

Приложение №1  
УТВЕРЖДЕНО  
Директор ГБОУ СОШ №156  
\_\_\_\_\_ А.Е.Белик  
Приказ № 190 от 29.08.2025г.

**План работы службы здоровья  
ГБОУ СОШ №156 Калининского района Санкт-Петербурга  
на 2025-2026 учебный год**

| <b>1. Оздоровительно-профилактическая работа</b> |                                                                                                                                                        |               |                        |                                               |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------------------------|-----------------------------------------------|
| <b>№</b>                                         | <b>Мероприятие</b>                                                                                                                                     | <b>Классы</b> | <b>Сроки</b>           | <b>Ответственные</b>                          |
| 1.1.                                             | Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований на уроках, профилактики близорукости и сколиоза, режима проветривания кабинетов на переменах | 1-11 классы   | В течение года         | Учителя-предметники, специалисты СЗ           |
| 1.2.                                             | Контроль соблюдения режима дня учащимися                                                                                                               | 1-11 классы   | В течение года         | Классные руководители                         |
| 1.3.                                             | Обучение школьников эффективным поведенческим стратегиям: умению решать жизненные проблемы, эффективно общаться, владеть своими эмоциями и т. д.       | 1-11 классы   | По плану               | Классные руководители, педагог-психолог школы |
| 1.3.1.                                           | Диагностика адаптации, мотивации первоклассников к учебному процессу.                                                                                  | 1 классы      | сентябрь-октябрь 2025г | педагог-психолог школы                        |
| 1.3.2.                                           | Диагностика адаптации, мотивации пятиклассников при переходе из начальной школы в среднюю школу.                                                       | 5 классы      | сентябрь-октябрь 2025г | педагог-психолог школы                        |
| 1.4.                                             | Оказание социальной поддержки подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации                                                                     | 1-11 классы   | В течение года         | Классные руководители, социальный педагог     |
| 1.5.                                             | Проведение классных часов по правилам дорожного движения                                                                                               | 1-11 классы   | В течение года         | Классные руководители                         |
| 1.5.1.                                           | -Участие в проведении городской акции «Внимание – дети»;                                                                                               | 1-11 классы   | 01.09.2025-06.09.2025  | Классные руководители, социальный педагог     |

|        |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                       |                       |                                                                  |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------|
|        | -Участие в проведении мероприятий по профилактике детского, дорожно-транспортного травматизма                                                                                                                                                                       |                                       |                       |                                                                  |
| 1.5.2. | Участие в проведении декады противодействия идеологии терроризма и экстремизма:<br>- мероприятия, направленные на отработку знаний и правил личной и общественной безопасности при возникновении террористической угрозы и при обнаружении подозрительных предметов | 1-11 классы                           | 03.09.2025-13.09.2025 | Воспитательная служба, классные руководители, социальный педагог |
| 1.6.   | Диагностика суицидальных наклонностей у школьников 5-11 классов                                                                                                                                                                                                     | 5-11 классы                           | ноябрь-апрель 2026г   | педагог-психолог школы, социальный педагог                       |
| 1.7.   | Организация работы по пропаганде здорового образа жизни среди учащихся (лекции, беседы, вечера)                                                                                                                                                                     | 1-11 классы                           | По плану              | Учителя-предметники, специалисты СЗ                              |
| 1.7.1. | Неделя здоровья в начальной школе «Наше здоровье в наших руках»                                                                                                                                                                                                     | 1-4 классы                            | В течение года        | Классные руководители                                            |
| 1.7.2. | Конкурс рисунков «Мама, папа, я – спортивная семья!»                                                                                                                                                                                                                | 1-4 классы                            | В течение года        | Классные руководители                                            |
| 1.7.3. | Лекция (беседа) для учащихся 7-9 классов по профилактике суицида                                                                                                                                                                                                    | 7-9 классы (инд. и групповые занятия) | В течение года        | педагог-психолог школы                                           |
| 1.7.4. | Интерактивная игра «Здоровое питание-путь к отличным знаниям!»                                                                                                                                                                                                      | 1-4 классы                            | По плану              | Классные руководители, специалисты СЗ                            |
| 1.7.5. | Лекция (беседа) для учащихся 7-9 классов по профилактике насилия в семье                                                                                                                                                                                            | 7-9 классы (инд. и групповые занятия) | В течение года        | педагог-психолог школы                                           |
| 1.7.6. | Лекция «Секреты здорового питания»                                                                                                                                                                                                                                  | 5-8 классы                            | По плану              | Классные руководители, специалисты СЗ                            |

