подгот. II	Специал. III	Освоб. IV
1	13	4	9	-	-	-	12	1	-	-
2	11	9	-	2	-	-	9	1	1	-
3	14	7	3	3	1	-	12	1	-	1
4	11	4	5	2	-	-	9	1	1	-
5	16	13	2	1	-	-	15	-	1	-
6	11	7	3	1	-	-	9	1	1	-
7	16	9	4	3	-	-	10	3	3	-
8	11	8	2	1	-	-	8	2	1	-
9	13	7	6	-	-	-	11	2	-	-
10	4	2	1	1	-	-	3	1	1	-
11	6	4	1	1	-	-	4	1	1	-
Итого	126	74 58,7%	36 28,5%	15 11,9%	1 0,7 %	-	102 80,9%	14 11%	10 7,9%	1 0,79%

**Таблица 2. Уровни физического развития**

(по итогам президентских тестов)

Клас с	Всего уч-ся/ из них тестировались	Уровень физического развития				Супер
		Неудовлет ворительн ый	Удовлетвор ительный	Хороший	Отличный	
1	18/17	6	9	1	-	
2	16/15	2	11	2	-	
3	12/12	5	4	3	-	
4	16/16	3	9	4	-	
5	16/16	4	4	7	1	1
6	11/11	7	2	6	1	
7	16/14	6	3	3	2	
8	11/11	6	4	4	1	
9	13/12	3	3	2	4	
10	4/4	1	2	1	-	
11	6/6	1	4	1	1	
Итог о	77/74	23 31%	22 29,7%	19 25,6%	9 12,1%	1 1,3%

**Таблица 3. Результаты медосмотра**

Класс	Количество учащихся	Здоровые дети	Миопия (зрение), косоглазие, гиперметрия	Заболевания нервной системы	ЖКТ	Кардиология, ПМК	Ожирение, избыточная масса тела	Нарушение осанки, деформация грудной клетки, позвоночника	Сколиоз	Аллергия, поллиноз, ринит	Заболевания почек, пиелонефрит, цистит	Заболевания крови, сосудов, ВСД	Задержка НПР, ПРР	Аденоиды, тонзиллит, лор заболевания, ГНМ	Артрозаболвания, плоскостопие, плоско-вальгусная стопа, болезнь Пентеса	Дислалия, ОНР, ЗРР	Эндокринные заболевания	Дефицит веса, задержка физического развития	Грыжи пупочная, паховая	Неврология
1	13	8	2										1			2				1
2	11	9	2					1												
3	14	7	2				4							2	1					
4	11	3	5				3			1								1		
5	16	13	3				1											2		
6	11	8	1			1	2													
7	16	8	6				2				1				1					
8	11	8	3				1													
9	13	13																		
10	4	2	1		1															
11	6	4	1												1					
Всего	126	83	26	-	1	1	13	1	-	1	1	-	1	2	3	2	-	3	-	1
%		65,8	20,6		0,79	0,79	10,3	0,79		0,79	0,79		0,79	1,58	2,38	1,58		2,38		0,79

## ***Подходы реализации Программы:***

***деятельностный*** - деятельностный подход ориентирует педагогов:

- на включение учащихся в разнообразные виды деятельности, на использование разнообразных форм воспитательной работы;
- организацию совместной деятельности детей, педагогов, родителей;

***аксиологический*** – использование данного подхода предполагает, что педагог рассматривает задачу сохранения физического и психического здоровья детей как одну из важнейших в организации образовательного процесса (создание благоприятных условий для развития каждого ребенка, для ситуации успеха на уроке и во внеурочной работе; оценивание учебного труда и т.д.);

***системный*** – реализация системного подхода предусматривает создание системы работы по данному направлению, основанной на:

- интеграции урочной и внеурочной деятельности (при возможности – продолжается и в каникулярное время)
- постоянном коллективном анализе результатов деятельности: успехов и неудач, пассивности и активности детей, изменении в отношениях между детьми в классе, между родителями и детьми и т.д.

**Реализация целей и задач данной Программы потребует использования следующих педагогических принципов:**

- учет возрастных особенностей детей: формы работы подбираются в соответствии с содержанием и учетом возможности создания разновозрастных детских коллективов;
- педагогическая поддержка обучающихся: моделирование педагогических ситуаций, анализ реальных событий, способствующих осознанию растущим человеком своего отличия от других, своей слабости и своей силы;
- культуросообразности: программа разрабатывается в соответствии с ценностями и нормами тех или иных национальных культур, специфическими особенностями, присущими здоровьесберегающим традициям регионов;
- коллективности: предполагает, что спорт и оздоровление дают юному человеку опыт жизни в обществе;
- принцип проектности: предполагает последовательную деятельность педагога по обучению детей и родителей по разработке программ личностного роста.

