**МБОУ «Намская начальная общеобразовательная школа имени И.Д. Винокурова- Чагылган МО «Намский улус» РС(Я)»**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Слепцова Н.Г.

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2018г.

**План работы**

**по гигиеническому обучению и воспитанию учащихся**

**на 2018-2019 уч.год**

**План работы по гигиеническому обучению и воспитанию учащихся**

**Цель:**

Формирование благоприятных тенденций в состоянии здоровья подрастающего поколения и уменьшения воздействия на него различных социальных факторов.

**Задачи:**

1.Повысить качество и эффективность гигиенического обучения и воспитания учащихся, проводимого в школе, опираться на индивидуальные методы профилактической работы.

2.Приоритетными направлениями в гигиеническом обучении и воспитанию учащихся, проводимыми в школе считать:

- Пропаганду здорового образа жизни (ЗОЖ);

- Воспитание у учащихся негативного отношения к вредным факторам, влияющим на здоровье.

Гигиеническое обучение и воспитание школьников, привитие им норм и навыков здорового образа жизни должно носить комплексный и непрерывный характер, побуждать их к активным и сознательным действиям в настоящем и будущем, направленным на:

- Улучшение собственного физического и психического состояния;

- Отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;

- Сознательное участие в охране здоровья и в формировании среды, способствующей здоровью, особенно условий труда и быта;

- Адекватное поведение в случае болезни, особенно хронической, направленной на оздоровление.

Осуществлять гигиеническое обучение и воспитание школьников, формирование норм здорового образа жизни следующим **приоритетным направлениям:**

**-** Здоровье и здоровый образ жизни;

- Режим дня, учебы, отдыха;

- Основы рационального питания;

- Значение физической культуры и закаливания для сохранения здоровья;

- Личная гигиена;

- Предупреждение инфекционных заболеваний;

- Общественная гигиена и охрана окружающей среды;

- Гигиенические вопросы трудового обучения;

- Предупреждение травм и оказание первой медицинской помощи;

- Гигиенические аспекты полового воспитания;

- Пагубное влияние алкоголя, никотина, наркотиков на здоровье детей и подростков.

1. **Организационные мероприятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1 | Разработка плана работы | Сентябрь | Замдир по ВР, инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 2 | Разработать план работы мероприятий по проведению объявленных месячников | В течении года | Замдир по ВР, инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 3 | Вести учет выполненных мероприятий по гигиеническому обучению и воспитанию учащихся в школе | 1 раз в месяц | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 4 | Предоставить отчет о проделанной работе в конце учебного года в кабинет медицинской профилактики ГБУ «НЦРБ» | Май | Инструктор по гигиеническому воспитанию |

1. **План работы по гигиеническому**

**обучению и воспитанию учащихся**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | | | **Сроки** | | | **Ответственные** |
| ЛЕЧЕБНО ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ | | | | | | | |
| 1 | Углубленный осмотр учащихся 1-4 классов | | По плану поликлиники | | | Узкие специалисты | |
| 2 | Профосмотр детей всей школы с антропометрией и оценкой физического развития, групп здоровья и физкультурных групп | | В течение года | | | Совместно с педиатром | |
| 3 | Довести до сведения педагогов и родителей результаты углубленного осмотра | | В течение года | | | Инструктор по гигиеническому воспитанию | |
| 4 | Учет детей диспансерной группы | | В течение года | | | Инструктор по гигиеническому воспитанию | |
| 5 | Санация полости рта | | По плану поликлиники | | | Совместно с педиатром | |
| 6 | Обследование не гельминты | | По плану поликлиники | | | Совместно с педиатром | |
| 7 | Осмотры учащихся после каникул на педикулез и чесотку | | Сентябрь, ноябрь, январь, апрель | | | Инструктор по гигиеническому воспитанию | |
| 8 | Осмотр учащихся перед соревнованиями, туристическими походами | | В течение года | | | Совместно с педиатром | |
| 9 | Составление плана профилактических прививок на год | | Сентябрь, декабрь | | | Совместно с педиатром | |
| 10 | Осмотр детей перед проф.прививками, термометрия | | Постоянно в течение года | | | Инструктор по гигиеническому воспитанию | |
| САНИТАРНО ГИГИЕНИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ | | | | | | | |
| 1 | Распределение учащихся на физк. группы | Сентябрь и в течение года | | | Совместно с педиатром | | |
| 2 | Контроль за подбором мебели, освещением, рассаживанием детей с учетом физического развития и остроты зрения | В течение года | | | Инструктор по гигиеническому воспитанию, педагоги | | |
| 3 | Контроль за проведением физкультурных пауз на уроках, длительности перемен, продолжительности уроков | В течение года | | | Инструктор по гигиеническому воспитанию | | |
| 4 | Контроль за организацией питания детей | В течение года | | | Инструктор по гигиеническому воспитанию | | |
| 5 | Контроль за санитарным состоянием школы | В течение года | | | Инструктор по гигиеническому воспитанию | | |
| ПРОТИВОЭПИДЕМИЧЕСКАЯ РАБОТА | | | | | | | |
| 1 | При возникновении инфекционных заболеваний, введение карантинных мероприятий, наблюдение за контактными, введение листа наблюдения с осмотром врача 1 раз в неделю | В течение года | | | Инструктор по гигиеническому воспитанию, педиатр | | |
| 2 | Учет и анализ инфекционной заболеваемости в школе | Постоянно | | | Инструктор по гигиеническому воспитанию | | |
| 3 | Противотуберкулезная работа | Постановка РМ планово и на БЦЖ детей диспансерной группы 2 раза в год | | | Совместно с педиатром | | |

