



ОТКРЫТОЕ АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО
«РОССИЙСКИЕ ЖЕЛЕЗНЫЕ ДОРОГИ»

ЧАСТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЛИЦЕЙ № 36 ОАО «РЖД»



Утверждено
Директор Лицея № 36 ОАО «РЖД»
О.С. Штепина
«11» января 2021 г.

План мероприятий по реализации Концепции здорового образа жизни
в Лицее № 36 ОАО «РЖД» на 2021 год

№	Мероприятие	Сроки	Ответственные
Раздел 1-2. Профилактика вредных привычек «Мы за здоровый образ жизни»			
1.	Обновление информационного стенда «Наркопост»	В течение года	СП
2.	Приглашение инспектора ОП №1 МУ МВД РФ на ст. Иркутск - Пассажирский для проведения профилактических бесед, лекций (8, 9 классы)	В течение года	СП, КР
3.	Лекция об ответственности за употребление алкоголя, наркотиков для обучающихся (9-11 классы)	Январь	Инспектор ОП №1 МУ МВД РФ, ПО
4.	Родительские собрания: «Наркотические средства, психотропные вещества: медицинские, социальные, правовые аспекты их хранения, употребления и распространения», «Никотиносодержащая продукция и кальяны; изменения в законодательстве; снюсы и опасность их употребления» (9 классы)	Февраль	Инспектор ОДН ЛО МВД РФ на ст. Иркутск-пассажирский.
5.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска» «Профилактика вредных привычек»	Март	Социальный педагог
6.	Беседа «Профилактика вредных привычек у подростков: курение, алкоголь, наркотики» (9 классы)	Март	Социальный педагог
7.	Спортивное мероприятие, посвященное Международному дню борьбы с наркоманией и наркобизнесом в рамках уроков физической культуры (9-11 классы)	Март	Учителя физической культуры
8.	Проведение родительских собраний «Роль семьи в формировании основ здорового образа жизни» (1-4 классы)	Апрель	КР, медработник
9.	Тематические классные часы: « Движение - это жизнь!» (1-2 классы)	Апрель	Классные руководители
10.	Тематические классные часы: «Вредные привычки» (3-4 классы)	Май	Классные руководители
11.	Беседа с обучающимися «Вредные привычки.	Апрель	Социальный

	Как противостоять им» (5-6 классы)		педагог
12.	Беседа «Профилактика вредных привычек у подростков: курение, алкоголь, наркотики» (7-8 классы)	Май	Социальный педагог
13.	Социально-психологическое тестирование, направленное на раннее выявление немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ	Сентябрь, октябрь	Психолог, социальный педагог
14.	Единый классный час «Здоровье – это модно» (1-11 классы)	Сентябрь	Классные руководители
15.	Проведение родительских собраний по профилактике табакокурения, алкоголя и употребления наркотиков (5-11 классы)	Ноябрь	Кураторы, КР, медработник
16.	Месячник профилактики табакокурения «Будущее страны за здоровой молодежью»		
	Иллюстративная выставка книг и газет по пропаганде ЗОЖ в библиотеке лицея	Ноябрь	Библиотекарь
	Подготовка, демонстрация информации для плазменных экранов «О вреде табакокурения», «Профилактика вредных привычек»	Ноябрь	Инженер ИКТ
	Библиотечный час «Наш выбор – здоровье и жизнь» (5 класс)	Ноябрь	Библиотекарь
	Антитабачный квест «Нет табаку!» (6 классы)	Ноябрь	СП, КР, самоуправление
	Профилактическая беседа «Безвредного табака не бывает» (7 классы)	Ноябрь	Медработник
	Беседы по ЗОЖ для обучающихся начальных классов (3. 4 классы)	Ноябрь	КР, медработник
	Акция «Дети детям». Профилактические перемены «Вредным привычкам скажем «Нет!» для 6 классов (11 класс)	Ноябрь	КР, куратор
	Акция «Дети детям». Профилактические перемены «Мы за здоровый образ жизни» для 5 классов (10 класс)	Ноябрь	КР, куратор
17.	Приглашение инспектора ОП №1 МУ МВД РФ на ст. Иркутск - Пассажирский для проведения профилактических бесед, лекций к Международному дню отказа от курения (8, 9 классы)	Третий четверг ноября	СП, КР
18.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска» «Профилактика вредных привычек»	Декабрь	Социальный педагог
19.	Спортивное мероприятие, посвященное Международному Дню борьбы с пьянством в рамках уроков физической культуры (7, 8 классы)	Май	Учителя физ. культуры
20.	День здоровья, посвященное Всероссийскому Дню трезвости и борьбы с алкоголизмом.	Сентябрь	Учителя физ. культуры
21.	Спортивное мероприятие, посвященное пропаганде здорового образа жизни, в рамках уроков физической культуры (9 классы)	Октябрь	Учителя физ. культуры
22.	Беседы с обучающимися «Твое здоровье в твоих	Октябрь	Социальный

