

## **Необходимые условия для охраны и укрепления здоровья, организации питания обучающихся.**

В настоящей концепции понятие «здоровье» определяется не только как отсутствие болезней и физических дефектов, а как состояние физического, душевного и социального благополучия человека. Являясь целостным социально-психологическим явлением, здоровье школьника представляет интегративный критерий качества современного образования. Подготовить учащегося к самостоятельной жизни - это значит сформировать у него адекватные механизмы физиологической, психологической, социальной адаптации к окружающей действительности, готовность к самостоятельной жизни. Деятельность по созданию условий для сохранения здоровья учащихся в обязательном порядке должна учитывать те факторы, которые влияют на здоровье ребенка: и экологические, и социальные, и санитарно-гигиенические.

Школа не может заменить медицинские учреждения и вылечить заболевание. Школа лишь может создать условия для профилактики новых заболеваний и сохранению здоровья, может содействовать формированию потребности в здоровом образе жизни, может научить учащихся защищать свою жизнь и сохранять свое здоровье. Необходимо сформировать у детей устойчивые мировоззренческие представления об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни как необходимом условии реализации личностных устремлений. Поэтому процесс формирования здоровья невозможен без целостной системы воспитания.

В школе разработана и реализуется комплексная программа «Шаг за шагом – к здоровью».

**Цель:** создание условий, способствующих сохранению здоровья учащихся, формированию у них потребности в здоровом образе жизни.

### **Задачи:**

- создать здоровьесберегающую среду образовательного процесса, способствующую успешному развитию учащихся и сохранению их здоровья;
- продолжать реализацию профилактических программ, систему мероприятий, направленных на формирование потребности в сохранении и укреплении здоровья у учащихся, родителей и педагогического коллектива;
- вовлекать в совместную деятельность по здоровьесбережению всех участников учебно-воспитательного процесса.
- формировать и развивать здоровьесберегающую инфраструктуру образовательного учреждения;
- рационализировать организацию учебной и внеучебной деятельности обучающихся;
- разнообразить и повысить эффективность физкультурно-оздоровительной работы в школе;
- внедрить в систему работы образовательного учреждения программ, курсов, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных, воспитательных модулей или компонентов, включённых в учебно -воспитательный процесс;
- организовать систематическую просветительскую работу с родителями;
- вовлекать в совместную деятельность по здоровьесбережению всех членов школьного сообщества и микросоциума.

Критерии эффективности реализации данной программы:

- создание здоровьесберегающей среды;
- стабильность и положительная динамика состояния здоровья учащихся МБОУ «СОШ №2 им.А.И.Исаевой»;
- повышение уровня сформированности ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья учащихся;
- удовлетворённость организацией образовательного процесса и условиями обучения со стороны учащихся и их родителей.

Здоровье подрастающего поколения – важный показатель качества жизни общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и формирующий ее развитие в будущем. Всемирной организацией здравоохранения признано, что здоровье – это не просто

отсутствие болезней, а состояние физического, психического и социального благополучия. При этом подразумевается гармоничное сочетание социального, физического, интеллектуального, эмоционального и духовного аспектов жизни. Осуществить такую деятельность способен только человек, обладающий определенным мировоззрением, высоким уровнем развития личности, определенными убеждениями и установками, а также всесторонними знаниями, умениями и привычками здорового образа жизни.

Дети проводят в школе значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья – дело не только семьи, но и педагогов. Здоровьесбережение стало одним из атрибутов образовательного процесса в школе. Оно проявляется в применении здоровьесберегающих технологий, организации здоровьесберегающей среды, совместной деятельности учителей, классных руководителей и воспитателей нацеленной на формирование культуры здоровья обучающихся.

Необходимо менять ориентиры в системе образования, и сверхзадачей любого урока, любых взаимоотношений школы и школьника, любого административного начинания должна быть установка (как у врача) — «не навреди» физическому, психическому и духовному здоровью ребенка.

В педагогической практике сегодняшнего дня можно выделить три основные группы подходов к решению проблемы здоровья в школе: профилактический, методический и формирование здоровой личности.

