



В столовой запрещается:

- ! Находиться в столовой в верхней одежде и головном уборе.
- ! бегать, прыгать, толкаться;
- ! кидать предметы, продукты, столовые приборы;
- ! нарушать очередь;
- ! есть стоя;
- ! ставить и класть на поверхность столов учебные сумки, учебники, тетради и прочие школьные принадлежности;



10 правил питания

- 1 правило**
Ешь не менее 4-х раз в день
- 2 правило**
Мой руки перед едой
- 3 правило**
Ешь пищу полезную для здоровья
- 4 правило**
Ешь из чистой посуды
- 5 правило**
Старательно пережевывай пищу
- 6 правило**
Ешь не спеша
- 7 правило**
Не пей сырой воды
- 8 правило**
Не пробуй на вкус неизвестные растения
- 9 правило**
Не ешь пищу, которая потеряла свои цвет, запах и вкус
- 10 правило**
После еды полощай рот

Пищевая пирамида

Жир, масло, соль, сахар, сладости

Мясо, рыба, молоко, яйца

Овощи, фрукты

Хлеб, каши

Информация для родителей.

Памятка для обучающихся, родителей по профилактике неблагоприятных для здоровья и обучения детей эффектов от воздействия устройств мобильной связи.

Здоровьесбережение учащихся

С 2005 года педагогический коллектив особенно активно решает вопросы здоровьесбережения школьников и их социализации.

Для эффективного внедрения здоровьесберегающих технологий созданы материально-технические условия: в каждом классе ученическая мебель подобрана с учетом индивидуальных особенностей учащихся. Во всех классах заменена ученическая мебель в соответствии с возрастными потребностями. Мы должны теперь своевременно менять высоту столов и стульев в соответствии с меняющимся ростом детей. Особенно это актуально в кабинетах начальной школы.

Освещение в классных комнатах соответствует санитарным требованиям на 100%, медицинский и процедурный кабинеты обеспечены необходимым оборудованием, за исключением полихроматических таблиц. Дважды в год проводится мониторинг физического здоровья обучающихся.

Обеспечение условий безопасности для всех участников образовательного процесса — главная задача администрации и всех работников школы. Объектами этой деятельности являются такие, как охрана труда, правила техники безопасности, гражданская оборона, меры по предупреждению террористических актов. С целью обеспечения безопасности людей в образовательном учреждении на особом контроле находится техническое состояние противопожарных, электрических, взрывоопасных и других средств, которые используются в школьной среде обитания.

В течение прошедшего учебного года 5 специалистов школы прошли обучение по охране труда и пожарной безопасности.

На специализированных учебных занятиях изучаются вопросы гражданской обороны, самозащиты в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

В связи с обострением криминальной обстановки, учатившимися случаями террористических актов на территории России проводится определенная профилактическая работа:

- инструктаж с педагогическими работниками, обслуживающим персоналом, учащимися;
- разъяснительная работа среди педагогов, учащихся и родителей по правилам поведения в условиях сложной криминогенной обстановки;
- организуются тренировочные мероприятия по отработке действий при угрозе террористических актов, возгорания, выбросов хлора.

В 2015/2016 учебном году контролировались условия соблюдения правил безопасности в школе:

- своевременная подготовка учебных и профильных кабинетов;
- состояние охраны труда и наличие необходимых средств по охране труда в кабинетах химии, физики, информатики, учебных мастерских, спортивном зале;
- выполнение инструкций при проведении лабораторных работ по физике, химии и ведение журналов по технике безопасности в указанных кабинетах;
- правильность хранения химических реактивов в лабораторном кабинете химии;
- выполнение обучающимися инструкций по охране труда на уроках трудового обучения, при работе на пришкольном участке.

Приоритетным направлением в области организации условий безопасности администрация школы считает совокупность мероприятий образовательного, просветительного, административно-хозяйственного и охранного характера с организацией мониторинга по ряду вопросов. Система безопасности школы функционирует бесперебойно, находится в постоянном развитии, контролируется органами государственного и общественного управления.

Здоровьесбережение школьников – важнейшая проблема всего педагогического и обслуживающего персонала школы. Состояние здоровья обучающихся — один из ключевых показателей эффективности образовательной программы. Отсутствие отрицательной динамики свидетельствует о правильной организации образовательного процесса.

Показатели состояния здоровья учащихся

При таких параметрах детского здоровья исключительно остро стоит вопрос изучения влияния факторов обучения на здоровье ребенка.

Исходя из этого в школе предусмотрено следующее:

1. Учебный процесс организован в соответствии с нормами техники безопасности (соблюдаются санитарно-гигиенические, санитарно-медицинские, противопожарные нормы).
2. Реализуются государственные стандарты общего образования, обеспечивающие разгрузку содержания школьного образования в интересах здоровья детей.
3. Обучение проходит по программам, соответствующим возможностям, способностям, уровню здоровья обучающихся.
4. В педагогическом коллективе формируется понимание приоритетности проблем сохранения и укрепления здоровья детей и подростков, активизируется деятельность по усилению просветительской работы в области здорового образа жизни.
5. Проводятся семинары о профилактике простудных заболеваний, о значении реакции манту, о профилактике нарушения осанки и зрения. На педагогических советах, заседаниях методических объединений, родительских собраниях рассматриваются вопросы, касающиеся заболеваемости детей, питания учащихся, организации летней оздоровительной работы.
6. Соблюдается режим проветривания.
7. Разработан график каникул с учетом персональной нагрузки на образовательную программу.
8. Организован внутришкольный контроль за двигательной активностью на разных этапах обучения.
9. Разработан комплекс физкультурно-оздоровительной работы (динамический час, физкультпауза на уроках, «двигательные перемены» для учащихся 1-й, 2-й ступени образования).
10. Проводятся общешкольные оздоровительные мероприятия – дни здоровья, спортивная пятница.
11. Учебно-воспитательный процесс построен на основе здоровьесберегающих технологий.
12. Организована подготовка педагогов к индивидуальной работе с детьми, имеющими особые образовательные нужды.
13. Уроки физкультуры в 1-8-х классах проводятся по трехчасовой программе.
14. Дополнительная двигательная активность обеспечивается на уроках ритмики и театра.
15. Дети, стоящие на диспансерном учете, включаются в активный двигательный режим через динамические паузы, физкультминутки, спортивный час, прогулки на свежем воздухе в ГПД (не менее двух часов ежедневно), проведение спортивных соревнований, праздников.
16. Пропаганда здорового образа ведется в рамках учебных программ:
 - валеологическое воспитание (программа Л.П.Нестеренко),
 - развитие мыслительных процессов методом аутогенной тренировки (программа Л.В.Петрущенковой).
17. Школьники участвуют в Международных днях отказа от курения профилактики наркомании, борьбы с ВИЧ.

На особом контроле администрации стоит вопрос дозировки домашнего задания учащихся. Регулярно (по графику) проводятся административные проверки нагрузки учащихся по выполнению домашних заданий. Результаты контроля обсуждаются на заседаниях педагогических советов, методических объединений. Поддерживается и распространяется через презентации педагогический опыт вариативных домашних заданий с учетом интеллектуальных и физиологических возможностей учащихся.