**Пояснительная записка**

Проблемы здоровья населения России, и в частности, здоровья подрастающе­го поколения, являются причиной для беспокойства как государственных органи­заций, так и общества, самих граждан. Поэтому и обсуждать эти проблемы стали достаточно часто.

Свою долю ответственности за сохранение здоровья граждан несёт, и система об­разования. Период взросления человека, приходящийся на время его пребывания в шко­ле, оказался одним из периодов, в течение которого происходит ухудшение состояния его здоровья, при том, что именно эти годы проходят под постоянным контролем со сто­роны педагогов. И хотя традиционно считается, что основная задача школы – дать не­обходимое образование, может ли педагог равнодушно относиться к неблагополучному и прогрессивно ухудшающемуся состоянию здоровья своих воспитанников? Одним из ответов на этот вопрос стала программа «Формирование здорового образа жизни», согласно которой здоровьесберегающие технологии становятся составной ча­стью учебно-воспитательного процесса в школе.

Программа формирования здорового образа жизни (далее – Программа) является комплексной программой формирования у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка.

В современном мире множество факторов, влияющих на здоровье человека: неблагоприятная экологическая обстановка, низкая санитарно-гигиеническая культура населения, удорожание жизни. Справиться с этим могут лишь знания, ставшие нормой жизни, осознанной повседневностью действий: избавление от вредных привычек, физические упражнения, закаливание организма, умение рационально организовывать свою жизнь и деятельность в соответствии со знаниями своего организма и гармоничным взаимодействием с природой.

Школа создаёт условия для обучения и воспитания, комплекс мер и системных мероприятий, которые должны обеспечить не только здоровьесберегающую образовательную среду, но и сформировать у обучающихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, элементарной экологической культуры, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Данная Программа ориентирована на всех участников образовательного процесса. Она построена по принципу системы взаимосвязанных форм организации физического, психологического, нравственного, экологического воспитания, профилактики и пропаганды здорового образа жизни.

Реализация Программы позволяет объединить все блоки для обеспечения гуманистического характера образования, определяя приоритетной ценностью здоровье обучающихся.

Нормативно-правовой базой для разработки Программы являются следующие нормативно-правовые документы:

* Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
* Конвенция о правах ребёнка;
* Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
* СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
* 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;
* Приказ Министерства образования Российской Федерации от 10.04.2002 года №29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»,
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 года № 1015 «Об утверждении Порядка организации образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего о среднего общего образования»;
* Устав ГБОУ «СОШ№25 с.п. Пседах»

**Цель:** сохранение и укрепление физического, психического и социального здоровья обучающихся, формирование основ здорового образа жизни.

**Задачи:**

- формирование представлений об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;

- формирование представлений о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности;

- формирование установок на использование здорового питания;

- использование оптимальных двигательных режимов для обучающихся с учетом их возрастных, психофизических особенностей,

- развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;

- соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;

- развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены; - формирование негативного отношения к факторам риска здоровью обучающихся (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);

- становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;

- формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья;

**Принципы здоровьесберегающей педагогики**

* **Принцип учета индивидуальных возможностей и способностей, обучающихся** предусматривает поддержку всех обучающихся с использованием разного по трудности и объему предметного содержания, а соответственно, помощи и взаимопомощи при усвоении программного материала каждым учеником. Это открывает широкие возможности для вариативности образования, реализации индивидуальных образовательных программ, адекватных развитию ре6енка.
* **Учет возрастных особенностей обучающихся.**
* **Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов учебно-воспитательного процесса**. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.
* **Обеспечение мотивации образовательной деятельности**. Ребенок — субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга не в ущерб здоровью.
* **Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций**. Прежде всего, имеется в виду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия по материализованной программе к речевому и умственному выполнению действий, переход от поэтапных действий к автоматизированным.
* **Рациональная организация двигательной активности**. Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям школы
* **Обеспечение адекватного восстановления сил**. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, произвольной и эмоциональной активации необходимы для предотвращения переутомления детей.