УРОКИ ЗДОРОВЬЯ И ПРАКТИЧЕСКОЙ ГИГИЕНЫ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 КЛАСС** | | | | |
| 1 | Правильная осанка при письме и чтении (в школе и дома) | | Сентябрь | инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 2 | Правила уличного движения | | Сентябрь | Классные руководители |
| 3 | Как уберечь себя и других от несчастных случаев | | Сентябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 4 | Гигиена сна. Режим дня | | Октябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 5 | Мытье рук, стрижка ногтей. Гигиенические навыки. Особенности санитара класса | | Октябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 6 | Гигиена тела. Умывание лица и шеи, мытье ног, уход за волосами, носовой платок | | Ноябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 7 | Гигиена полости рта | | Ноябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 8 | Питание – основа жизни, 10 заповедей правильного питания | | Декабрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 9 | Рост и развитие человека | | Декабрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 10 | Здоровье и болезнь, гуманное отношение к физическим недостаткам | | Январь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 11 | Болезни грязных рук | | Февраль | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 12 | Уход за обувью и одеждой | | Март | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 13 | Утренняя зарядка, подвижные игры, их польза для здоровья | | Апрель | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 14 | Закаливание, правила купания | | Май | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| **2 КЛАСС** | | | | |
| 1 | Правильная осанка при письме и чтении  (в школе и дома) | | Сентябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 2 | Режим дня ученика 2 класса. Гигиенические навыки, связанные со сном | | Сентябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 3 | Как сохранить хорошее зрение | | Октябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 4 | Безопасность поведения на дорогах. Как уберечь себя и других от несчастных случаев | | Ноябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 5 | Гигиена питания. Питание – основа жизни. | | Ноябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 6 | Гигиена полости рта. | | Декабрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 7 | Здоровье и болезнь, гуманное отношение к физическим недостаткам | | Январь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 8 | Пагубное влияние алкоголя, никотина, наркотиков. | | Февраль | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 9 | Гигиена внешней среды. Уборка и проветривание класса | | Март | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 10 | Укрепление здоровья. Подвижные игры на улице | | Апрель | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 11 | Закаливание. Правила купания | | Май | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| **3 – 4 КЛАССЫ** | | | | |
| 1 | Режим школьника, утренняя гимнастика | | Сентябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 2 | Утренняя гимнастика | | Сентябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 3 | Наше здоровье в наших руках | | Октябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 4 | Как одеваться в разное время года | | Октябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 5 | Личная гигиена девочек | | Октябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 6 | Личная гигиена мальчиков | | Октябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 7 | Гигиена питания. Понятия о витаминах. | | Октябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 8 | Зимние подвижные игры и развлечения на воздухе в зимнее время | | Ноябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 9 | О микробах, вызывающих болезни. | | Ноябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 10 | Гигиена полости рта. | | Декабрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 11 | Рост и развитие человека | | Декабрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 12 | Как уберечься от заражения глистами | | Январь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 13 | Пагубное влияние алкоголя, никотина, наркотиков. | | Февраль | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 14 | Гигиена внешней среды. Уборка и проветривание класса | | Март | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 15 | Профилактика инфекционных заболеваний | | Апрель | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 16 | Здоровье и болезнь, гуманное отношение к физическим недостаткам | | Май | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| **Стенгазеты для родителей и учащихся** | | | | |
| **№** | | **Темы** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1 | | Диагностика туберкулеза. Манту. Профилактические прививки. | Сентябрь | инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 2 | | Профилактика инфекционных заболеваний | Октябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 3 | | Режим дня школьника | Октябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 4 | | Педикулез | Ноябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 4 | | Правильное питание | Декабрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 5 | | Предупреждение заболеваний, передающихся от домашних животных | Январь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 6 | | Первая помощь при различных видах травм | Февраль | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 7 | | Нарушение осанки | Март | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 8 | | Гигиена младшего школьника | Апрель | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| 9 | | Закаливание детей | Май | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| **Работа с обслуживающим персоналом** | | | | |
|  | | Провести профилактические занятия:  1.Профилактика кишечной инфекции  2.Профилактика гриппа и ОРЗ | Сентябрь  Октябрь | Инструктор по гигиеническому воспитанию |
| **Работа с учителями** | | | | |
|  | | Всех обуч по санпину  Медосмотр работников | Сентябрь  Май | Инструктор по гигиеническому воспитанию |