|         |                                                                                                                                                                                                             |                          |                                        |                                           |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------|
| 1.7.7.  | Круглый стол «Здоровое питание-полезная привычка»,                                                                                                                                                          | 9-11 классы              | По плану                               | Классные руководители, специалисты СЗ     |
| 1.7.8.  | Беседа «Грипп. Коронавирус. Что надо знать?»                                                                                                                                                                | 1-11 классы              | сентябрь-октябрь                       | Классные руководители                     |
| 1.7.9.  | Беседа «Профилактика ОРВИ»                                                                                                                                                                                  | 1-11 классы              | Октябрь                                | Классные руководители                     |
| 1.7.10. | Участие в проведении Всероссийского урока безопасности обучающихся в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»                                                                                     | 1-11 классы              | 24.10.2025                             | Классные руководители, социальный педагог |
| 1.7.11. | Беседа «Профилактика гриппа»                                                                                                                                                                                | 1-11 классы              | Январь                                 | Классные руководители                     |
| 1.7.12. |                                                                                                                                                                                                             |                          |                                        |                                           |
| 1.7.13. | Проведение бесед по охране жизни и здоровья: «Яд, который действует не сразу»<br>«Береги здоровье смолоду»<br>«Как преодолеть экзаменационный стресс!»<br>«Скажи наркотикам нет!»                           | 6-11 классы              | В течение года                         | Классные руководители                     |
| 1.7.14. | Создание рекомендаций для родителей по ЗОЖ, лекции педагога-психолога:<br>«Адаптация первоклассников» - методика (рисунок) «Я в школе»<br><br>«Этот непростой пятый класс» - методика (рисунок) «Я в школе» | 1 классы<br><br>5 классы | Сентябрь<br><br>Октябрь<br><br>Октябрь | педагог-психолог школы                    |
| 1.7.15. | Заседания родительского клуба «Здоровье ребёнка – основа успешности в учении»                                                                                                                               | 1-11 классы              | Октябрь                                | Классные руководители                     |

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                      |                       |                                                                                        |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.7.16. | Тематическое занятие по профилактике электронных сигарет: «Вэйп»                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 6-10 классы                          | Ноябрь                | СПбГБУ «Центр социальной помощи семье и детям Калининского района», социальный педагог |
| 1.7.17. | Тематическое занятие по профилактике употребления психоактивных веществ «Курение»                                                                                                                                                                                                                                                                         | 6-8 классы                           | в течение года        | СПбГБУ «Центр социальной помощи семье и детям Калининского района», социальный педагог |
| 1.7.18. | Лекция (беседа) для учащихся 7-9 классов по профилактике употребления ПАВ                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 7-9 классы (инд.и групповые занятия) | в течение года        | педагог-психолог школы, социальный педагог                                             |
| 1.7.19. | Участие в проведении Недели безопасного Интернета «Безопасность в глобальной сети»:<br>- проведение занятий и классных часов по теме;<br>- распространение листовок о безопасном поведении в сети Интернет;<br>- тренинговые занятия                                                                                                                      | 5-9 классы                           | 10.02.2026-14.02.2026 | Классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог                            |
| 1.7.20. | Участие в проведении классных часов, уроков правового воспитания, бесед, направленных:<br>- на формирование стойкого неприятия идеологии терроризма;<br>- на привитие традиционных российских духовно-нравственных ценностей;<br>- на воспитание патриотизма, формирование общероссийской гражданской ответственности, чувства гордости за историю России | 1-11 классы                          | в течение года        | Классные руководители, социальный педагог                                              |
| 1.7.21. | Тематическое занятие по профилактике поведения высокой степени риска «ВИЧ»                                                                                                                                                                                                                                                                                | 9-11 классы                          | Февраль               | СПбГБУ «Центр социальной помощи семье и детям Калининского района», социальный педагог |
| 1.7.22. | Тренинговые занятия с применением медитативных технологий в рамках Месячника медиации: «Отказ от конфликтов»,                                                                                                                                                                                                                                             | 1-11 классы                          | Март                  | Служба сопровождения, служба Медиации, социальный педагог школы                        |

