**Справка по формированию у подростков навыков здорового образа жизни, рационального питания, профилактики ВИЧ, наркомании**

**в СОПШЭН №36**

В 2022-2023 учебном году в школе разработан и утвержден план работы по формированию у подростков навыков здорового образа жизни, рационального питания, профилактики ВИЧ, наркомании. Школа входит в члены Европейской сети ШСУЗ - школы, способствующие укреплению здоровья.

В целях реализации постановления правительства № 905 «**Здоровый образ жизни»** 2022-2023 учебном году были запланированы месячники и декадники по ЗОЖ:

**сентябрь** – Декадник по профилактике дорожно-транспортного травматизма, Национальный День семьи, декадник по профилактике заболевания сердца, Всемирный День сердца, широкомасштабная акция «Фестиваль здоровья»,

**октябрь** – месячник по профилактике респираторных вирусных инфекций, гриппа и пневмококковой инфекции, Всемирный День психического здоровья, Всемирный День осведомленности о раке молочной железы, декадник по охране здоровья женщин, Национальный день отказа от употребления алкоголя, декадник по профилактике алкоголизма, Всемирный День инсульта,

**ноябрь** – месячник по профилактике ВИЧ/СПИДа, декадник профилактики курения, Всемирный День борьбы с сахарным диабетом, Международный День отказа от курения,

**декабрь, январь** – акция, посвященная Всемирному дню борьбы с ВИЧ/СПИД, месячник по профилактике ОРВИ и гриппа, пропаганда нетрадиционных методов оздоровления.

С 2.09 по 10.09 прошел декадник по профилактике дорожно-транспортного травматизма, охват 1543 чел., 100%

Координатором ЗОЖ Джавадовой М.Б. были разработаны и розданы памятки по профилактике ДТП. 6.09.22 г. во всех классах прошли классные часы «Профилактика дорожно-транспортного травматизма», охват 1543 чел., 100%. Учащиеся начальной школы приняли участие в конкурсе рисунков по теме «Радуга безопасности», охват 770 чел., 100%.

 В рамках национального дня семьи в школе был разработан план и проведено ряд мероприятий по данной тематике. 8 сентября проведён классный час «Семья – главная ценность человека», охват 1543 чел., 100%.

С 19 сентября по 27 сентября 2022 года проводился декадник по профилактике заболеваний сердца, посвящённый Всемирному дню сердца (27 сентября). Целью декадника является проведение профилактических мероприятий по предупреждению сердечно-сосудистых заболеваний. В рамках декадника были проведены тематические классные часы «Профилактика ССЗ». В беседе с классными руководителями ребята узнали, что укреплять свое сердце можно физическими нагрузками, частым пребыванием на свежем воздухе, регулярными осмотрами у врачей и рациональным питанием. Учащиеся начальных классов приняли активное участие в конкурсе рисунков «Радость вам сама потянет руки, если сердце светлое у вас». Учащимися 5-6 классов изготовлены символы акции – красные сердца из бумаги, материала. Учащиеся 7-8 классов приняли участие в выпуске информационных листовок «Берегите сердце», которые были распространены среди учащихся школы, родных и знакомых учащихся. 22-23 сентября состоялись родительские собрания, на которых рассматривались вопросы профилактики дорожно-транспортного травматизма, профилактики заболеваний сердца. Среди педагогов прошёл диспут на тему: «Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний».

С 26 сентября по 25 октября 2022 года проводился месячник по профилактике респираторных вирусных инфекций, гриппа и пневмококковой инфекции**,** охват 1543 чел., 100%.

Цель проведения месячника: информированность учащихся о мерах профилактики респираторных вирусных инфекций, гриппа и пневмококковой инфекции, о необходимости своевременного обращения за медицинской помощью для предупреждения осложнений.

В рамках месячника проведены следующие мероприятия: классные часы «Профилактика респираторных вирусных инфекций, гриппа и пневмококковой инфекции» среди учащихся 1-11 классов в форме лекций, семинаров, конференций, круглых столов, диспутов, викторин, устных журналов, приняли участие 950 человек, 61%.

Среди учащихся 7-ых классов проведена викторина «Виды закаливающих процедур для укрепления здоровья», приняли участие 34 человека, участвовали представители с каждого класса.

10 октября 2022 года проводился Всемирный день психического здоровья, цель которого: сохранение и укрепление психического здоровья учащихся, в том числе профилактика суицида среди несовершеннолетних.

В рамках проведения Всемирного дня психического здоровья психологами школы Фирсовой Т.С. и Постоялко М.Н. проведены следующие мероприятия: Показ слайдов прекрасных мгновений из школьной жизни учащихся «Лица школы СОПШЭН № 36», тренинги снятия напряжения и стресса, онлайн классные часы на тему «Путешествие в жизнь», психологическая поддержка 11- классников в период подготовки к ЕНТ, «Забор пожеланий» - беседы о ценностях жизни, работа с родителями о привитии положительных установок на жизнь, акция «Самый позитивный человек». В результате проведённых мероприятий ребята смогли обучиться навыкам сохранения и укрепления своего психического здоровья.

С 11 по 21 октября 2022 года проводился декадник по охране здоровья женщин в рамках Всемирного дня осведомлённости о раке молочной железы. Цель которого: охрана репродуктивного здоровья, профилактика поведенческих факторов риска: рациональное питание, отказ от табакокурения, употребления алкоголя, профилактика ожирения, выработка стрессоустойчивости.