***Основными компонентами*** решения задачи сохранения и укрепления здоровья учащихся являются:

- Оптимизация уровня учебной нагрузки для каждого ученика;
- Оптимизация системы лечебно- профилактических мероприятий;
- Оптимизация системы внеклассных и внеурочных мероприятий;
- Оптимизация системы спортивно- оздоровительных мероприятий;
- Благоприятный микроклимат.

Создание здоровьесберегающей среды в школе предполагает организацию всего образовательного процесса на основе принципа природосообразности и в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами и требованиями, т.е. с соблюдением режима дня, обеспечением горячим питанием, медицинским обслуживанием. Этому же способствует формирование валеологических знаний, умений и навыков, которое происходит в процессе урочной, внеурочной, внеклассной работы.

**Главными направлениями валеологического образования** являются:

- изучение основ здорового образа жизни, обеспечивающего полноценную и безопасную жизнедеятельность;
- ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в повседневной жизни, в опасных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
- изучение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях;
- комплексное изучение основ безопасности жизнедеятельности, ориентированное на формирование у учащихся общественно значимой системы личностных и социальных ценностей.
- изучение норм правильного питания

Валеологическое образование включает взаимосвязанный учебный материал по пропедевтическим курсам в начальной школе, биологии, обж и обществознанию в основной и средней школе. Посредством различных вербальных и невербальных форм и методов содержание валеологического образования пронизывает систему внеклассной работы, в том числе систему классных часов.

### ***Содержание работы с учащимися:***

<b>Воспитательные задачи</b>	<b>Основное содержание</b>	<b>Основные формы</b>
-Создание условий для сохранения физического, душевного и социального здоровья учащихся  -привлечение учащихся к исследовательской деятельности в сфере здоровьесбережения  -стимулирования высокой двигательной активности,  -принятие принципов здорового образа жизни  -воспитание модели правильного социального поведения	- создание комфортных условий обучения (антистрессовые мероприятия, высокая двигательная активность, демократичность школьного социума),  - формирование представлений о себе и своем месте в мире природы и общества, выработка стратегий здорового поведения  -формирование экологического мышления и стратегии поведения,  -организация целенаправленного, интересного, плодотворного досуга и отдыха	-спортивно-массовые мероприятия  -соревнования, праздники  - конференции, конкурсы  -тренинги  -экологические и социальные проекты  -походы, экологические прогулки  -долговременные игры и т.д.

-знакомство с вопросами правильного питания		
---	--	--

### ***Содержание работы с педагогами:***

<b>Цели и задачи</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Формы работы</b>
Повышение профессиональной компетентности педагогов как воспитателей; овладение педагогами современными подходами организации воспитательной деятельности, современными инновационными технологиями	Изучение современных концепций воспитания, нормативных документов, регулирующих внеурочную деятельность; - изучение возможностей школы, социума, воспитательного потенциала среды с целью использования в воспитательной деятельности; определение возможностей учебного материала; разработка программ	Педагогический совет; семинары; разработка диагностического материала; анализ и самоанализ результативности воспитательной деятельности

### ***Содержание работы с родителями:***

<b>Цели и задачи</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Формы работы</b>
Повышение культуры семейного воспитания; формирование гуманистических межличностных отношений между детьми и родителями; формирование потребностей в здоровом образе жизни в семьях учеников	Диагностика проблем работы с семьями учащихся и возможностей сотрудничества: микроклимат семьи, изучение запросов родителей, возможностей и готовности к сотрудничеству.	Родительские собрания, индивидуальная работа, собеседование; проведение совместных мероприятий: праздников, экскурсий, походов; разработка проектов социально-значимой деятельности.

### ***Содержание школьной программы «Здоровый образ жизни»:***

- ✓ система ежемесячных классных часов с 1 по 11 класс, проводимых классными руководителями с привлечением к их организации учащихся, медработников в форме бесед, теоретических занятий, игр и тренингов;
- ✓ система спортивно - оздоровительной работы;
- ✓ план работы по профилактике правонарушений и безнадзорности несовершеннолетних;
- ✓ система мероприятий по профилактике курения, употребления алкоголя и наркотиков среди учащихся;

- ✓ система лечебно- профилактических и противоэпидемических мероприятий под руководством школьной медсестры;
- ✓ система учебных занятий в начальной школе в рамках курса «Ознакомление с окружающим миром», в основной и средней школе в рамках курсов «Биология», «ОБЖ», «Обществознание»;
- ✓ работа кружка «О самом главном».

Конкретное содержание валеологического образования представлено в следующих таблицах.