Профилактический подход предусматривает передачу базовых знаний об индивидуальном здоровье; медико-социальный мониторинг состояния здоровья учащихся; работу по профилактике вредных привычек и возможных заболеваний. Это просветительский и непосредственно обучающий подход, как правило, сфера деятельности классных руководителей, учителей биологии, физкультуры, ОБЖ; информация по технике безопасности на уроках физики, химии, технологии и др.

Методический подход учитывает негативное воздействие на здоровье самой действующей системы обучения. Он предполагает использование учителем демократических методов организации учебного процесса; отказ от авторитарного стиля; обучение обучающихся способам и приёмам взаимодействия с самим собой, своим внутренним миром, друг с другом и со взрослыми, с окружающим обществом и природой; обучение навыкам самоорганизации и самообразования; формирование среды сотрудничества школьников и учителей в ходе учебного процесса. Основная его цель — создание силами школьного коллектива нетравмирующей и безопасной развивающей школьной среды для обучающихся. Кроме того, каждый учитель средствами своего предмета может и должен осуществлять оздоровительную направленность уроков. И, наконец, функция педагогической деятельности предполагает личный пример учителя, ведущего здоровый образ жизни.

Третий подход — формирование здоровой личности. Он включает в себя оба выше названных направления, а также организацию системы условий для сохранения и созидания здоровья. Это увеличение часов на занятия по физической культуре, проведение физкультминуток; развитие системы спортивных секций; вовлечение обучающихся в различные виды реальной творческой деятельности; организация здорового качественного питания. Такой серьёзный комплексный подход возможен только общими усилиями всех работников школы.

## **Основные направления деятельности:**

### **1.Создание здоровьесберегающей и здоровьесозидающей образовательной среды:**

- Здоровье сберегающие медицинские технологии;
- Здоровье сберегающие технологии административной работы в школе;

- Здоровье сберегающие технологии семейного воспитания;
- Здоровье формирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.
- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- планомерная организация питания учащихся;

## **2. Просветительское (профилактическое) направление** предполагает:

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании (совместно с органами ученического самоуправления и волонтерами);
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании и др;
- пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры);
- совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.

## **3. Психолого-педагогическое направление** предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий в учебной деятельности, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование психолого - медико - педагогической деятельности
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся

## **4. Спортивно-оздоровительное направление** предполагает:

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

## **5. Диагностическое и медицинское направление** предполагает:

- обязательное медицинское обследование всех возрастных категорий учащихся;
- проведение мониторинга состояния здоровья учащихся, в ходе которого выявляются общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний; текущая заболеваемость, в том числе

скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей); режим дня, бытовые условия; внешкольная занятость дополнительными занятиями.

### Основные мероприятия данного блока:

№ п/п	Мероприятия	Исполнители	Сроки	Ожидаемые результаты
1	Проведение мониторинга за состоянием здоровья учащихся.	заместитель директора по УВР, медицинские работники.	январь-февраль	База данных состояния здоровья учащихся.
2	Обеспечению обучающихся в школе качественным сбалансированным горячим питанием.	Директор, зам. директора по УВР	Ежегодно	Увеличение доли обучающихся школы, которые получают полноценно е горячее питание
3	Реализация мер по раннему выявлению потребителей наркотических средств, индивидуальной профилактической работе среди обучающихся.	Зам. директора по УВР	Ежегодно	Профилактика девиантного поведения. Укрепление здоровья обучающихся.
4	Разработка и внедрение в практику школы профилактических образовательных программ, направленных на формирование культуры здорового образа жизни.	Зам. директора по УВР,	Ежегодно	Физическое развитие обучающихся.
5	Внедрение современных технологий в трехчасовую общеобразовательную программу по физической культуре	Зам. директора по УВР, учителя физической культуры	Ежегодно	
6	Определение детей в основную, подготовительную и специальную группу	Медицинский работник Зам. директора по УВР	Сентябрь ежегодно	Обеспечение индивидуального подхода к обучающимся
7	Медосмотр обучающихся	Медицинский работник	Ежегодно	Раннее прогнозирование результатов Снижение заболеваемости Организация целенаправленной профилактической работы
8	Организация и проведение динамических пауз	Учителя-предметники	Постоянно	Укрепление здоровья обучающихся
9	Организация уроков физической культуры с учетом мониторинга уровня физического здоровья и индивидуальных особенностей обучающихся.	Учитель физической культуры	В течение учебного года	Осуществление индивидуального подхода в работе с обучающимися.
10	Организация работы спортивных секции	Зам. директора по УВР, учитель физической	Сентябрь ежегодно	