|         |                                                                                                                                                                                      |                                           |                              |                                                                                        |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
|         | «Учимся дружить»;<br>«Пробуем себя в медиации»                                                                                                                                       |                                           |                              |                                                                                        |
| 1.7.23. | Тематическое занятие по профилактике буллинга, включая кибербуллинг «Что это и как помочь?»                                                                                          | 6-11 классы                               | Март                         | Специалисты ЦПМСС, социальный педагог школы                                            |
| 1.7.24. | Тематическое занятие на тему: выход из трудных жизненных ситуаций, телефон доверия и другие службы помощи «Никогда не сдавайся»                                                      | 7-11 классы                               | Апрель                       | Специалисты ЦПМСС, социальный педагог школы                                            |
| 1.7.25. | Диагностика уровня познавательных процессов (внимание, мышление, память), 1,5 классы                                                                                                 | 1, 5 классы                               | Март –<br>апрель<br>(повтор) | педагог-психолог школы                                                                 |
| 1.7.26. | Массовая акция, посвященная международному дню борьбы с наркоманией и наркобизнесом. С участием волонтеров программы «Старший младшему». Профилактика деструктивного поведения       | 8-9 классы<br>6-7 классы                  | 1 марта                      | СПбГБУ «Центр социальной помощи семье и детям Калининского района», социальный педагог |
| 1.7.27. | Массовая акция «Старт АНК месячника». Акция посвящена пропаганде ценностей ЗОЖ, профилактике немедицинского употребления ПАВ. Профилактика деструктивного поведения                  | 8-9 классы                                | 1 апреля                     | СПбГБУ «Центр социальной помощи семье и детям Калининского района», социальный педагог |
| 1.7.28. | Диагностика профориентации 9 класс                                                                                                                                                   | 9 классы                                  | Апрель                       | педагог-психолог                                                                       |
| 1.7.29. | Диагностика уровня тревожности в школе у учащихся:<br><br>а) 4-х классов при переходе в 5-й класс;<br><br>б) 9-х классов, перед сдачей ОГЭ;<br><br>в) 11-х классов, перед сдачей ЕГЭ | 4 классы<br><br>9 классы<br><br>11 классы | Май                          | педагог-психолог                                                                       |
| 1.7.30. | Игра по станциям «Шаг на встречу». Профилактика употребления ПАВ.                                                                                                                    | 8-9 классы                                | 4 учебная четверть           | Специалисты ЦПМСС, социальный педагог школы                                            |

|                                                                      |                                                                                                                                                                                       |             |                    |                                              |
|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------|----------------------------------------------|
|                                                                      | Профилактика деструктивного поведения                                                                                                                                                 |             |                    |                                              |
| 1.7.31.                                                              | Интерактивная игра «Маршрут безопасности» профилактика Употребления ПАВ, формирование ценностей здорового образа жизни. Профилактика деструктивного поведения                         | 7-8 классы  | 4 учебная четверть | Специалисты ЦПМСС, социальный педагог школы  |
| 1.7.32.                                                              | Проведение классных часов, игр по теме информационной безопасности                                                                                                                    | 1-11 классы | В течение года     | Классные руководители                        |
| 1.7.33.                                                              | Профилактические мероприятия в рамках акции «День здоровья»                                                                                                                           | 1-11 класс  | В течение года     | Классные руководители, учителя физкультуры   |
| 1.7.34.                                                              | Участие в проведении Единого информационного дня Детского телефона доверия                                                                                                            | 1-11 класс  | Май 2026           | Социальный педагог, педагог-психолог         |
| <b>2. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса</b> |                                                                                                                                                                                       |             |                    |                                              |
| 2.1.                                                                 | Создание необходимых санитарно-гигиенических условий для осуществления учебно-воспитательного процесса (смотри кабинетов, спортивного зала)                                           | 1-11 классы | В течение года     | Администрация школы                          |
| 2.2.                                                                 | Утверждение режима дня в соответствии с нормами СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" | 1-11 классы | Сентябрь           | Администрация школы                          |
| 2.3.                                                                 | Организация горячего питания учащихся                                                                                                                                                 | 1-11 классы | Август - сентябрь  | Ответственный за питание, медперсонал        |
| 2.4.                                                                 | Распространение питьевого режима.                                                                                                                                                     | 1-11 классы | В течение года     | Учителя начальной школы, учителя-предметники |
| 2.5.                                                                 | Физкультминутки                                                                                                                                                                       | 1-11 классы | В течение года     | Учителя начальной школы, учителя-предметники |