**Исполнители, участники образовательного процесса:**

- администрация общеобразовательной организации;

- педагогический коллектив;

- медицинские работники;

-обучающиеся;

- родители.

**Ожидаемые результаты:**

1.Укрепление физического и психического здоровья обучающихся;

2.Снижение заболеваемости, устойчивость к стрессовым ситуациям, сохранение и укрепление здоровья обучающихся;

3.Получение теоретических знаний о последствиях табакокурения, алкоголя, употребления наркотиков и ПАВ;

4.Сформированность у большинства обучающихся негативного отношения к употреблению табака, алкоголя, наркотиков и ПАВ;

5.Более высокая занятость обучающихся спортом;

6.Сокращение количества детей «группы риска».

**План мероприятий по реализации программы**

**формирования здорового образа жизни**

**ГБОУ «СОШ №25 с.п. Пседах»**

**на 2023-2024 учебный год.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Мероприятия** | **Сроки** | | **Ответственные** |
| **Родительские собрания** | | | | |
| 1 | Профилактика - лучшая тактика (профилактика COVID-19, ОРВи и Гриппа)  Охрана здоровья школьников. Роль семьи в формировании здорового образа жизни ребенка.  Безопасное детство. | | по плану | медсестра |
| **Создание здоровьесберегающей инфраструктуры** | | | | |
| 1 | Выполнение норм СанПиН в процессе организации образовательного процесса | | в течение учебного года | Коллектив школы |
| 2 | Организация системы бесплатного школьного питания | | в течение учебного года | Администрация |
| 3 | Организация питьевого режима | | в течение учебного года | медсестра |
| 4 | Соблюдение воздушного, светового и теплового режима в школе | | в течение учебного года | Педагоги,  зам. директора по АХЧ |
| 5 | Разработка плана мероприятий по предупреждению травматизма и несчастных случаев среди обучающихся | | август | Зам. директора по ВР |
| 6 | Обеспечение готовности школы к учебному году | | июнь-август | Зам. директора по АХЧ |
| 7 | Подготовка актов по приёмке школы | | август | Зам. директора по АХЧ |
| 8 | Соблюдение санитарно-гигиенических норм на уроках и режима проветривания кабинетов на переменах | | сентябрь-май | Зам. директора по УВР |
| 9 | Введение дополнительных каникулярных дней для обучающихся 1 класса | | август | Зам. директора по УВР |
| 10 | «Плавающее» расписание в целях максимального разобщения классов (групп) | | в течение учебного года | Зам. директора по УВР |
| 11 | «Плавающий» график питания в целях максимального разобщения классов (групп) | | в течение учебного года | Ответственный за питание |
| 12 | Установка дозаторов с антисептическим средством для обработки рук | | в течение учебного года | Зам.директора по АХЧ |
| **Профилактическая работа** | | | | |
| 1. | Проведение профилактического осмотра обучающихся на кожные заболевания и педикулёз | | по плану | медсестра |
| 2. | Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок обучающимся | | в течение года | медсестра |
| 3. | Анализ результатов медицинского осмотра воспитанников, доведение результатов медицинского осмотра до родителей и педагогов | | по окончании медосмотра | медсестра |
| 4. | Посещение уроков физической культуры | | в течение года | Зам. директора по УВР |
| 5. | Профилактика нарушений зрения (контроль ношения очков, правильное рассаживание обучающихся за ученическими столами, упражнения для глаз) | | в течение года | Учителя-предметники |
| 6. | Профилактика ОРВИ и гриппа средствами витаминизации | | в течение года | медсестра |
| 7. | Организация утреннего фильтра с термометрией | | в течение года | Педагоги |
| 8. | Проведение мероприятий для отдельных классов (групп) | |  |  |