### ***Система классных часов в 1 классе.***

сроки	тема	кто проводит
сентябрь	Как вырасти здоровым. Правила поведения в школе	Кл.рук-ль
октябрь	Твой режим дня. Травмоопасные участки в школе.	Кл.рук-ль
ноябрь	Настроение в школе. Одежда осенью и зимой.	Кл.рук-ль
декабрь	Настроение после школы. Правила поведения в общественных местах.	Кл.рук-ль
январь	Закаливание. Подвижные игры во время перемен.	Кл.рук-ль
февраль	Уроки Мойдодыра. Основы личной безопасности дома.	Кл.рук-ль
март	Правильное питание - отличное настроение. Игры на свежем воздухе.	Кл.рук-ль
апрель	Вредные привычки. Экскурсии в природу.	Кл.рук-ль
май	Игры, соревнования под девизом «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья». Укусы насекомых.	Кл.рук-ль

### ***Система классных часов в 2 классе.***

сроки	тема	кто проводит
сентябрь	Режим для второклассника.	Кл.рук-ль
октябрь	Какой вред приносит здоровью курение.	Кл.рук-ль
ноябрь	Путешествие по городу Здравейску.	Кл.рук-ль
декабрь	Клуб интересных встреч «О чём поведал микроскоп»	Кл.рук-ль, врач
январь	Ослепительная улыбка.	Кл.рук-ль
февраль	Глаза- зеркало души.	Кл.рук-ль
март	Никто не заботится о себе лучше, чем ты сам.	Кл.рук-ль
апрель	День здоровья. Весёлые старты. «Береги здоровье смолоду» (беседа врача)	Кл.рук-ль, учитель ф/к, врач
май	Праздник «Летом время не теряй, сил, здоровья набирай»	Кл.рук-ль

### ***Система классных часов в 3 классе.***

сроки	тема	кто проводит
сентябрь	Если хочешь быть здоров.	Кл.рук-ль
октябрь	Игра «Весёлые старты».	Кл.рук-ль, учитель ф/к
ноябрь	Мы хотим расти здоровыми.	Кл.рук-ль
декабрь	Береги глаз, как алмаз.	Кл.рук-ль
январь	Алкоголизм и наркомания- это болезнь.	Кл.рук-ль, врач
февраль	Курение или здоровье - выбирайте сами.	Кл.рук-ль
март	Крепкие зубы здоровью любы.	Кл.рук-ль



апрель	Основные виды травм и первая помощь.	Кл.рук-ль
май	Олимпиада сильных, смелых, ловких.	Кл.рук-ль, учитель ф/к

### ***Система классных часов в 4 классе.***

сроки	тема	кто проводит
сентябрь	Твоё здоровье и учебная нагрузка.	Кл.рук-ль
октябрь	Следишь ли ты за своей осанкой? Как сохранить зрение.	Кл.рук-ль, врач
ноябрь	Как воздух влияет на здоровье.	Кл.рук-ль
декабрь	Спорт нам поможет силы умножить.	Кл.рук-ль
январь	Чистота и здоровье.	Кл.рук-ль
февраль	Игры дома, в школе и на улице под девизом «Движение- путь к совершенству».	Кл.рук-ль
март	Телевизор, компьютер и здоровье.	Кл.рук-ль
апрель	Рабочие инструменты человека. Уход за руками и ногами.	Кл.рук-ль
май	Конкурс сочинений, фотографий «Моя семья на отдыхе».	Кл.рук-ль, ст. вожатая

### ***Система классных часов в 5 классе.***

сроки	тема	кто проводит
сентябрь	Способы преодоления стресса	Кл.рук-ль
октябрь	Безопасность поведения в школе во время уроков и перемен	Кл.рук-ль
ноябрь	Психоактивные вещества	Кл.рук-ль
декабрь	Режим дня школьника	Кл.рук-ль
январь	Профилактика инфекционных заболеваний. Микробы.	Кл.рук-ль, врач
февраль	Переутомление, его признаки.	Кл.рук-ль, врач
март	Критика, её виды, способы реагирования.	Кл.рук-ль
апрель	Правильное питание- залог здоровья.	Кл.рук-ль
май	Правила безопасности на дорогах. Правила поведения с незнакомыми людьми.	Кл.рук-ль

### ***Система классных часов в 6 классе.***

сроки	тема	кто проводит
сентябрь	Межличностное общение.	Кл.рук-ль
октябрь	Что такое дружба.	Кл.рук-ль
ноябрь	Как избежать конфликтной ситуации.	Кл.рук-ль
декабрь	Опасность вредных привычек.	Кл.рук-ль
январь	Мир, в котором ты живёшь.	Кл.рук-ль
февраль	Гигиена тела.	Кл.рук-ль
март	Правильное питание. Чем и как можно отравиться.	Кл.рук-ль, врач
апрель	Психоактивные вещества.	Кл.рук-ль

май	Личная безопасность. Поведение в экстремальных ситуациях.	Кл.рук-ль
-----	---	-----------