		культуры		
11	Мониторинг занятости обучающихся в спортивных секциях.	Зам. директора по УВР	Сентябрь, январь ежегодно	Система воспитательной деятельности по формированию здорового образа жизни.
12	Организация и проведение Дней Здоровья.	Зам. директора по УВР, учитель физической культуры	ежегодно по плану школы	
13	Организация и проведение школьных спортивных соревнований.	учитель физической культуры	ежегодно по плану школы	
14	Организация и проведение акций здоровья.	Зам. директора по УВР	ежегодно по плану школы	Повышение информированности родителей о состоянии здоровья детей и факторах, формирующих здоровье школьников. Мотивация школьников к занятиям спортом, формирование ЗОЖ
15	Классные часы.	Классные руководители	ежегодно по плану школы	
16	Организация родительского всеобуча. Беседы для родителей	Классные руководители, психолог,	ежегодно по плану школы	
17	Включение в план методической работы школы мероприятий по проблеме здоровьесбережения	заместитель директора по УВР, медицинские работники.	январь	План методической работы школы мероприятий по проблеме здоровьесбережения
19	Взаимодействие с органами системы профилактики по вопросам профилактики, сохранения и укрепления здоровья воспитанников, обучающихся в данном учебном заведении	заместитель директора по УВР, медицинские работники.	ежегодно по плану школы	формирование у обучающихся мотивации на сохранение и укрепление здоровья, потребности быть здоровым;
20	Организация просветительской работы среди родителей. Привлечение родителей к осуществлению совместной оздоровительной работы в школе и профилактической работы с детьми	заместитель директора по УВР, медицинские работники.	ежегодно по плану школы	Повышение информированности родителей о состоянии здоровья детей и факторах, формирующих здоровье школьников.

В качестве основных целевых ориентиров развития физической культуры и спорта в школе определены:

увеличение доли лиц, занимающихся физической культурой и спортом,

увеличение количества призовых мест (медалей), завоеванных обучающимися школы на соревнованиях, в том числе и муниципального масштаба,

увеличение количества школьников, имеющих полное отсутствие пропусков по болезни

В целях доступности медицинской помощи в школе организована работа медицинского кабинета, укомплектованы аптечками, средствами первой помощи кабинеты повышенной опасности, а также все кабинеты средствами индивидуальной защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

Результаты мониторинговых исследований позволяют провести анализ имеющегося состояния здоровья обучающихся и наметить пути по его сохранению и укреплению.

Состояние здоровья обучающихся:

Состояние здоровья обучающихся						
Учебный год	Всего учащихся в ОУ	Количество учащихся				
		Практически здоровых (I группа)	Имеющих отклонения в состоянии здоровья (II группа)	Имеющих хронические заболевания (III группа)	Инвалидов (IV группа)	V группа здоровья
2021	1018	109	856	57	0	6
2022	1040	112	869	53	0	6

Охват школьников горячим питанием составляет 100%, организация питания осуществляется через горячие завтраки, обеды, буфетную продукцию за средства родителей, а также за средства бюджета для детей из семей с низким прожиточным уровнем.

