**Мероприятия по реализации социально-педагогической программы по формированию здорового образа жизни у обучающихся**

**«В здоровом теле – здоровый дух»**

**Цель:** формирование и развитие у обучающихся установок активного, здорового и безопасного образа жизни, понимание личной и общественной значимости приоритета здоровья в системе социальных и духовных ценностей российского общества, создание социокультурной мотивации быть здоровым и обеспечение организационных и инфраструктурных условий для ведения здорового образа жизни.

**Задачи** формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

* научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
* научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
* сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
* сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
* дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
* дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
* обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
* сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
* сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
* сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание работы** | **Календарная неделя** | **Ответственные** |
| **СЕНТЯБРЬ** | | | |
|  | Функционирование кружка «Крепыш». 1-4 классы. | В течение года | Инструктор по физической культуре. |
|  | Функционирование секции «Волейбол». 4-11 классы. | В течение года | Кириллов С.Ф. |
|  | Функционирование кружка «Здоровое поколение». 5-11 классы. | В течение года | Инструктор по физической культуре. |
|  | Повторное знакомство с памятками по здоровьесбережению, инструктажи по безопасности перед каникулами, повторные инструктажи в начале года и четвертей. | В течение года | Классные руководители |
|  | Родительский лекторий:  - «Общение родителей с детьми и его влияние на развитие моральных качеств ребенка»;  - «Ребенок и улица. Роль семьи в формировании личности ребенка»;  - «Подросток в мире вредных привычек».  - «Профилактика суицида среди подростков. Как избежать беды?» | В течение года | Социальный педагог |
|  | Корректирование планов воспитательной работы с учащимися в части профилактики наркомании, алкоголизма и табакокурения. | 1 | Зам. директора по ВР. Социальный педагог |
|  | Конкурс рисунков «Если хочешь быть здоров…» | 1 | Забродина Е.О. |
|  | Туристический поход. 5-11 классы. | 2 | Зам. директора по ВР |
|  | Беседа «О режиме дня». | 3 | Воспитатель интерната |
|  | Беседа «Внешний вид учащихся». | 2 | Тайченачева С.П. |
|  | Компьютерное тестирование учащихся по теме «Правила поведения и техника безопасности на уроках информатики». | 1-4 | Иванов И.В. |
|  | Беседа «О правилах гигиены». | 4 | Воспитатель интерната |
| **ОКТЯБРЬ** | | | |
|  | Классный час «Твои поступки и привычки» | 4 | Плотникова Н.П. |
|  | Просмотр фильма о вреде наркотиков. | 2 | Булгакова А.Ю. |
|  | Викторина на знание ПДД. | 2 | Воспитатель интерната |
|  | Уроки Мойдодыра «Чистота залог здоровья» | 2 | Пыхтина Н.Н. |
|  | Классный час на тему «Что имеем – не храним, потерявши – плачем». 7 класс | 3 | Тайченачева С.П. |
|  | Беседа «Профилактика травматизма на дорогах» | 3 | Шабалина С.А. |
|  | Внеклассное мероприятие «Винегрет –  шоу». | 4 | Плотникова Н.П. |
|  | Классный час «Десять правил здорового питания». | 4 | Лисовая А.С. |
|  | «Не всякий встречный - друг сердечный» (как вести себя с незнакомыми людьми) | 4 | Пыхтина Н.Н. |
|  | Инструктажи в связи с возникновением риска простудных заболеваний и гриппа. | 4 | Зам.директора по ОТ, классные руководители |
|  | Поведение дома (ситуативные задачи, тест) | 4 | Лисовая А.С. |
| **НОЯБРЬ** | | | |
|  | Беседа с учащимися 1 – 11 классов на тему: «Насилие. Не допустить беды». | В течение года | Михеев А.А. |
|  | Провести занятия для 5, 6, 7 классов «Что мы знаем о наркомании?» | 1 | Социальный педагог |
|  | Познавательно развлекательный час «Народные игры и забавы». 2- 4 классы | 2 | Кичкильдеева Т.Н. |
|  | Дискуссия «Вся правда о курении» (16 ноября - Международный день отказа от курения). | 3 | Шабалина С.А. |
|  | Урок здоровья «Мы и здоровое питание» | 3 | Филиппова А.А. |
|  | Анкетирование «Моё отношение к наркотикам». | 4 | Социальный педагог |
|  | Информационные плакаты «Жить без наркотиков». | 4 | Социальный педагог |