### ***Система классных часов в 7 классе.***

сроки	тема	кто проводит
сентябрь	Безопасное поведение в школе.	Кл.рук-ль
октябрь	Я и другие. Возможные конфликты с родителями, друзьями, учителями.	Кл.рук-ль
ноябрь	Безопасное поведение на дорогах и в транспорте.	Кл.рук-ль
декабрь	Влияние наркотиков на жизненный стиль человека.	Кл.рук-ль
январь	Стресс, его психологические и физиологические проявления. Способы совладания со стрессом.	Кл.рук-ль, врач
февраль	Правила личной гигиены подростков.	Кл.рук-ль, медработник
март	Гигиена учебного труда и отдыха. Режим дня.	Кл.рук-ль
апрель	Потребности организма подростков в основных веществах и энергии.	Кл.рук-ль
май	Правила безопасного обращения с огнём. Доврачебная помощь при ожогах.	Кл.рук-ль, врач

### ***Система классных часов в 8 классе.***

сроки	тема	кто проводит
сентябрь	Безопасное поведение на дорогах. Бытовой и уличный травматизм.	Кл.рук-ль
октябрь	Гигиенические средства по уходу за телом.	Кл.рук-ль
ноябрь	Признаки утомления органов зрения и слуха. Способы снятия утомления.	Кл.рук-ль, врач
декабрь	Употребление психоактивных веществ как слабость воли, болезнь.	Кл.рук-ль
январь	Иммунитет. Инфекционные заболевания.	Кл.рук-ль, врач
февраль	Пищевая гигиена. Болезни, передаваемые через пищу.	Кл.рук-ль, врач
март	Стресс. Научись владеть собой.	Кл.рук-ль
апрель	Личная безопасность. Правила поведения при контакте с незнакомыми людьми.	Кл.рук-ль
май	Безопасное поведение на природе.	Кл.рук-ль

### ***Система классных часов в 9 классе.***

сроки	тема	кто проводит
сентябрь	Самооценка личности.	Кл.рук-ль
октябрь	Конфликты и способы их устранения.	Кл.рук-ль
ноябрь	Гигиена тела - основа здорового образа жизни.	Кл.рук-ль
декабрь	Психоактивные вещества как фактор риска в жизни	Кл.рук-ль, врач

	человека.	
январь	Питание- основа жизни.	Кл.рук-ль
февраль	Безопасное поведение. Травматизм.	Кл.рук-ль
март	Поведение в экстремальных условиях.	Кл.рук-ль
апрель	Режим дня и оптимальные условия функционирования организма человека	Кл.рук-ль
май	Правила поведения на экскурсии и в походе.	Кл.рук-ль

### ***Система классных часов в 10 классе.***

сроки	тема	кто проводит
сентябрь	Самопознание. Ответственность и свобода выбора.	Кл.рук-ль
октябрь	СПИД: пути передачи и способы предупреждения.	Кл.рук-ль, врач
ноябрь	Правила поведения в местах общественного питания.	Кл.рук-ль
декабрь	Юридическая и моральная ответственность за употребление психоактивных веществ.	Кл.рук-ль
январь	Конформизм, самостоятельность, лидерство.	Кл.рук-ль
февраль	Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения.	Кл.рук-ль
март	Правильное питание. Диеты, лечебное питание, голодание, пост.	Кл.рук-ль, врач
апрель	Уход за кожей лица.	Кл.рук-ль
май	Модели поведения в экстремальных ситуациях. Тренинг.	Кл.рук-ль, врач

### ***Система классных часов в 11 классе.***

сроки	тема	кто проводит
сентябрь	Личность. Гении, таланты и я среди них.	Кл.рук-ль
октябрь	Правовая игра «Знаешь ли ты закон». Ответственность за правонарушения.	Кл.рук-ль, учитель обществознания
ноябрь	Страна любви - великая страна.	Кл.рук-ль
декабрь	Вредные привычки. Последствия употребления психоактивных веществ.	Кл.рук-ль
январь	Человек в семье. Семья и её функции. Психологический климат в семье.	Кл.рук-ль
февраль	Правильное питание. Пищевые приоритеты.	Кл.рук-ль
март	Косметические средства. Гигиена. Здоровье.	Кл.рук-ль
апрель	Проблемы отцов и детей в современном обществе.	Кл.рук-ль
май	Модели поведения людей в экстремальных ситуациях.	Кл.рук-ль

### ***График участия медперсонала Мошковской УБ в проведении классных часов.***

классы	месяцы								
	Сент.	Октяб.	Ноябрь	Декабрь	Январь	Фев.р	Март	Апрель	Май
1									
2				*				*	

3					*				
4		*							
5					*	*			
6							*		
7					*	*			*
8			*		*	*			
9				*					
10		*					*		*
11									

***Лечебно- профилактические и противоэпидемические мероприятия под руководством школьной медсестры***

Вид вакцинации	Возраст детей	Сроки проведения	Примечания
Реакция Манту	1-11 класс	Ежегодно март	-
Вакцинация от гриппа	1-11 класс	Сентябрь	С разрешения родителей
Р АДС (М)	7 лет 14 лет	Февраль	-
Р полиомиелит	14 лет	Ноябрь-декабрь	-

