

## Организация работы в МБОУ «Сутчевская СОШ»

### по пропаганде здорового питания.

#### 1. В рамках Программы воспитания и социализации обучающихся (1 – 7 классы):

Одним из основных направлений деятельности МБОУ «Сутчевская СОШ» по духовно-нравственному развитию, воспитанию и социализации, профессиональной ориентации обучающихся, здоровьесберегающей деятельности и формированию экологической культуры обучающихся является - формирование мотивационно-ценностных отношений обучающегося в сфере **здорового образа жизни** (осознание обучающимися ценности целесообразного, здорового и безопасного образа жизни, формирование установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей; осознанное отношение обучающихся к выбору индивидуального рациона здорового питания; формирование знаний о современных угрозах для жизни и здоровья людей, в том числе экологических и транспортных, готовности активно им противостоять; овладение современными оздоровительными технологиями, в том числе на основе навыков личной гигиены; профилактики употребления наркотиков и других психоактивных веществ, профилактики инфекционных заболеваний; убежденности в выборе здорового образа жизни; формирование устойчивого отрицательного отношения к аддиктивным проявлениям различного рода – наркозависимость, алкоголизм, игромания, табакокурение, интернет-зависимость и др., как факторам ограничивающим свободу личности).

#### *Примерный план организации работы по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни*

Модель работы	Через что осуществляется	Сроки проведения	Ответственные
Модель обеспечения рациональной организации учебно-воспитательного процесса и образовательной среды	1. Уроки 2. Внеурочная деятельность	ежедневно в течение всего года	1. Учителя-предметники 2. Классный руководитель,
Модель организации физкультурно-спортивной и оздоровительной работы	1. Проведение утренней зарядки;	ежедневно	Классные руководители, учителя-предметники
	2. Организация горячего питания;	ежедневно	Классные руководители
	3. Проведение бесед, воспитательных мероприятий (викторин, конкурсов и т.д.) по вопросам ЗДОРОВОГО питания, ЗОЖ, спортивных соревнований и т.п.	по плану ВР	Классные руководители, педагог-организатор, учителя физической

			культуры, приглашенные (сотрудники столовой, медики и т.п.)
	4. Работа кружков и секций;	в течение года по расписанию	Руководители кружков и секций
	5. Проведение плановых медицинских осмотров и т.п.	в течение года по плану	Медработники
Модель профилактической работы	1. Организация работы по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних; 2. Организация работы по профилактике потребления наркотических и психоактивных веществ и формированию культуры здорового образа жизни среди несовершеннолетних; 3. Организация работы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.	в течение года по утвержденным планам (Приложение), по запросу участников образовательных отношений	Заместитель директора, социальный педагог, классный руководитель
Модель просветительской и методической работы	Просвещение осуществляется через лекции, беседы, диспуты, выступления на родительских собраниях, в средствах массовой информации, экскурсионные программы, библиотечные и концертные абонементы, передвижные выставки. В просветительской работе используются информационные ресурсы сети Интернет.	в течение года по плану ВР	Заместитель директора, социальный педагог, классный руководитель, медицинские работники

Ежегодно физкультурно – спортивная и оздоровительная, профилактическая, просветительская и методическая работа по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни активизируется согласно плану ВР при проведении :

1. месячника по предупреждению детского дорожно-транспортного травматизма, профилактической акции «Внимание – дети!» (по особому плану);
2. республиканской акции «Молодежь за здоровый образ жизни» (по особому плану);
3. всероссийской акции «За здоровье и безопасность наших детей» (по особому плану);
4. экологического месячника (по особому плану).

Формирование осознанного отношения к собственному здоровью, устойчивых представлений о здоровье и здоровом образе жизни; факторах, оказывающих позитивное и негативное влияние на здоровье; формирование личных убеждений, качеств и привычек, способствующих снижению риска здоровью в повседневной жизни, включает несколько комплексов мероприятий. Так, **четвертый комплекс** мероприятий формирует у обучающихся: представление о рациональном питании как важной составляющей части здорового образа жизни; знания о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья; готовность соблюдать правила рационального питания; знание правил этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности; представление о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа; интерес к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа; чувство уважения к культуре своего народа, культуре и традициям других народов. В результате реализации данного модуля обучающиеся должны быть способны самостоятельно оценивать и контролировать свой рацион питания с точки зрения его адекватности и соответствия образу жизни (учебной и внеучебной нагрузке). **Пятый комплекс** мероприятий обеспечивает профилактику разного рода зависимостей: развитие представлений подростков о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему; расширение знаний обучающихся о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила; формирование адекватной самооценки, развитие навыков регуляции своего поведения, эмоционального состояния; формирование умений оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих; формирование представлений о наркотизации как поведении, опасном для здоровья, о неизбежных негативных последствиях наркотизации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности самореализации, достижения социального успеха; вовлечение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности; ознакомление подростков с разнообразными формами проведения досуга; формирование умений рационально проводить свободное время (время отдыха) на основе анализа своего режима; развитие способности контролировать время, проведенное за компьютером.

## 2. В рамках Программы воспитания обучающихся (8 – 11 классы):

Одним из направлений воспитательной работы в соответствии со стратегией воспитания в РФ на период до 2025 г. является **«Физическое воспитание и формирование культуры здоровья»**. Оно включает в себя:

- формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни;
- формирование в детской и семейной среде системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания;
- создание для детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, условий для регулярных занятий физической культурой и спортом, развивающего отдыха и оздоровления, в том числе на основе развития спортивной инфраструктуры и повышения эффективности ее использования;
- развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек;
- предоставление обучающимся образовательных организаций, а также детям, занимающимся в иных организациях, условий для физического совершенствования на

основе регулярных занятий физкультурой и спортом в соответствии с индивидуальными способностями и склонностями детей;

- использование потенциала спортивной деятельности для профилактики асоциального поведения;

- содействие проведению массовых общественно-спортивных мероприятий и привлечение к участию в них детей.

Название мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
Ежемесячное обновление уголков «Здоровья» в соответствии с планом на тему: «Здоровое питание», «Полезные привычки», «Личная гигиена», «Питайтесь правильно», «Потребность быть здоровым» и др.	В течение года	Классные руководители
Систематическое проведение классных часов, бесед, лекций по пропаганде здорового образа жизни, правильного питания («Здоровое питание», «Полезная пища», «Вредная пища», «Что мы едим?», «Питание и здоровье человека» и др.), по профилактике вредных привычек (9 тематических классных часов)	В течение года	Классные руководители
Классные родительские собрания - беседы на темы: «Организация школьного питания», «Питание школьников и их здоровье», «Истоки здоровья», «Предупреждение переутомления», «Секреты здоровья ребёнка», «Физическое воспитание девочек», «Физическое воспитание мальчиков», «О вреде наркотиков», «Профилактика курения, алкоголизма, наркомании», «Духовное здоровье» и др.	По графику	Классные руководители, специалисты
Знакомство с содержанием методических уголков «Твой выбор» и «Мы за ЗОЖ» по вопросам правильного питания, по гигиеническому обучению и антиалкогольному, антинаркотическому воспитанию (в фойе 2 этажа напротив медкабинета)	В течение года	Заместитель директора по ВР, социальный педагог
Проведение анкетирования и тестирования на тему: «Школьное питание: качество и разнообразие обедов»; «За что скажем поварам спасибо?»; «Мы за здоровый образ жизнь»	В течение года	Заместитель директора по ВР, социальный педагог
Мониторинг охвата обучающихся горячим питанием	В теч. года	Заместитель директора по УВР, ВР
Анализ качества питания.	Ежедневно	Заместитель дир. по ВР