**Основные направления деятельности МБОУ СОШ№31 по формированию у обучающихся основ здорового образа жизни**

1. Физкультурно-оздоровительное направление. Его цель заключается в формировании разносторонней физической подготовленности к включённости в активную физкультурную деятельность, укрепление здоровья и профилактика заболеваний средствами физической культуры, содействие правильному физическому развитию, обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам.

2. Реабилитационно-профилактическое. Основная задача данного направления заключается во внедрении медико-психологических и валеологических требований к построению учебно-воспитательного процесса, имеющего главной целью сохранение и развитие психологического, социального, физического здоровья школьников.

3. Реабилитационно-профилактическое направление. Целью данного направления является внедрение медико-психологических и валеологических требований к построению учебно-воспитательного процесса, имеющего главной целью сохранение и развитие психологического, социального, физического здоровья школьников.

4. Культурно-просветительное и общевалеологическое направление работы. Задача состоит в осуществление образовательной и просветительной деятельности, имеющей целью формирование мотивации здоровья и поведенческих навыков ЗОЖ среди учащихся, их родителей и педагогов.

5. Экологическое направление осуществляет формирование ответственного отношения детей к природе и своему здоровью, формирование представлений о единстве социальной сущности человека и его биологической природы, привитие навыков экологически оправданного поведения в природе.

**Перечень мероприятий, направленных на формирование ЗОЖ в МБОУ СОШ№31**

1. Поддержание санитарно-гигиенического режима (рациональное расписание, влажные уборки, освещённость рабочих мест учащихся, подбор мебели, воздушно-тепловой режим и т.д.).

2. Организация ежедневного горячего питания для учащихся, систематический контроль качества пищи (тепловой режим, разнообразие, соответствие санитарным требованиям).

3. Работа по профилактике травматизма.

4. Физкультурные паузы на уроках, разработка комплексов упражнений для профилактики зрительного утомления, нарушения осанки.

5. Работа специальных групп по физическому воспитанию.

6. Валеологическое образование педагогического коллектива, работа постоянно действующего валеологического семинара для учителей, оказание методической помощи педагогам по реализации валеологического подхода к урокам.

7. Работа спортивных кружков и секций.

8.Индивидуальные консультации психологов для учащихся, учителей, родителей. Психологический тренинг для учителей.

9. Работа лектория для родителей. Темы лекций: «Режим дня школьника», «Питание и здоровье», «Профилактика простудных заболеваний», «Профилактика острых кишечных заболеваний», «Закаливание детей», «Культура питания», «Профилактика детского травматизма», «Профилактика вредных привычек», «Влияние конфликтов в семье на здоровье детей», «Организация досуга детей в семье» и пр.

10. Индивидуальные консультации врача для учителей и учащихся, разработка системы индивидуальных схем оздоровления.

11. Мероприятия по улучшению интерьера школы, создание уюта в столовой, медкабинете.

12. Внеклассная и внешкольная работа по пропаганде здорового образа жизни.

13. Усиление валеологической составляющей предметов естественнонаучного цикла.

14. Работа по программе профилактики табакокурения и программе полового воспитания.

15. Анкетирование учащихся с целью определения степени сформированности навыков ЗОЖ, изучения отношения учащихся к своему здоровью.