***Валеологическое содержание предметов в 1-ом классе***

Сроки	Вид учебного труда	Правила безопасности при работе
октябрь	Работа с ножницами.	Урок-инструктаж
ноябрь	Работа с ножницами.	Урок-инструктаж
декабрь	Правила хранения колющих и режущих инструментов.	Урок-инструктаж
январь	Приёмы использования булавки.	Урок-инструктаж
февраль	Работа с иглой.	Урок-инструктаж
март	Работа с иглой.	Урок-инструктаж
апрель	Работа с проволокой.	Урок-инструктаж
май	Способ резания ножницами по линии.	Показ, инструктаж

***Валеологическое содержание предметов в 2-ом классе***

Сроки	Вид учебного труда	Правила безопасности при работе
сентябрь	Работа с природным и искусственным материалом	С ножницами, клеем
октябрь	Работа с бумагой, природным материалом	С ножницами, шилом, клеем
ноябрь	Работа с бумагой	С ножницами, клеем
декабрь	Работа с бумагой	С ножницами, клеем
январь	Работа с тканью	С ножницами, иглой
февраль	Работа с тканью	С ножницами, иглой
март	Работа с бумагой	С ножницами, клеем
апрель	Работа с пластилином, скорлупой, поролоном,	С ножницами, шилом, клеем

	провоლოкой	
май	Работа с бумагой	С ножницами, клеем

### ***Валеологическое содержание предметов в 3-ем классе***

сроки	Вид учебного труда	Правила безопасности при работе
сентябрь	Работа с бумагой.	С ножницами
октябрь	Работа с природным материалом.	С шилом
ноябрь	Работа с тканью.	С иглой, ножницами
декабрь	Работа с бумагой.	С ножницами, клеем
январь	Работа с картоном.	С ножницами, шилом
февраль	Работа с бумагой.	С ножницами, шилом
март	Работа с тканью.	С ножницами, иглой
апрель	Конструирование.	С ножницами, шилом
май	Конструирование.	С ножницами

### ***Валеологическое содержание предметов в 4-ом классе***

сроки	Вид учебного труда	Правила безопасности при работе
сентябрь	Работа с бумагой, картоном, пластмассой и отходами	С ножницами, шилом
октябрь	Работа с бумагой	С ножницами
ноябрь	Работа с бумагой, тканью, пластмассой и отходами	С ножницами, шилом, иглой
декабрь	Работа с бумагой и картоном	С ножницами
январь	Работа с бумагой и картоном	С ножницами
февраль	Работа с бумагой и картоном	С ножницами
март	Работа с бумагой и картоном	С ножницами

### ***Валеологическое содержание обществознания.***

Класс	Тема	Месяц
5	Возрастные изменения человека	Ноябрь
	Влияние родителей на самооценку подростка	Март
	Школьные проблемы	Апрель
6	Человек родился	Сентябрь
	Познай самого себя	Сентябрь
	Воздействие человека на природу	Октябрь
	На пути к жизненному успеху	Декабрь
7	Переходный возраст	Сентябрь
	Физические изменения у подростков, самооценка, психологический портрет личности	Октябрь
	Социальная среда подростка	Ноябрь
	Образ жизни	Апрель
	Досуг, отдых, спорт	Май
8	Воздействие человека на природу	Апрель

9	«Нравственные основы брака и семьи» «Нравственная культура»	Май Май
10	«Социальные нормы и отклоняющееся поведение»	Декабрь

### ***Валеологическое содержание курса ОБЖ.***

Класс	Тема	Месяц
5	Меры по профилактике травм	Январь
	Первая помощь при травмах	Февраль
	Первая помощь при отравлениях и острых состояниях	Февраль
	Основные понятия о здоровом образе жизни	Апрель
	Факторы, разрушающие здоровье	Апрель
6	Охрана репродуктивного здоровья подростков	Май
	Первая помощь при травмах	Март
	Первая помощь при отравлениях и острых состояниях	Март
	Основные понятия о здоровом образе жизни	Апрель, май
	Первая помощь при травмах	Апрель
7	Факторы, разрушающие здоровье	Май
	Охрана репродуктивного здоровья подростков	Май
	Меры по профилактике травм	Январь
	Средства оказания первой медицинской помощи	Январь
	Основные понятия о здоровом образе жизни	Март, апрель
9	Охрана репродуктивного здоровья подростков	Май
	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	Сентябрь, октябрь
	Основы здорового образа жизни	Апрель, май
	Основы здорового образа жизни	Сентябрь
	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	Октябрь, ноябрь
10	Роль женщины в современном обществе	Ноябрь
	Семья в современном обществе. Функции семьи	Декабрь, январь
	Репродуктивное здоровье женщины	Февраль, март
	Беременность и уход за младенцем	Апрель

