

**План мероприятий  
по сохранению и укреплению здоровья обучающихся  
ОГБОУ «Костинская школа-интернат для детей-сирот»**

Направления	Мероприятия
1.Совершенствование медицинской помощи учащимся	1.Медико-психолого-педагогическое сопровождение обучающихся 2. Диагностика и мониторинг состояния здоровья детей 3.Создание информационной базы состояния здоровья детей. 4. Организация проведения профилактических прививок детям и проведение противоэпидемиологических мероприятий в случае регистрации инфекционных заболеваний 5.Организация и проведение профилактических осмотров детей 6.Организация и проведение контроля выполнения санитарных правил и норм
2.Организация питания в школе	1.Составление меню 2.Анализ выполнения натуральных норм питания
3.Совершенствование системы физического воспитания школьников	1.Проведение спортивных праздников и соревнований для учащихся 1-4, 5-8,9 классов 2.Проведение физкультминуток, гимнастик в течение уроков 3. Организация динамических пауз в 1-4 классах 4. Совершенствование материально- технической базы по физической культуре
4.Совершенствование психолого – педагогического обеспечения учебно - воспитательного процесса	1. Мониторинг мотивационной готовности школьников к школьному обучению 2. Тренинги для учащихся «Как снять усталость» 3. Организация психоло- педагогического семинара – тренинга для родителей по проблемам здоровья и развития детей
5.Совершенствование учебно- воспитательного процесса	1. Корректировка календарно – тематического планирования с включением вопросов охраны здоровья школьников. 2.Контроль за проведением диагностики физического развития обучающихся. 3. Организация и проведение Недель Здоровья 4.Освоение и внедрение новых здоровьесберегающих технологий или их элементов 5. Обобщение опыта работы педагогов по здоровьесбережению воспитанников
6.Совершенствование методического обеспечения учебно- воспитательного процесса	1.Оказание методической помощи педагогам в освоении передовых здоровьесберегающих технологий 2.Проведение педагогического совета по проблемам сохранения и укрепления здоровья детей

**План противоэпидемиологических мероприятий  
по профилактике гриппа и респираторных инфекций**

№ п\п	Мероприятия
1.	Контроль за соблюдением температурного режима в классных комнатах, жилых комнатах в пришкольном интернате. Обеспечение режима проветривания
2.	Контроль проведения техническим персоналом уборки классных помещений, коридоров с применением дезинфицирующих средств

3.	Обязательное ношение марлевых повязок работниками пищеблока. Контроль за проведением обеззараживания посуды, влажной уборки помещений с использованием дезинфицирующих средств, проветриванием помещений
4.	Раннее выявление и изоляция заболевших гриппом и ОРВИ
5.	Ограничение и (или) запрещение массовых мероприятий (в периоды сезонного подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ)
6.	Контроль за соблюдением санитарно – гигиенического режима по профилактике гриппа и ОРВИ
10.	Витаминация третьих блюд

**План  
профилактических мероприятий  
по предупреждению заболеваемости обучающихся**

<b>Направления</b>	<b>Мероприятия</b>
Соблюдение требований СанПиН	1.Контроль за соблюдением требований к помещениям и оборудованию 2.Контроль за соблюдением воздушно - теплового режима 3.Контроль за соблюдением требований к естественному и искусственному освещению
Соблюдение гигиенических требований режима образовательного процесса.	1.Планомерная адаптация детей 2.Контроль за соблюдением гигиенических требований к составлению расписания. 3. Контроль за проведением занятий по физической культуре и физическим воспитанием обучающихся.
Соблюдение требований по организации питания.	1.Контроль за организацией питания учащихся в соответствии с санитарно – эпидемиологическими требованиями СанПиН 2.Контроль за прохождением медицинских осмотров работниками школы-интерната
Санитарно – просветительная работа	1.Проведение лекций, бесед, консультаций, выпуск санбюллетеней по пропаганде здорового образа жизни. 2.Проведение бесед для обслуживающего персонала по вопросам санитарного состояния учреждения. 3.Работа с родителями

**План мероприятий  
по сохранению и укреплению здоровья школьников**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Сроки</b>
	<b>1-4 классы</b>	
1.	Режим дня. Утренняя зарядка, подвижные игры, их польза для здоровья	сентябрь
2.	Культурно – гигиенические навыки	октябрь
3.	Гигиена полости рта. «Здоровые зубы - здоровью любви»	ноябрь
4.	Гигиена тела. Умывание лица, шеи, мытье ног, уход за волосами, носовой платок	декабрь
5.	Питание основа жизни. 10 заповедей правильного питания	январь
6.	Уход за обувью и одеждой	февраль
7.	Как уберечь себя и других от несчастных случаев	март
8.	Как сохранить зрение	апрель
9.	«Добрая дорога детства»- ПДД	май

<b>5-7 классы</b>		
1.	Режим дня школьника. Культурно - гигиенические навыки	сентябрь
2.	Болезни грязных рук	октябрь
3.	Гигиена питания. Питание - основа жизни	ноябрь
4.	Гигиена полости рта	декабрь
5.	«Уроки доктора Неболейки»	январь
6.	Как сохранить зрение	февраль
7.	Оказание первой медицинской помощи	март
8.	Укрепление здоровья. Подвижные игры на улице	апрель
9.	Безопасность поведения на дорогах. Как уберечь себя и других от несчастных случаев.	май
<b>8-9 классы</b>		
1.	Культурно - гигиенические навыки	сентябрь
2.	Закаливание. Значение закаливания для оздоровления организма, профилактика респираторных заболеваний.	октябрь
3.	Гигиена питания. Понятие о витаминах. 10 заповедей правильного питания	ноябрь
4.	Зимние подвижные игры и развлечения на воздухе	декабрь
5.	Гигиена полости рта	январь
6.	Оказание первой медицинской помощи	февраль
7.	Здоровье и болезнь, гуманное отношение к физическим недостаткам	март
8.	ОБЖ. Безопасное поведение на дорогах	апрель
9.	Понятие о ядовитых растениях. Предупреждение укусов насекомых и животных	май
<b>Мероприятия с родителями</b>		
1.	Возрастные особенности школьников младшего возраста: -охрана зрения; -профилактика нарушения осанки; -профилактика плоскостопия; -режим дня и рациональное питание.	
2.	Консультация «Физкультуру в каждую семью»	
3.	Выпуск санитарных бюллетеней	
4.	Недели Здоровья	
5.	Соревнования «Веселые старты»	
<b>Мероприятия с педагогическим коллективом</b>		
1.	Методический семинар «Культура здоровья как фактор формирования здоровьесберегающей среды»	январь
4.	Проведение лекций, бесед среди работников учреждения	ежемесячно
5.	Индивидуальные консультации педагогам по вопросам связанным с состоянием здоровья детей	в течение года

### Физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия

№ п\п	Мероприятия	Сроки
----------	-------------	-------

1.	Подвижные игры на свежем воздухе, прогулки	Ежедневно
2.	Проведение Дня здоровья	1 раз в месяц
3.	Легкоатлетический кросс «Золотая осень»	Сентябрь
4.	Легкоатлетическая эстафета	Май
5.	Спортивные игры	Ноябрь
6.	Соревнование по волейболу между классами	Декабрь
7.	Месячник Защитника Отечества	Февраль
8.	Соревнования по мини-футболу	Сентябрь, май
9.	Эстафета «Веселые старты»	Февраль
10.	Участие в соревнованиях по программе «Специальная олимпиада России»	в течение года