|       |                                                                                                           |                      |                |                                                            |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------|------------------------------------------------------------|
| 2.6.  | Утренняя зарядка                                                                                          | 1-4 классы           | В течение года | Педагог - организатор, волонтеры (средняя и старшая школа) |
| 2.7.  | Применение здоровьесберегающих технологий в учебном процессе                                              | 1-11 классы          | В течение года | Учителя начальной школы, учителя-предметники               |
| 2.8.  | Динамические перемены                                                                                     | 1-4 классы           | В течение года | Учащиеся 6-8 классов                                       |
| 2.9.  | Подвижные игры на свежем воздухе                                                                          | 1-4 классы           | В течение года | Воспитатели                                                |
| 2.10. | Мероприятия для педагогов: круглые столы, семинары, психологические тренинги, индивидуальные консультации | педагоги ОУ          | В течение года | Педагоги ОУ района                                         |
| 2.11. | Проведение открытых мероприятий для родителей учащихся                                                    | родители учащихся ОУ | 2 раза в год   | Администрация школы                                        |
| 2.12. | Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий                                              | 2-11 классы          | В течение года | Руководители методических объединений                      |

### 3. Физкультурно - оздоровительная работа.

#### Школьные мероприятия

|      |                                                                                                                                                                                                                    |             |                        |                             |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------|-----------------------------|
| 3.1. | Проведение мониторинга физической подготовленности обучающихся                                                                                                                                                     | 1-11 классы | Сентябрь, апрель - май | Учителя физической культуры |
| 3.2. | Участие в спортивных мероприятиях:<br>Туристический слет.<br>Президентские спортивные игры.<br>Соревнования среди ШСК.<br>Тесты по ВФСК ГТО (Дни ГТО).<br>Олимпийский марафон здоровья.<br>Соревнования-викторины. | 1-11 классы | В течение года         | Учителя физической культуры |

|       |                                                                                                                                                                                                                        |                                         |                   |                                                   |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------|
|       | Легкоатлетический кросс.<br>Соревнования по спортивному ориентированию.<br>Веселые старты.<br>Соревнования по легкой атлетике, мини-футболу, баскетболу, волейболу, пионерболу, настольному теннису, шахматам, шашкам. |                                         |                   |                                                   |
| 3.3.  | Неделя физической культуры и ОБЖ                                                                                                                                                                                       | 1-11 классы                             | Апрель            | Учителя физической культуры,<br>преподаватель ОБЖ |
|       | Участие в массовых районных мероприятиях:                                                                                                                                                                              |                                         |                   |                                                   |
| 3.4.  | Соревнования по мини-футболу «Футбол в школу»                                                                                                                                                                          | 6-7 классы<br>8-9 классы                | Сентябрь          | Учителя физической культуры                       |
| 3.5.  | Осенний кросс                                                                                                                                                                                                          | 7-10 классы                             | Сентябрь          | Учителя физической культуры                       |
| 3.6.  | Президентские спортивные игры                                                                                                                                                                                          | 7-8 классы                              | с сентября по май | Учителя физической культуры                       |
| 3.7.  | Всероссийская олимпиада по физической культуре (школьный, районный уровень)                                                                                                                                            | 5-6 классы<br>7-8 классы<br>9-11 классы | с сентября по май | Учителя физической культуры                       |
| 3.8.  | Акция «Спорт вместо наркотиков»                                                                                                                                                                                        | 5-11 классы                             | Октябрь           | Учителя физической культуры                       |
| 3.9.  | Весёлые старты                                                                                                                                                                                                         | 2-3 классы                              | Декабрь           | Учителя физической культуры                       |
| 3.10. | Калининская лыжня в рамках «Лыжни России»                                                                                                                                                                              | 1-11 классы                             | Февраль           | Учителя физической культуры                       |
| 3.11. | Соревнования младших школьников «К стартам готов!»                                                                                                                                                                     | 3-4 классы                              | Февраль           | Учителя физической культуры                       |
| 3.12. | Соревнования по настольному теннису                                                                                                                                                                                    | 7-8 классы                              | Март              | Учителя физической культуры                       |
| 3.13. | Соревнования по волейболу (сборная школы)                                                                                                                                                                              | 9-11 классы                             | Март              | Учителя физической культуры                       |