### ***Валеологическое содержание биологии.***

Класс	Тема	Месяц
7	Особенности строения и жизнедеятельности бактерий, их практическое значение	Сентябрь
	Грибы	Октябрь
	Характерные особенности семейства паслёновых. Ядовитые растения	Декабрь
	Значение одноклеточных животных в жизни человека	Январь
	Плоские черви – паразиты человека и животных	Январь
	Круглые черви – паразиты человека	Январь
	Клещи и ядовитые пауки	Март
	Практическое значение пресмыкающихся для человека	Апрель
	Птицы в жизни человека	Май
	Вирусы	Май
	Эндокринный аппарат человека	Декабрь

	Первая помощь при растяжении связок, вывихах суставов, переломах	Февраль
8	Иммунитет. Переливание крови	Март
	Первая помощь при кровотечениях	Март
	Заболевание органов дыхания	Март
	Желудочно–кишечные заболевания	Апрель
	Заболевание почек	Апрель
	Закаливание организма	Апрель

## ***Спортивно – оздоровительная работа.***

Цель: формирование у детей физической культуры, формирование и развитие представлений о настоящем здоровье, мотиваций здорового образа жизни; формирование и отработка навыков самосовершенствования.

Продолжить работу, начатую в предыдущие годы:

- проведение сравнительной оценки показателей здоровья уч-ся, общей заболеваемости и хронической патологии (по результатам медосмотра);
- освоение и использование в работе учителями здоровьесберегающих технологий: коллективно-групповых способов обучения, уровневой дифференциации на всех уровнях;
- во время уроков постоянный контроль за осанкой детей, регулярная гимнастика для глаз, в начальном и среднем звене – физкультминутки;
- неукоснительное соблюдение санитарно-гигиенических требований к организации УВП – проветривание, покраска стен, мебели, влажная уборка помещений...;
- организация горячего питания уч-ся школы;
- работа кружков спортивно-оздоровительного направления;
- работа летнего оздоровительного лагеря, кабинета здоровья;
- использование любой возможности для оздоровления детей в специализированных санаториях и оздоровительных лагерях

### 2. Традиционные спортивные мероприятия:

9-10: Президентские состязания.

11: Первенство школы по баскетболу.

12: Акция «Спорт вместо наркотиков»

01: Первенство школы по шашкам. Первенство школы по пионерболу (5-7 кл.)

02: Соревнования по силовым видам ГТО. Волейбольный турнир.

03: Первенство школы по мини-футболу.

04. Всемирный День здоровья. Весёлые старты.

05. Мини-марафон, посвящённый Дню Победы

### 3. Работа по профилактике наркозависимости и ВИЧ-инфекции: (месячник)

- «Общие аспекты употребления наркотиков, алкоголя, курения» - беседы медработников, классных руководителей

- Акция «Спорт вместо наркотиков»

- Классные часы «Имею право знать», «Вредные привычки» - мл. и ср. звено, «Психоактивные вещества как фактор риска в жизни человека» - ст. звено

4.Соревнования санпостов, «Безопасное колесо»

**Утверждаю.**

Начальник МО МВД России  
«Торжокский» подполковник  
полиции:

\_\_\_\_\_ Семёнов Е.С.

**Согласовано.**

Инспектор ПДН:

\_\_\_\_\_ Е.В.Евтропова

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ Мошковская СОШ:

\_\_\_\_\_ Л.Г.Осипова

9 сентября 2025 года

**План мероприятий по профилактике правонарушений  
и безнадзорности несовершеннолетних в МБОУ Мошковская СОШ  
на 2025-26 учебный год**

Вид работы	Сроки	Ответственные
Организация работы кружков и секций	Сентябрь	Зам. по ВР
Организация занятости отъезжающих детей в ГПД	В теч. года	Воспитатели ГПД
Вовлечение ребят в кружки, секции, мероприятия, социально - значимую деятельность	В теч. года	Кл. руководители, руководители кружков, проектов
Месячник безопасности. Беседы - инструктажи «Правила безопасного поведения учащихся в школе, в автобусах, в вечернее время, в общественных местах, ПДД»	Сентябрь 2025 г. Март 2026 г.	Кл. руководители Учитель ОБЖ
Неделя безопасности (мероприятия в рамках декад безопасности ДД)	1-8 сентября	Зам. по ВР
«Путешествуй на зелёный свет»	сентябрь	ПДО Константинова О.Б.
Межведомственное профилактическое мероприятие «Безопасность»	октябрь	методкабинет
ОШРС «Организация свободного времени учащихся и включение их в социально-значимую деятельность».	28 ноября 2025 г.	Администрация школы
Беседа инспектора ПДН ОВД с учащимися с целью предупреждения правонарушений среди несовершеннолетних, курения, употребления спиртосодержащих напитков, психоактивных веществ. Безопасность в сети интернет.	Октябрь, декабрь, февраль, апрель и по мере необходимости	Зам. по ВР, инспектор ПДН
Встреча инспектора ПДН ОВД с родителями на ОШРС «Правовые аспекты поведения несовершеннолетних, противодействие курению,	28 ноября 2025 г.	Администрация школы инспектор ПДН