| **Спортивно-оздоровительная деятельность** | | | | |
| 1. | Утренняя зарядка (перед первым уроком) | | ежедневно | Учителя |
| 2. | Обязательные физкультминутки на уроках и самоподготовке | | ежедневно | Учителя |
| 3. | Динамические паузы на свежем воздухе, подвижные перемены | | ежедневно | Учителя |
| 4. | День здоровья | | 1 раз в четверть | Учителя физкультуры |
| 5. | Соревнования по различным видам спорта (по плану учителя физкультуры) | | в течение учебного года | Учителя физкультуры |
| 6. | Организация работы спортивных кружков в соответствии с СанПиН | | сентябрь-май | Учителя физкультуры |
| 7. | Проведение походов выходного дня | | сентябрь-май | Классные руководители |
| 8. | Прогулки, экскурсии. | | сентябрь-май | Классные руководители |
| 9 | Уроки физической культуры | | сентябрь-май | Учителя физкультуры |
| **Просветительская работа с педагогами школы и специалистами** | | | | |
| 1. | Консультации для учителей по сохранению собственного здоровья. | | в течение учебного года | медсестра |
| 2. | Информирование педагогического коллектива о состоянии и профилактике заболеваемости обучающихся. | | в течение учебного года | медсестра |
| 3. | Повышение квалификации педагогов на курсах по оказанию первой помощи | | по необходимости | Зам. директора по УВР |
| 4. | Инструктажи по обеспечению безопасности ОУ | | в течение учебного года | Ответственный за ОТ |
| 5. | Оформление тематических выставок книг, периодических изданий по вопросам здоровьесбережения. | | декабрь, март | Педагог -библиотекарь |
| 6. | Оформление уголков здоровья, информационных стендов по профилактике заболеваний | | в течение учебного года | медсестра |
| **Работа с родителями** | | | | |
| 1. | ***Классные родительские собрания***(рекомендуемая тематика)  1. «Режим дня – основа жизни человека»  2. «COVID-19, как обезопасить своих детей»  3.Психологические особенности внутрисемейных отношений. Воспитание неприязни к алкоголю, табакокурению, наркотикам  4.Профилактика и предупреждение «школьных болезней»  5.«В здоровом теле – здоровый дух»: о правилах закаливания, питания, режиме дня школьника и т. п.  6."Здоровье ребенка в руках взрослых",  7. "Здоровая семья: нравственные аспекты",  8. "Режим труда и учебы",  9. "Физическое воспитание детей в семье",  10. "Пагубное влияние курения табака на здоровье человека",  11. "Вредные привычки у детей",  12. "Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу",  13. "Вопросы, которые нас волнуют",  14. "Эти трудные подростки",  15. "Взрослые проблемы наших детей",  16. "Физическое развитие ребенка и пути его совершенствования",  17. "Социальный вред алкоголизма",  18. "Психология курения",  19. "Нецензурная брань - это тоже болезнь". | | по плану | Классные руководители |
| 2. | Консультации родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесбережения | | по плану | Классные руководители |
| **Мониторинг сформированности культуры здорового**  **образа жизни и здоровья обучающихся.** | | | | |
| 1. | Мониторинг здоровья обучающихся по результатам профилактических осмотров. | | по плану | медсестра |
| 2. | Учёт случаев травматизма обучающихся. | | по факту | Зам.директора по АХЧ |
| 3. | Учёт количества пропусков занятий по болезни. | | в конце четверти, (года) | медсестра |
| 4. | Анкетирование обучающихся, воспитанников, сотрудников учреждения, родителей, законных представителей на предмет удовлетворенности условиями обучения и системностью работы по здоровьесбережению. | | май | Педагог- психолог |
| 5. | Анализ заболеваемости за год. Анализ в сравнении с предыдущими годами. | | май | медсестра |