В рамках декадника проведены следующие мероприятия: Информационные часы «Профилактика поведенческих факторов риска: рациональное питание, отказ от табакокурения, употребления алкоголя, профилактика ожирения, выработка стрессоустойчивости» среди учащихся 8-9 классов приняло участи 155 человек. Медработником школы проведён круглый стол «Нравственность и будущее» по охране репродуктивного здоровья девушек, среди учащихся 10-11 классов, приняли участие 30 человек.

С 17 октября по 25 октября 2022 г***.*** проводился декадник по профилактике алкоголизма, посвящённый Национальному дню отказа от употребления алкоголя. Цель декадника: информирование подростков о негативном воздействии алкоголя на организм, профилактика алкоголизма, пропаганда ЗОЖ. В рамках декадника проведены следующие мероприятия: викторина «Мы за ЗОЖ», среди учащихся 1-4 классов, приняли участие 540 человек, 35%; тематические классные часы «Алкоголизм и его последствия», среди учащихся 5-11 классов, приняли участие 700 человек, 45%; организован показ видеороликов «Здоровый образ жизни - это модно» по профилактике поведенческих факторов риска, охват 1543 чел., 100%.

28 октября 2022 года проводилсяВсемирный день борьбы с инсультом**.** Цель проведения: информированность учащихся о своевременном выявлении болезней системы кровообращения и мерах профилактики острого нарушения мозгового кровообращения.

В рамках Всемирного дня борьбы с инсультом проведены следующие мероприятия: среди учащихся 5-11 классов проведены беседы «Признаки и профилактика инсульта» с освещением вопросов профилактики поведенческих и биологических факторов риска, в частности нормализация повышенного артериального давления, уровня глюкозы и липидов в крови, а также снижение избыточной массы тела и ожирения, приняли участие 650 человек, 42%.

Проведены спортивные состязания, способствующие укреплению здоровья, физической активности и антипропаганде потребления табачных изделий, алкоголя, приняли участие 33 человека. В фойе школы координатором ЗОЖ организован показ видеороликов по профилактике острого нарушения мозгового кровообращения, поведенческих факторов риска, популяризации здорового образа жизни.
 С 8 ноября по 10 декабря 2022 года в СОПШЭН № 36 прошёл месячник, приуроченный к Всемирному Дню борьбы со СПИД (1 декабря).
Цель проводимых мероприятий:Повысить уровень информированности подростков по вопросам возникновения и профилактики ВИЧ-инфекции, о наличии и искоренении дискриминации больных в обществе, о важности своевременного выявления заболевания и обращения за медицинской помощью, о солидарной ответственности за свое здоровье и здоровье близких, формирование ответственного поведения. В рамках месячника профилактики ВИЧ/СПИДа в школьной библиотеке была оформлена выставка книжной продукции по данной теме. 8 ноября среди учащихся 5-6 классов прошёл конкурс рисунков «Мы против СПИДа».

25.11.22 г. среди учащихся 5-7 классов проведена игра-обсуждение «Профилактика ВИЧ/СПИДА», среди 8-11 классов деловая игра «Сделай свой выбор», охват 28 чел., по 2 чел. от класса.
В приобщении к здоровому образу жизни школьного контингента большое значение имеет совместная работа со специалистами медицинских учреждений. Так, за 1 полугодие 2022-2023 учебный год организованы регулярные встречи с врачами ПОЦФЗОЖ.

В школе ежегодно проводится мониторинговая работа по определению уровня информированности школьного контингента в вопросах здорового образа жизни. Все классы с 1 по 11 получают информацию, памятки, советы по ЗОЖ от классных руководителей, школьной медсестры, представителей ПОЦФЗОЖ, но наряду с этим в школе имеют место употребление вейпов. Администрация ведет активную работу по профилактике ЗОЖ не только среди детей, но и родительской общественностью. Надо отметить классы, которые слабо информированы по вопросам ЗОЖ: 5 «А» класс, классный руководитель Шамшиденова К.К., 6 «Г» класс, классный руководитель Мырзагожа М.М., 7 «А» класс, классный руководитель Колот Р.В., 7 «Г» класс, классный руководитель Камитова С.К., 8 «А» класс, классный руководитель Каллаи С.В., 8 «Д» класс, классный руководитель Кошер А.К., 9 «Г» класс, классный руководитель Мартынович Д.М., 10 «А» класс, классный руководитель Абикенова А.К.

 Вопросы ЗОЖ рассматриваются на совещаниях при руководителе, МО классных руководителей, а также на родительских собраниях. Сформирован накопительный материал по всем декадникам и месячникам.

**Рекомендации и выводы:**

1. Обратить внимание на сезонные заболевания школьников.
2. Активизировать работу по ЗОЖ через лекции, беседы, викторины, участие в мероприятиях в 5 «А», 6 «Г», 7 «А», 7 «Г», 8 «А», 8 «Д», 9 «Г», 10 «А» классах.
3. Проводить на воздухе мероприятия для оздоровления.
4. Медико-социальные условия пребывания обучающихся (организация питания и медицинского обслуживания обучающихся) и режим обучения соответствует требованиям СанПиН.

Справку составила

заместитель руководителя по воспитательной работе Русакова З.М.