употреблению алкогольных напитков, наркозависимости. Безопасность в сети интернет. Ответственность родителей».		
Всероссийские уроки безопасности школьников в сети интернет	В течение года	Учитель информатики
Работа с администрациями сельских поселений и ГБУ СРЦН по выявлению неблагополучных семей и детей, находящихся в социально-опасном положении	Ежеквартально	Зам. по ВР СРЦН
Работа Совета по профилактике правонарушений (СПП)	В теч. года	Руководитель СПП
Посещение семей учащихся	В теч. года	Кл. руководители
Выездная КДН, посещение неблагополучных семей	По мере необходимости	Администрация школы, КДН, СРЦН
Индивидуальная работа с учащимися, стоящими на учёте в ПДН и в школе	В теч. года	СПП, инспектор ПДН, кл. руководители
Мероприятие по противодействию терроризму и экстремизму	Ежемесячно	Зам. по ВР
Неделя профилактики наркозависимости и ВИЧ-инфекции: беседы медработников, конкурс плакатов, классные часы, просмотр видеоматериалов с сайта ФСКН	Декабрь и март, апрель по плану УО и МП	Зам. по ВР, руководители кружков, кл. руководители
Социально – психологическое тестирование учащихся	Сентябрь	Зам. По УВР
Месячник противодействия терроризму	Ноябрь	Классные руководители, администрация школы
Месячник противопожарной безопасности	декабрь	Классные руководители, администрация школы
Всероссийский открытый урок ОБЗР	октябрь марта	Зам. по ВР
Месячник ЗОЖ: спортивно-оздоровительные мероприятия, беседы	Апрель	Зам. по ВР, учителя физкультуры, кл. руководители
Рейды на вечерние мероприятия в ДК, школьные вечера для старшеклассников	В теч. года	Участковый уполномоченный полиции
Обследование семей опекунов	По запросу ТОСЗН	Общ. инспектор по охране прав детства
Информирование КДН, ТОСЗН о детях, оказавшихся в социально-опасном положении	По мере необходимости	Администрация школы
Организация контроля за посещением уроков учащимися	В теч. года	Кл. рук-ли, зам по УВР
Организация социально - значимой деятельности в микрорайоне школы, в округах	В теч. года	Руководители кружков, проектов, кл. рук-ли
Организация массовой спортивно - оздоровительной работы	По плану	Учителя физкультуры
Игра «Безопасное колесо» по ПДД	Сентябрь, май	Учитель ОБЖ, старшая вожатая
Уроки ОБЖ по темам правонарушений, экстремизма, терроризма, чрезвычайных ситуаций	По тематич. плану	Учитель ОБЖ

ОШРС «Безопасное лето» с участием инспекторов ПДН МВД и ОГИБДД	17 апреля 2026 г.	Администрация школы, инспектора
Беседа представителей ОВД и ОГИБДД с родителями на ОШРС «Безопасность детей – забота родителей».	17апреля 2026 г.	Администрация школы, ОВД, ГИБДД
Организация работы летнего школьного оздоровительного лагеря, рабочей бригады	Июнь	Администрация школы, начальник ДОЛ
Организация прохождения летней трудовой практики	Июнь-август	Кл. рук-ли, заведующ. ПОУ
Организация экскурсий, походов с учащимися	В теч. года	Зам. по ВР, руководители кружков, кл. рук-ли

### УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Мошковская СОШ:

Л.Г.Осипова

9 сентября 2025 года

### **План мероприятий по профилактике курения, употребления алкоголя и наркотиков среди учащихся в МБОУ Мошковская СОШ на 2025-26 учебный год**

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Выявление учащихся, склонных к курению, употреблению алкоголя и других психоактивных веществ	Сентябрь и в теч. года	Кл. руководители, медработники
Знакомство учащихся с ФЗ №15 «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» от 23.02.2013г., инструктаж	Сентябрь и в теч. года	Кл. руководители
Акция «Спорт вместо наркотиков»	Декабрь	Организатор внеклассной спортивной работы Кузнецов М.Н. Зам. по ВР
Встреча инспектора ПДН ОВД с родителями на ОШРС «Правовые аспекты поведения несовершеннолетних, противодействие курению, употреблению алкогольных напитков, наркозависимости. Безопасность в сети интернет. Ответственность родителей»	28 ноября	Администрация школы Инспектор ПДН
Беседа инспектора ПДН ОВД с учащимися с целью предупреждения правонарушений среди несовершеннолетних, курения, употребления спиртосодержащих напитков, психоактивных веществ.	Октябрь, декабрь, февраль, апрель и по мере необходимости	Зам. по ВР., инспектор ПДН
«Береги здоровье смолоду». Урок - дискуссия	2-4 сентября	ПДО Константинова О.Б.
Книжная выставка «Чтобы не было беды»	Октябрь - декабрь	Библиотекарь Константинова О.Б.