|       |                                        |                          |             |                                                               |
|-------|----------------------------------------|--------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------|
| 3.14. | Соревнования по баскетболу             | 7-8 классы               | Март        | Учителя физической культуры                                   |
| 3.15. | Президентское многоборье               | 5-7 классы               | Апрель      | Учителя физической культуры                                   |
| 3.16. | Всероссийская акция «Зарядка для всех» | 1-11 классы              | Апрель      | Учителя физической культуры, педагог – организатор, волонтеры |
| 3.17. | Соревнования по футболу «Кожаный мяч»  | 5-6 классы<br>8-9 классы | апрель- май | Учителя физической культуры                                   |

#### 4. Медицинское сопровождение

|      |                                                                                                                    |             |                      |                          |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------------------------|
| 4.1. | Плановые и текущие осмотры                                                                                         | 1-11 классы | В течение года       | Врач, медицинская сестра |
| 4.2. | Мониторинг показателей здоровья учащихся, общей заболеваемости и хронической патологии, определение групп здоровья | 1-11 классы | До 10.09.2025        | Врач                     |
| 4.3. | Вакцинация учащихся и сотрудников школы                                                                            | 1-11 классы | По плану поликлиники | Врач, медицинская сестра |
| 4.4. | Оказание первой медицинской помощи                                                                                 | 1-11 классы | По необходимости     | Врач, медицинская сестра |
| 4.5. | Проведение проверок учащихся на наличие педикулеза                                                                 | 1-11 классы | В течение года       | Медицинская сестра       |
| 4.6. | Заполнение листа здоровья                                                                                          | 1-11 классы | Сентябрь             | Врач                     |

#### 5. Формирование культуры здоровья педагогических работников

|      |                              |                         |                |                  |
|------|------------------------------|-------------------------|----------------|------------------|
| 5.1. | Ежегодный медицинский осмотр | Все сотрудники          | Август         | Администрация    |
| 5.2. | Диспансеризация сотрудников  | По возрасту             | В течение года | Администрация    |
| 5.3. | Психологическая помощь       | Обратившиеся сотрудники | В течение года | Педагог-психолог |

#### 6. Мониторинг здоровьесберегающей деятельности

|      |                                                                                                                               |                  |                               |                                                       |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 6.1. | Анкетирование                                                                                                                 | 3,7,11<br>классы | Сентябрь,<br>апрель           | Руководитель СЗОУ,<br>заместитель<br>директора по УВР |
| 6.2. | Мониторинговые<br>логопедические исследования                                                                                 | 1-4 классы       | Сентябрь<br><br>Май           | Учитель-логопед                                       |
| 6.3. | Мониторинговые<br>психологические<br>исследования                                                                             | 1-11 классы      | Октябрь<br><br>Апрель         | Педагог-психолог                                      |
| 6.4. | Социально-психологическое<br>тестирование на предмет<br>раннего выявления<br>незаконного потребления<br>психоактивных веществ | 7-11 классы      | С 01.10.2025<br>по 30.10.2025 | Социальный педагог                                    |