**Тематическое планирование**

**по формированию здорового образа жизни**

**на 2023-2024 учебный год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Мероприятие** | **Класс** | **Дата проведения** | **Ответственный** |
| Мероприятия с обучающимися | | | | |
| 1 | Медосмотр | 1-11 классы | в течение года | медсестра |
| 2 | Беседы (рекомендуемая тематика)  «Соблюдение личной гигиены, как залог здоровья»  «Витамины и мы»  «Режим дня – основа жизни человека»  «Учимся отдыхать»  «Здоровые привычки»  «Как научиться быть здоровым?»  «Польза спорта для организма подростка»  «Конфликты - как избежать?»  «Здоровое общение»  « Движение это жизнь!»  «Посеешь привычку – пожнешь характер»  «Чувство взрослости. Что такое?» | 1-11 классы | в течение года | Классные руководители |
| 3 | Тематический ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ | 1-11 классы | 1 раз в четверть | Зам. директора по ВР, учителя физкультуры |
| 4 | Викторина «ЗДОРОВЬЕ» | 1-6 классы | ноябрь | Классные руководителил |
| 5 | КЧ «COVID-19 -болезнь которая играет не по правилам»  КЧ «Профилактика ОРВи и гриппа»  КЧ «Профилактика- лучшая тактика»  КЧ «Пять шагов к здоровью»  КЧ «Твое здоровье в твоих руках»  КЧ «Спорт и здоровье»  КЧ «Здоровый образ жизни - мода или необходимость»  КЧ «Здоровье – это модно»  КЧ «Компьютер и Я»  КЧ «Чума XXI века» | 5-9 классы | сентябрь-май | Классные руководители |
| 6 | Воспитательная беседа по профилактике табакокурения, употребления ПАВ (спайсов, насвая, снюсов), алкоголя, наркотиков . | 5-9 классы | ноябрь,  март | Зам. директора по ВР, педагог-организатор |
| 7 | Воспитательная беседа по профилактике СПИДа . | 5-9 классы | декабрь | Зам. директора по ВР, педагог-организатор |
| 8 | Беседа  «Мы за здоровый образ жизни!» | 5-9 классы | декабрь | Зам. директора по ВР, педагог-организатор |
| 9 | 1.Спортивная игра «Зарница» | 5-9, классы | февраль | Учителя физкультуры |
| 10 | Праздник здоровья  Игра «Быть здоровым модно» | ГПД | январь  май | Учителя физкультуры |
| 11 | Неделя ЭКОЛОГИИ | 1-11 классы | 17.04.-21.04. | Зам. директора по ВР |
| 12 | Профилактика инфекционных заболеваний | 7-9 классы | апрель | медсестра |
| 13 | «Неделя здоровья и спорта» | 1-9, «и» классы | 03.04.-07.04. | Учителя физкультуры |
| 14 | Профилактика ранней нежелательной беременности | 7-9 классы | май | медсестра |
| 15 | Беседы  «Личная гигиена девушки»  «Личная гигиена молодого человека» | 7-9 классы | октябрь  февраль | медсестра |
| 16 | Мероприятие по профилактике наркомании «Выбери жизнь!» | 1-6 классы | июнь | Начальник ЛОЛ |
| 17 | Проведение бесед с обучающимися на темы: профилактика ОКИ,ОРЗ, Гриппа, туберкулёза, гепатитов, КЭ, СПИДа, гельминтов, педикулёза, чесотки, близорукости; гигиеническое воспитание; половое воспитание; сохранение продуктивного здоровья; ЗОЖ; вредные привычки (курение, токсикомания, наркомания, алкоголизм). | 1-11классы | сентябрь- май | медсестра  /по плану/ |
| 18 | Классные часы, беседы, по профилактике табакокурения, употребления ПАВ (спайсов, насвая), алкоголя, наркотиков. /по ПВР классных руководителей, воспитателей/ | 5-9 классы | сентябрь- май | медсестра  классные руководители  /по плану/ |
| 19 | Классные часы, беседы, занятия- практикумы, экскурсии с обучающимися (воспитанниками) по формированию ЗОЖ /по ПВР классных руководителей, воспитателей/ | 1-9 классы | сентябрь- май | Классные руководители,  /по плану/ |
| 20 | «Разговор о правильном питании» в рамках реализации программ внеурочной деятельности.  (см. Приложение 5.6.1) | 1-4 классы | сентябрь- май | Классные руководители |
| 21 | «Разговор о правильном питании» в рамках реализации учебного курса «Человек» | 8-9 классы | сентябрь- май | Классные руководители |
| 22 | «Разговор о правильном питании» в рамках реализации учебного курса «Домоводство» | 5-9 классы | сентябрь- май | Учитель технологии |
| 23 | Экологическая КРУГОСВЕТКА | 1-11 классы | сентябрь | Зам. директора по ВР, педагог-организатор |
| 24 | Экологическая акция МУСОР.NET | 1-9 классы | сентябрь, май | Зам. директора по ВР, педагог-организатор |
| 25 | Экологическая акция «Сдай макулатуру – СПАСИ ДЕРЕВО!» | 1-9 классы | сентябрь- декабрь | Зам. директора по ВР, Зам. директора по АХЧ |
| 26 | Проект «Школьный двор» | 5-9 классы | январь | Зам. директора по ВР, ответственный за пришкольный участок |
| 27 | Театральная постановка «Ель» по сказке Г.Х.Андерсена, изготовление костюмов из бросового материала. | 1-9 классы | 27 декабря | Педагог-оганизатор,  Зам.директора по ВР  Руководитель Театра |
| 28 | Создание Экологического отряда «ЮНЭК» юный эколог | ЮНЭК | в течение года/ по плану работы отряда | Зам. директора по ВР |
| 29 | Турниры: по баскетболу, футболу, волейболу, настольному теннису. | 5-9 классы | в течение года/ по плану работы учителей физкультуры и руководителей объединений доп. образования | Учителя физкультуры, руководители объединений доп. образования |
| 30 | Сдача норм ГТО |  | в течение года | Учителя физкультуры |
| 31 | Участие во Всероссийской онлайн-олимпиаде по окружающему миру и экологии |  | апрель | Зам. директора по ВР |