	руках» (8-9 классы)		педагог
23.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска» «Профилактика вредных привычек»	Декабрь	Социальный педагог
Раздел 3. Здоровое питание и питьевой режим			
1.	Разработка на сайте Лицея вкладки «Основы здорового образа жизни»	Март	Чичулина Е.С. Федеров К.С.
2.	Конкурс рисунков среди 8-х классов по теме основы здорового образа жизни в рамках урока ОБЖ	Март	Чичулина Е.С. преподаватель-организатор ОБЖ
3.	Внедрение системы безопасности пищевой продукции, основанной на принципах ХАССП	Март	Заведующая столовой, зам. директора по ХР
Раздел 4. Сохранение психологического здоровья и благополучия			
1.	Проведение тренинга для педагогов лицея по профилактике профвыгорания «Профилактика синдрома профессионального выгорания, или как жить полной жизнью и не «сгореть» на работе»	Март	Селивёрстова М.В. Шевцова Е.В.
2.	Проведение семинара для классных руководителей 5-11 классов «Психолого-педагогические приемы формирования классного коллектива»	Март-апрель	Селивёрстова М.В. Шевцова Е.В.
Раздел 5. Повышение физической активности			
1.	Спортивные праздники посвященные «Дню защитника Отечества (7-10 классы)	Февраль	Учителя физ. культуры
2.	Спортивные праздники посвященные «Дню защитника Отечества» (1-3 классы)	Февраль	Учителя физ. культуры
3.	Конкурс песни и строя, посвященный Дню защитника Отечества	Февраль	Учителя физ. культуры
4.	Спартакиада детей железнодорожников (4-6 классы)	Март	Учителя физ. культуры
5.	Первенство лицея по волейболу (7-11 классы)	Апрель	Учителя физ. культуры
6.	Спортивное мероприятие, посвященное Международному Дню здоровья в рамках уроков физической культуры (7 классы)	Апрель	Учителя физ. культуры
7.	Спортивные соревнования «Мы - спортивная семья» (4-5 классы)	Май	Учителя физ. культуры
8.	Благотворительный забег в честь Дня железнодорожника (7-11 классы)	Август	Учителя физ. культуры
9.	День здоровья (1-11 классы)	Сентябрь	Учителя физ. культуры
10.	Школьный этап по физической культуре (5-11 классы)	Октябрь	Учителя физ. культуры
11.	Сдача норм ГТО (11 классы)	Сентябрь-декабрь	Учителя физ. культуры
12.	Первенство лицея по баскетболу (6-11 классы)	Ноябрь-декабрь	Учителя физ. культуры
Раздел 6. Профилактическая медицина			
1.	Проведение лекции для технического персонала по теме «Оказание первой помощи	Февраль	Чичулина Е.С. Лебедева И.В.

	пострадавшим» и «Правила соблюдения личной и общественной гигиены»		
2.	Профилактическая беседа о вреде курения для работников лица	Март	Кадесникова Т.А.
3.	Профилактическое консультирование работников о ведении здорового образа жизни	В течение года	Кадесникова Т.А.
Раздел 7. Офисная и производственная среда			
1.	Оснащение мест пребывания рециркуляторами	В течение года	Чугунова Н.Ф.
2.	Индивидуальное освещение рабочих мест в компьютерных классах	Февраль	Чугунова Н.Ф.
3.	Установка дополнительных светильников в классах (кабинет труда, музыки)	Февраль	Чугунова Н.Ф.
4.	Проведение водоснабжения для санитарной обработки рук	Февраль	Чугунова Н.Ф.
Раздел 8. Просвещение, продвижение и корпоративная культура здорового образа жизни			
1.	Размещение информации о ведении здорового образа жизни «Уголок здоровья» на стенде ППО	Март	Карасёва С.А.
2.	Подготовка материалов для тематической рассылки о здоровом образе жизни	Март	Карасёва С.А.
Раздел 9. Мотивация здорового образа жизни			
1.	Материальная мотивация: физкультурно-оздоровительные мероприятия из расчета до 650 рублей на работника	В течение года	Абакумова Н.А.
2.	Нематериальная мотивация: на базе учреждения организация и проведение «Группы здоровья»	Март	Абакумова Н.А.