### Использование здоровьесохраняющих технологий в образовательном процессе

№ п/п	Название технологии	Предметы	Классы	С какого года реализуется	Результаты
Создание в школе действенного санитарно-гигиенического режима					
1	Динамическая пауза	по всей школе	1-4 классы	5 лет	Увеличение двигательной активности, профилактика заболеваний
2	Контроль за соблюдением режима чистоты	по всей школе	1-11 классы	постоянно	Создание условий для повышения эффективности системы оздоровительных мероприятий в школе за счет соблюдения регламентирующих требований СанПиНа
3	Контроль за соблюдением воздушно-теплого режима	по всей школе	1-11 классы	постоянно	
4	Составление расписания уроков и второй половины дня согласно нормам СанПиНа	по всей школе	1-11 классы	постоянно	
5	Контроль за соблюдением требований к режиму учебно-воспитательного процесса	по всей школе	1-11 классы	постоянно	
6	Контроль за уровнем освещения	по всей школе	1-11 классы	постоянно	
7	Контроль за соблюдением требований к помещениям и оборудованию в классах	по всей школе	1-11 классы	постоянно	
9	Проведение Игрового ГТО	физкультура	1-11 классы	5 лет	
10	Проведение ОФП на базе тренажерного зала	ГПД, вторая половина дня	1-11 классы	3 года	Уменьшение процента заболеваемости учащихся
11	Организация подвижных игр	вторая, третья перемены	1-4 классы	постоянно	Уменьшение количества учащихся с патологией здоровья
	Проведение общешкольных дней	для всей школы	классы		

	здоровья				
Профилактика психологического здоровья учащихся					
1	Психологическое консультирование учащихся	для всех учащихся	1-11 классы	5 лет	Оказание помощи в решении проблем
2	Психологическое консультирование родителей	по запросам	1-11 классы	5 лет	
3	Психологическое консультирование учителей	по запросам		постоянно	
4	Проведение психологических тренингов для учащихся	по плану психолога	1-11 классы	постоянно	Создание условий для развития позитивного мышления, формирования умений организации оптимального общения
5	Изучение эмоционального состояния учащихся	по плану психолога	1-11 классы	5 лет	Оказание помощи в формировании умений жить в гармонии с самим собой
Пропаганда здорового образа жизни, формирование потребности в укреплении и профилактике своего здоровья					
1	Семинары для учителей по повышению компетентности в области здоровьесохраняющих технологий 1 раз в год			5 лет	Активизация роли здоровьесохраняющих технологий в УВР
2	Тематическое родительское собрание по применению в семье здоровьесберегающих технологий		1-11 классы	ежегодно	Повышение компетентности родителей в области здорового образа жизни
3	Организация консультаций врачей узких специалистов для родителей		1-11 классы	ежегодно	Помощь в решении текущих вопросов, связанных со здоровьем детей
4	Лекции врача школы, привлеченных специалистов		6-11 классы	постоянно	Повышение компетентности учащихся в области здорового образа жизни
5	Использование отдельных тематических разделов	биология, природоведение, химия, физика, литература, физкультура,	1-11 классы	постоянно	Повышение компетентности учащихся в области здорового образа жизни

предмета с целью пропаганды здорового образа жизни	ОБЖ психология			
--	-------------------	--	--	--

Согласно Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2013 года № 273-ФЗ, регулирующий отношения в сфере образования. Одним из принципов данного правового регулирования провозглашается приоритет жизни и здоровья граждан – участников отношений в сфере образования. Особое внимание при этом обращается на охрану здоровья учащихся – прежде всего из числа лиц, не достигших совершеннолетия (школьников), а также лиц с ограниченными возможностями здоровья. В соответствии со статьей 41 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2013 года МБОУ СОШ № 50 обеспечивает условия для охраны здоровья учащихся.

Основные меры, направленные на обеспечение охраны здоровья учащихся, включают:

- 1) оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья;
- 2) организацию питания учащихся;
- 3) определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул (согласно локальных актов ОО);
- 4) пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда;
- 5) организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления учащихся, для занятия ими физической культурой и спортом;
- 6) прохождение учащимися в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации.

Порядок диспансерного наблюдения определен приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 21 декабря 2012 г. № 1348н (о диспансеризации учащихся в возрасте 18 лет и старше см. приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 3 декабря 2012 г. № 1006н). Профилактические медицинские осмотры учащихся организуются в порядке, установленном совместным приказом Минздрава России и Ми-образования России от 30 июня 1992 г. № 186/272;

- 7) профилактику и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ;
- 8) обеспечение безопасности учащихся во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;
- 9) профилактику несчастных случаев с учащимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;
- 10) проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий.