«Наркотики – оружие самоистребления» урок-размышление.	4-9 декабря	ПДО Константинова О.Б.
Выпуск санитарных бюллетеней на тему «Я выбираю жизнь»	Ноябрь - декабрь	Кл. руководители
«Жизнь прекрасна без наркотиков» беседа	9-11 декабря	ПДО Константинова О.Б.
«Курить – здоровью вредить» беседа-размышление	16 декабря	ПДО Константинова О.Б.
Социально - психологическое тестирование учащихся	Сентябрь-октябрь	Зам. директора по УВР Соловьёва М.А., кабинет здоровья
Просмотр и обсуждение видеоматериалов с сайта ФСКН, видеофильмов	Ноябрь-декабрь	Кл. руководители
Волейбольный турнир между сборными школы под девизом «Спорт против наркотиков»	Февраль	Организатор внеклассной спортивной работы Кузнецов М.Н.
Работа Совета по профилактике правонарушений с курящими учащимися и учащимися, склонными к употреблению алкоголя, психоактивных веществ, и их семьями	По мере необходимости	Председатель СПП Осипова Л.Г.
Индивидуальная разъяснительная работа классных руководителей и Учкома с курящими учащимися	По мере необходимости	Кл. руководители, председатель Учкома, Боброва Н.В.
Работа пресс-центра Учкома (рубрика «Мы выбираем здоровый образ жизни»)	1 раз в четверть	Председатель Учкома, зам. по ВР Боброва Н.В.
Месячник ЗОЖ	апрель	Зам. по ВР, руководители кружков, кл. руководители
Международный день здоровья. Спартакиада для учащихся школы «Я выбираю спорт!»	Апрель	Организатор внеклассной спортивной работы Кузнецов М.Н.
Первенства школы по различным видам спорта	В теч. года по плану	Организатор внеклассной спортивной работы Кузнецов М.Н.,
«Если хочешь быть здоров...» познавательно-развлекательное мероприятие к Дню здоровья	16 апреля	ПДО Константинова О.Б.
Соревнования «Безопасное колесо» (район)	Май	Учитель ОБЖ Кузнецова Н.В.
Акция «Мы выбираем здоровый образ жизни» в пришкольном лагере	Июнь	Начальник пришкольного лагеря Андреева Т.А.
Классные часы на тему «Всё имеет смысл, пока мы здоровы» и др.	По программе «Здоровый образ жизни»	Кл. руководители
Уроки ОБЖ в разделе «Здоровый образ жизни»	По тематич. плану	Учитель ОБЖ Кузнецова Н.В.
Уроки биологии по теме «Табакокурение и репродуктивная функция женщин»	По тематич. плану	Учитель биологии Матвеева В.В.

### Мероприятия кружка «О самом главном»

Мероприятия	Сроки	Классы	
Занятие-беседа «Береги здоровье смолоду».	4 сентября	5-8	
Занятие «Народная мудрость о нашем здоровье »	2 октября	5-8	
«В здоровом теле - здоровый дух»	6 ноября	5-8	
Игра – соревнование «Учись быть здоровым»	13 ноября	5-8	
Урок-размышление. «Наркотики – оружие самоистребления»	4 декабря	5-11	
Беседа-размышления «Курить – здоровью вредить»	18 декабря	5-8	
Занятие «Азбука здоровья»	22 января	5-8	
Занятие «Первая помощь при травмах»	29 января	5-8	
Конкурс «Что значит правильное питание?»	5 февраля	5-8	
Беседа – размышление «Гиподинамия – проблема века».	19 февраля	5-8	
«Вредная пятёрка и полезная десятка» - викторина о здоровом питании.	26 февраля	5-8	
«Если хочешь быть здоров...» - познавательное - развлекательное мероприятие к Дню здоровья	16 апреля	5-8	
«Скуку, простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье» познавательная викторина.	23 апреля	5-8	

### ***Ожидаемые результаты:***

- в школе будут созданы благоприятные условия для сохранения физического, психического и нравственного здоровья детей;
- будет создана база данных о состоянии здоровья детей с целью учета при включении их в разнообразные виды деятельности;
- будет воспитываться культура досуговой деятельности; развиваться интерес к физической культуре, спорту;
- учащиеся будут учиться осознавать свое отличие от других: свои слабости и свои силы; овладеют коммуникативными компетентностями.

При написании программы использованы:

- материалы научно-методического журнала Заместителя директора по воспитательной работе №3/2004г.

-материалы с курсов повышения квалификации при ТОИУУ «Современные технологии воспитания»