| **ДЕКАБРЬ** | | | |
|  | К всемирному Дню борьбы со СПИДом Конкурс рисунков «Сохрани жизнь». | 1 | Воспитатель интерната |
|  | Классный час «Умеешь ли ты сказать «НЕТ»?» | 1 | Захарова С.Б. |
|  | Беседа «Вредные привычки как безусловные (врожденные) рефлексы получения удовольствия. Зоны тактильной чувствительности» | 1 | Плотникова Н.П. |
|  | Классный час «Вода в жизни в человека» | 2 | Забродина Е.О. |
|  | Просмотр фильма «Детский алкоголизм». | 2 | Тайченачева С.П. |
|  | Проведение бесед с учащимися 7-11 классов: «Как сказать наркотикам нет». | 2-3 | Михеев А.А. |
|  | Беседа – диалог «Береги осанку» | 3 | Пыхтина Н.Н. |
|  | Классный час: «Хочу быть здоровым!» | 3 | Плотникова Н.П. |
|  | Практическое занятие «Правильный подбор одежды и обуви, правила их ношения и ухода за ними». | 3 | Лисовая А.С. |
|  | «Зимние забавы» подвижные игры на свежем воздухе. | 3 | Воспитатель интерната |
|  | Беседа «Предупреждение обморожений и травм во время зимних прогулок» | 3 | Шамарина С.А. |
|  | Классный час «Скажем «Нет» вредным привычкам». | 4 | Михеев А.А. |
|  | Выставка «Лицо наркомана со страниц газет». | 1-4 | Социальный педагог |
|  | Инструктажи в связи с резкой переменой погоды (штормовые предупреждения, морозы, гололёд). | 4 | Зам.директора по ОТ, классные руководители |
| **ЯНВАРЬ** | | | |
|  | Беседа на тему «Курение – коварная ловушка». | 3 | Тайченачева С.П. |
|  | Просмотр фильма о наркотиках. 7-8 классы | 3 | Классные руководители |
|  | Игра-путешествие «Маскарад вредных привычек». | 3 | Воспитатель интерната |
|  | Интеллектуальная игра «Поле чудес» на тему: «В путь дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся». | 3 | Пыхтина Н.Н. |
|  | Внеклассное мероприятие «Азбука здоровья». | 4 | Филиппова А.А. |
| **ФЕВРАЛЬ** | | | |
|  | Профилактические беседы о вреде табакокурения и алкоголизма с учащимися 7-11 классов. | 1-2 | Михеев А.А. |
|  | Профилактика краж | 1 | Плотникова Н.П. |
|  | Спортивное мероприятие, посвященное Дню защитника Отечества. | 1 | Булгакова А.Ю. |
|  | Конкурс презентаций «Наше здоровье – в наших руках». | 2 | Филиппова А.А. |
|  | Проведение бесед с учащимися 8-11 классов на тему «Неформальные молодежные объединения, секты и субкультуры: шаг в пропасть» с демонстрацией видеофильма. | 3-4 | Михеев А.А. |
|  | Конкурсная программа «Мой веселый звонкий мяч». | 3 | Лисовая А.С. |
| **МАРТ** | | | |
|  | «Мисс спортивная королева»- конкурсная программа. | 1 | Воспитатель интерната |
|  | Классный час «Имя беды – наркомания». | 3 | Тайченачева С.П. |
|  | Профилактические беседы с учащимися 7, 8, 9 классов на тему: «Ответственность за уголовные и административные правонарушения». | 3-4 | Михеев А.А. |
|  | Классный час по теме «Опасные и безопасные ситуации». | 2 | Плотникова Н.П. |
| **АПРЕЛЬ** | | | |
|  | Час общения «Мир без наркотиков». | 3 | Захарова С.Б. |
|  | Проведения анкетирования «Вредные привычки». | 3 | Тайченачева С.П. |
|  | Внеклассное мероприятие «Секреты здоровья» |  |  |
|  | Эстафета «Вредным привычкам – нет, здоровому образу жизни – да!». | 3 | Булгакова А.Ю. |
|  | Классный час «Пора ужинать» | 3 | Лисовая А.С. |
|  | Викторина «Наши друзья витамины». | 3 | Филиппова А.А. |
|  | Спортивный час «Олимпийцы среди нас». | 4 | Пыхтина Н.Н. |
| **МАЙ** | | | |
|  | Эстафета «Вместе дружная семья». | 1 | Воспитатель интерната |
|  | Внеклассное мероприятие «Здоровье- главная ценность человека». | 2 | Плотникова Н.П. |
|  | Весёлые старты «Быстрые, ловкие, умелые» | 2 | Забродина Е.О. |
|  | Классный час «Наркотики. Страх. Смерть». | 2 | Шабалина С.А. |
|  | Конкурс рисунков «Мы за ЗОЖ». | 2 | Тайченачева С.П. |
|  | Фотовыставка «Здоровым быть модно». | 3 | Захарова С.Б. |
|  | Классный час «Прежде чем сделать - подумай!» | 3 | Плотникова Н.П. |
|  | Краевой конкурс детского творчества по правилам безопасного поведения на железнодорожном транспорте. Дошкольные группы, 1-10 классы. | 1-4 | Зам.директора по ВР |
|  | Районный конкурс «ПДД». 1-11 классы. | 2-4 | Зам.директора по ВР |
| **ИЮНЬ** | | | |
| 1 | Подведение итогов работы кружков и секции. | 1 | Зам.директора по ВР, инструктор по физической культуре. |
| 2 | Подведение итогов работы по реализации программы «В здоровом теле – здоровый дух». | 1 | Зам.директора ОТ, ВР. |