**Тематическое планирование**

**по формированию здорового образа жизни**

**на 2024-2025** **учебный год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Мероприятие** | **Класс** | **Дата проведения** | **Ответственный** |
| Мероприятия с обучающимися | | | | |
| 1 | Медосмотр | 1-9 классы | в течение года | медсестра |
| 2 | Беседы (рекомендуемая тематика)  «Режим дня – основа жизни человека»  « Движение это жизнь!»  «Путешествие по времени» «Компьютер- польза или вред?»  «Сотвори сам себя»  «Здоровым быть модно!»  «Меры предупреждения заболеваний, передающихся от домашних животных»  «Нет жизни без воды»  «О пользе пищи» | 1-9 классы | в течение года | Классные руководители |
| 3 | Тематический ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ | 1-9 классы | 1 раз в четверть | Зам. директора по ВР, учителя физкультуры |
| 4 | Игра «Здоровье – это здо́рово!» | 1-6 классы | ноябрь | учителя |
| 5 | Классные часы (рекомендуемая тематика)  КЧ «Профилактика- лучшая тактика»  КЧ «Пять шагов к здоровью»  КЧ «Твое здоровье в твоих руках»  КЧ «Спорт норма жизни»  КЧ «Здоровый образ жизни – мода или необходимость»  КЧ «Здоровье – это модно»  КЧ «Компьютер и Я»  КЧ «Чума XXI века»  КЧ Time менеджмент (организация личного времени)  КЧ« Движение это жизнь!»  КЧ «Твое здоровье в твоих руках»  КЧ «Ответственность за будущее»  КЧ «Скуку, простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье» | 5-9 классы | сентябрь-май | Классные руководители |
| 6 | Воспитательная беседа по профилактике табакокурения, употребления ПАВ (спайсов, насвая, снюсов), алкоголя, наркотиков со специалистами Можгинского наркологического диспансера  «Выбери ЖИЗНЬ» | 5-9 классы | ноябрь,  март | Зам. директора по ВР, педагог-организатор |
| 7 | Воспитательная беседа по профилактике СПИДа со специалистами Можгинского зонального центра СПИД | 5-9 классы | декабрь | Зам. директора по ВР, педагог-организатор |
| 8 | Беседа с председателем Можгинского отделения СБНТ  «Скажи – НЕТ» | 5-9 классы | декабрь | Зам. директора по ВР, педагог-организатор |
| 9 | Спортивная игра «Зарница» | 1-9 классы | февраль | Учителя физкультуры |
| 10 | Праздник здоровья  Игра «Быть здоровым модно» | ГПД | январь  май | Зам.дир. по ВР, фельдшер, воспитатели |
| 11 | Конкурс фотографий «Мама, папа, я- спортивная семья» | 5-9 классы | апрель | Классные руководители |
| 12 | Профилактика инфекционных заболеваний. | 7-9 классы | апрель | медсестра |
| 13 | Соревнования «Самые быстрые, ловкие, смелые» | 1-6 классы | апрель | Учителя физкультуры |
| 14 | Профилактика вирусных заболеваний | 7-9 классы | май | медсестра |