В школе созданы условия для охраны здоровья учащихся, в том числе осуществляется:

- 1) текущий контроль за состоянием здоровья учащихся;
- 2) проведение санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучение и воспитание в сфере охраны здоровья учащихся;
- 3) соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов. Для учащихся, которые по состоянию здоровья не могут посещать школу, может быть организовано обучение на дому. Основанием для обучения на дому являются заключение медицинской организации и в письменной форме обращение родителей (законных представителей)

Питание учащихся в школе организовано в соответствии с требованиями ФЗ «О санитарно - эпидемиологическом благополучии населения» №52 от 12.03.99 и требованиями СанПин 2.4.5.2409-08 «Санитарно -эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования». Горячее питание учащихся осуществляется на основе примерного циклического меню, утвержденного директором школы и согласованного с Роспотребнадзором. В целях качественной организации питания в школе ведется постоянный контроль питания.



### **Организация питания, медицинского обслуживания:**

Питание учащихся организовано в соответствии с контрактом на оказание услуг по организации питания НГМУП «Школьное питание».

Столовая работает в режиме полного приготовления пищи.

Питание в столовой отвечает санитарно – эпидемиологическим нормам, согласно перспективного меню, согласованного с ТУ «Роспотребнадзор».

В столовой школы 189 посадочных мест.

Охват полноценным горячим питанием учащихся (завтраки и обеды) в среднем в течение года составляет 64 % - 639 учащихся: -1-4 классы – 367 (100%) учащихся

-5-9 классы – 202 (38 %) учащихся.

-10-11 классы- 70 (49%) учащихся

За счёт средств окружного бюджета питание получают 220 (22%) учащихся, в том числе:

-дети из малоимущих семей

-дети из многодетных семей

- находящихся под опекой (попечительством) в возрасте до 18 лет - обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья

Медицинское сопровождение учебного процесса осуществляется ежедневно, через работу фельдшера, в соответствии с действующим договором о сотрудничестве с Бюджетным учреждением Ханты – Мансийского округа - Югры «Нефтеюганская окружная клиническая больница имени В.И.Яцкив» и в рамках утверждённого плана работы школьного фельдшера.

В школе функционируют медицинский, стоматологический кабинеты. Кабинеты отвечают современным требованиям, оснащены необходимым оборудованием, инвентарём.

### **Обеспечение безопасности:**

Охрану школе осуществляет ООО ЧОП «Гамбит», данное предприятие имеет соответствующие разрешительные документы, оплата сотрудников производится за счёт средств бюджета города Нефтеюганска.

В течение учебного процесса в школе организовано дежурство администрации и педагогических работников. В ночное время охрану осуществляют сторожа.

Территория школы огорожена, для срочного вызова полиции имеется «тревожная кнопка». Установлена пожарная сигнализация, система круглосуточного видеонаблюдения.

### **Условия для обучения учащихся с ограниченными возможностями здоровья:**

В школе сложилась система работа с учащимися, требующими индивидуальных условий обучения по медицинским показаниям (домашнее обучение). Разработан учебный план, произведена корректировка учебных программ по предметам, отработан механизм взаимодействия с родителями (законными представителями) данной категории учащихся. Такой формой обучения воспользовались:

Классы	2019-2020	2020-2021	2021-2022
1-4	12	12	12
5-9	4	7	4
10-11	-	-	-
Всего	16	19	16

Вход в школу оборудован двумя ролпандусами и функцией «Беспроводная система вызова помощника» с пиктограммой «Инвалид+».

## ВОПРОСЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ В КУРСЕ ПРЕПОДАВАНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ПРЕДМЕТОВ

Вопросы оздоровления	предмет	изучаемые темы по предмету	содержание вопроса по оздоровлению
5-8 классы			
Здоровье школьника и факторы влияющие	Природоведение. ОБЖ.	Условия безопасного поведения	Понятие здоровья. Основные условия здорового образа жизни, занятия физкультурой и спортом, соблюдение режима питания, занятий, отдыха и сна.
Режим -важнейшее условие успешной учебы и хорошего здоровья школьников.	Природоведение.		Что такое режим. Значение режима дня для сохранения и укрепления здоровья. Составление примерного режима дня.
Личная гигиена школьника.	Природоведение. ОБЖ. Технология.	Первая медпомощь при травмах	Уход за телом, умывание, мытье рук. Чистота-залог здоровья. Гигиена одежды и обуви.
Профилактика нарушений осанки.	На всех предметах.		Характеристика правильной осанки и ее значение для здоровья человека. Причины нарушения осанки и меры предупреждения этих нарушений. Принятие правильных поз в положении стоя, сидя, лежа.
Профилактика простудных заболеваний.	Природоведение. ОБЖ.		Закаливание - основное средство профилактики простудных заболеваний. Знания о различных методах закаливания. Что нужно делать во время болезни, чтобы ускорить выздоровление.
Профилактика плоскостопий.	Природоведение.		Характеристика нормальной стопы. Понятие о плоскостопии. Причины развития плоскостопия и меры их предупреждения.

Профилактика и причины некоторых заболеваний организма человека.	Биология.	Изучение семейств растений. Грибы. Бактерии и простейшие. Паразитические черви. Насекомые- переносчики инфекционных заболеваний.	Правила сбора и сушки лекарственных растений. Распознавание ядовитых грибов. Меры профилактики заболеваний, вызванных бактериями и простейшими. Меры борьбы с насекомыми-переносчиками инфекционными заболеваниями.
	Физика	Оптика. Атмосферное давление. Постоянный ток. Магнитное поле.	Сохранение зрения. Физические явления, вызывающие нарушения здоровья.
	Химия.	Вода.	Методы очистки воды.
	ОБЖ.	Автономное существование человека	Оказание самопомощи при травмах, укусах насекомых и животных, при отравлениях ядовитыми грибами или растениями.
	География.	Растительный мир природных зон. Климат и жизнь.	Лекарственные травы. Влияние климатических условий на здоровье человека.
	Технология.	Кулинария.	Определение доброкачественности продуктов питания, правила их обработки. Технология приготовления пищи.
Техника безопасности при выполнении практических работ.	Биология. Физика. Химия.	Все лабораторные работы.	Умение работать с лабораторным оборудованием.
9-11 классы			
Человек-жизнь-здоровье.	Биология.		Основополагающие принципы здорового образа жизни: физические нагрузки, рациональное питание, закалка, время и умение отдыхать. Различные методы оздоровления организма.
Экология и здоровье.	Экология.	Экологические законы и проблемы человечества. Рациональное природопользование	Сохранение экологического равновесия -необходимое условие для здоровья человека. Причины возникновения экологических нарушений и меры их предупреждения. Влияние плохих условий окружающей среды на здоровье человека.

	Биология.	Трудовая деятельность. Сохранение здоровья человека.	Гигиена труда. Оптимальные условия функционирования организма человека.
	Физика.	Излучения. Радиоактивность. Тепловые машины	Влияние различных излучений и радиации на здоровье человека. Нарушение озонового слоя и "парниковый эффект"-глобальные экологические проблемы.
	Химия.	Азот и фосфор. Углерод и кремний. Металлы	Повышенное содержание нитратов в почве и в продуктах питания-последствия этого. Загрязнение воздуха, почвы и воды катионами металлов.
Здоровье и наследственность	Биология	Размножение и развитие организма. Генетика.	Наследственные заболевания. Профилактика СПИДа и венерических заболеваний.
	Физика	Излучения, Радиоактивность, Электромагнитные поля.	Причины, вызывающие мутации в организме. Образ жизни женщины во время беременности. Вредные привычки, влияющие на наследственность ( курение, алкоголизм , наркомания ).
Самооценка здоровья	Биология	Химический состав клетки. Гигиена	Значение количественных и качественных характеристик здорового организма. Приемы и методы оценки своего здоровья.
	Физика	Оптика. Колебания и волны. Молекулярная физика. Ядерная физика	Проба по К.Бутеико, размер здоровья по Н.Амосову. Методы релаксации. Психотренинг.
	Химия	Белки, жиры, углеводы	