| 15 | Беседы  «Личная гигиена девушки»  «Личная гигиена молодого человека» | 7-9 классы | октябрь  февраль | медсестра |
| 16 | Мероприятие по профилактике наркомании «Выбери жизнь!» | 1-6 классы | апрель | Инспектор ПДН |
| 17 | Проведение бесед с обучающимися на темы: профилактика ОКИ,ОРЗ, Гриппа, туберкулёза, гепатитов, КЭ, СПИДа, гельминтов, педикулёза, чесотки, близорукости; гигиеническое воспитание; половое воспитание; сохранение продуктивного здоровья; ЗОЖ; вредные привычки (курение, токсикомания, наркомания, алкоголизм). | 1-9 классы | сентябрь- май | /по плану/ |
| 18 | Классные часы, беседы, по профилактике табакокурения, употребления ПАВ (спайсов, насвая), алкоголя, наркотиков. /по ПВР классных руководителей, воспитателей/ | 5-11  классы | сентябрь- май | медсестра  классные руководители, воспитатели  /по плану/ |
| 19 | Классные часы, беседы, занятия- практикумы, экскурсии с обучающимися (воспитанниками) по формированию ЗОЖ /по ПВР классных руководителей, воспитателей/ | 1-11 классы | сентябрь- май | Классные руководители, воспитатели  /по плану/ |
| 20 | «Разговор о правильном питании» в рамках реализации программ внеурочной деятельности.  (см. Приложение 5.6.1) | 1-4 классы | сентябрь- май | Классные руководители |
| 21 | «Разговор о правильном питании» в рамках реализации учебного курса «Человек» | 5-9  классы | сентябрь- май | Классные руководители |
| 22 | «Разговор о правильном питании» в рамках реализации учебного курса «Домоводство» | 5-9 классы | сентябрь- май | Учитель технологии |
| 23 | Экологическая КРУГОСВЕТКА | 1-9 классы | 24 сентября | Зам. директора по ВР, педагог-организатор |
| 24 | Экологическая акция МУСОР.NET | 1-11 классы | сентябрь, май | Зам. директора по ВР, педагог-организатор |
| 25 | Экологическая акция «Сдай макулатуру – СПАСИ ДЕРЕВО!» | 1-11  классы | сентябрь- декабрь | Зам. директора по ВР, Зам. директора по АХР |
| 26 | Театральная постановка «Как Человек разрушил Землю», изготовление костюмов из бросового материала. | 1-11 классы | март | Педагог-оганизатор,  Зам.директора по ВР  Руководитель Театра |
| 27 | Работа Экологического отряда «ЮНЭК» юный эколог | ЮНЭК | в течение года/ по плану работы отряда | Зам. директора по ВР |
| 28 | Турниры: по баскетболу, футболу, волейболу, настольному теннису. | 5-11  классы | в течение года/ по плану работы учителей физкультуры | Учителя физкультуры, руководители объединений доп. Образования |
| 29 | Сдача норм ГТО |  | в течение года | Учителя физкультуры |
| 30 | Участие во Всероссийской онлайн-олимпиаде по окружающему миру и экологии |  | апрель | Зам. директора по ВР |

**Список используемой литературы**:

1. Аршинова В.В. Классные часы и беседы по профилактике наркомании. - М., 2004.

2.Дереклеева Н.И. Модульный курс учебной и коммуникативной мотивации учащихся, или Учимся жить в современном мире. - М., 2004.

3. Оценка физического развития и состояния здоровья детей и подростков. - М., 2004.

4. Сизанов А.Н., Хриптович В.А. Модульный курс профилактики курения 5-11-е классы. ­М., 2004.

5. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. - М., 2003.

6. Маюров А.Н., Маюров Я.А. Наркотики, выход из наркотического круга (учебное пособие для ученика и учителя: 7-11-е классы). Книга 4. Уроки культуры и здоровья. - М., 2004.

7. Маюров А.Н., Маюров Я.А. Алкоголь - шаг в пропасть (учебное пособие для ученика и учителя: 7-11-е классы). Книга 3. Уроки культуры здоровья. - М., 2004.

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

Приложение 1.

**Анкета для оценки уровня отношения обучающихся к проблемам здоровья и здорового образа жизни.**

**Пожалуйста, укажите**

**1.Ваш пол**

-мужской

-женский

Ваш возраст\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(укажите полное число лет)

**2.Как вы оцениваете состояние своего здоровья?**

1.Хорошее

2.Удовлетворительное

3.Плохое

4.Затрудняюсь ответить

**3. Какие из ценностей, приведенных ниже, для Вас наиболее важны?**

Оцените их, проставив баллы от 8(самое важное) до 1 (наименее важное)

Материальное благополучие,

Качественное образование,

Хорошее здоровье,

Привлекательная внешность,

Любимая работа,

Возможность общаться с интересными людьми,

Благополучная семья,

Свода и независимость.

**4.Какие условия для сохранения здоровья Вы считаете наиболее важными?** Из приведенного перечня условий выберите и отметьте четыре наиболее важных для Вас.

Хорошая наследственность,

Хорошие экологические условия,

Выполнение правил здорового образа жизни,

Возможность консультаций и лечения у хорошего врача,

Знания о том, как заботиться о своем здоровье,

Отсутствие физических и умственных перегрузок,

Регулярные занятия спортом,

Достаточные материальные средства для хорошего питания, занятий спортом и т.д.

**5.Как вы относитесь к информации о том, как заботиться о здоровье?**

Это всегда интересная и полезная информация,

Иногда это достаточно интересная и полезная информация,

Не очень интересная и полезная информация,

Эта информация меня не интересует.

**6.Достаточно ли вы заботитесь о своем здоровье**

Вполне достаточно,

Не вполне достаточно,

Недостаточно.

**7.Откуда Вы узнаете о том, как заботиться о здоровье?**

|  |  |
| --- | --- |
| Часто  От случая к случаю  Никогда | От родителей  От друзей  В школе  Из журналов, книг  Из передач ТВ  Через интернет |

**8.Считаете ли вы следующее вредным для Вашего здоровья? ( Вы должны ответить на каждую строчку таблицы.)**

 Вредно

Трудно сказать

Совсем не вредно

1.Неправильное питание(очень много жирного и сладкого и очень мало овощей и фруктов)\переедание

2.Употребление алкоголя

3.Употребление наркотиков

4.Сидячий образ жизни

5.Курение

6.Недоедание

**9. Какие темы о здоровье больше всего интересуют Вас? (**Вы можете выбрать больше чем одну тему)

Курение

Снижение и набор веса

Алкоголь

Половое воспитание

Нарушение питания

Влияние наркотиков

Инфекции, передаваемые половым путем

Физические упражнения и спорт

Управление эмоциями

Межличностные отношения

Другое(указать что именно)