



НУ „Захари Стоянов“ гр. Любимец, област Хасково
ул. „Църковна“ №15, тел.: 0889529645 e-mail: z.stoyanov.lyubimets@gmail.com

УТВЪРЖДАВАМ:

ДИРЕКТОР: ДОЧКА КЮЧУКОВА

ЗАПОВЕД № РД - 14 – 19/15.09.2022 г.

Програма за здравно образование

**В НУ „ЗАХАРИ СТОЯНОВ“ – ЛЮБИМЕЦ
ПРЕЗ УЧЕБНАТА 2022-2023 г.**

Здравното образование в училищната система е основният фактор за придобиване от учениците на необходимите знания, умения и компетентности, свързани със здравословния начин на живот. Затова създаването на адекватни и широкообхватни програми по здравно образование е от изключително значение.

Здравното образование е насочено към широк кръг от теми, като емоционално и психично здраве, хранене, алкохол, тютюнопушене и употреба на други психоактивни вещества, сексуално и репродуктивно здраве и др.

Целите на здравното възпитание като образование за формиране на ценности, нагласи и умения за активно включване в обществения живот са отражение на демократизиращата и социална функция на образованието към обществото. С Наредба № 13 от 21.09.2016 г. се определя държавният образователен стандарт за гражданското, здравното, екологичното и интеркултурното образование. Формите за провеждане на здравновъзпитателен процес в училище са разнообразни и имайки предвид, че здравното образование е иманентна част от образователния процес, то може да се провежда в часа на класа, в часовете за занимания по интереси, в рамките на дейностите по обща подкрепа за личностно развитие по реда и при условията на държавния образователен стандарт на приобщаващото образование.

Програмата по здравно образование цели да подпомага личностното развитие и подготовката на младия човек за социална реализация чрез формирането на положително отношение към здравословния начин на живот, нерисково и социално адаптивно поведение.

Цели:

Формиране у учениците на здравно-хигиенна култура и навици за здравословен стил на живот.

Повишаване на информираността за редица заболявания, за рационалното хранене и за вредата от употребата на наркотици, алкохол и цигари.

Задачи:

Да предаде на учениците знания за съвременните аспекти на здравето, здравословния начин на живот, сексуалните взаимоотношения, наркотичните вещества, индивидуалните и социалните последици от тяхната употреба и от рисковото поведение като цяло.

Да формира у учениците положителни нагласи и отношение към личното здраве, здравословния начин на живот, самостоятелния информиран и отговорен избор за здравно поведение.

МОДЕЛ НА ПРОГРАМА ПО ЗДРАВНО ОБРАЗОВАНИЕ

Ядро	Очаквани резултати	Резултати по теми	Основни понятия	Дейности
Хранене и здраве	Разширяване на знанията за здравословното хранене и отражението на неправилния начин на хранене върху здравето на децата.	Тема 1: „ Разумно хранене “ <i>Очаквани резултати:</i> 1. Придобиват знания за правилното хранене и отражението му върху здравето.	правилно хранене	– разглеждат нагледни материали - хранителната пирамида – разказват за своя режим на хранене и предпочитани храни
	Формиране на нагласа за изграждане на навици за здравословно хранене.	2. Знаят що е наднормено тегло. 3. Затвърдяват и разширяват знанията си за	рискове при неправилно хранене – наднормено тегло	– дискусия върху употребата на здравословни и нездравословни храни и напитки

		значението на витамините в детската възраст.		– изготвят индивидуален хранителен режим
Хранене и здраве	<p>Разширяване на знанията за здравословното хранене и отражението на неправилния начин на хранене върху здравето на децата.</p> <p>Формиране на нагласа за изграждане на навици за здравословно хранене.</p>	<p>Тема 2: „Здравна азбука“ <i>Очаквани резултати:</i></p> <p>1. Разбират що е здравословно хранене.</p> <p>2. Придобиват знания и умения за здравословен режим на хранене в детската възраст.</p>	<p>здравословни храни</p> <p>пирамида на здравословното хранене</p>	– практически занятия с ученици от начален етап
Хранене и здраве	<p>Разширяване на знанията за здравословното хранене и отражението на неправилния начин на хранене върху здравето на децата.</p> <p>Формиране на нагласа за изграждане на навици за здравословно хранене.</p>	<p>Тема 3: „Енергийни напитки и вредното им въздействие върху подрастващия организъм“ <i>Очаквани резултати:</i></p> <p>1. Придобиват знания за правилното хранене и отражението му върху здравето.</p> <p>2. Повишават информираността си за вредата от употребата на енергийни напитки.</p>	<p>съдържание на напитките</p> <p>рискове при употреба</p>	<p>– презентация</p> <p>– дискусия върху употребата на здравословни и нездравословни храни и напитки</p>
Хранене и здраве	<p>Разширяване на знанията за здравословното хранене и отражението на неправилния начин на хранене върху здравето на децата.</p> <p>Формиране на нагласа за изграждане на навици за здравословно хранене.</p>	<p>Тема 4: „Заразни болести“ <i>Очаквани резултати:</i></p> <p>1. Придобиват знания за рисковите фактори, които спомагат за възникване на заболяванията.</p> <p>2. Повишават информираността си относно профилактиката на заразните заболявания.</p>	източници на зараза	<p>– беседа</p> <p>– раздаване на информационни брошури</p>
Опазване на здравето	<p>Разширяване на знанията за първа долекарска помощ (ПДП) и изграждане на навици за адекватна реакция при нужда от оказване на ПДП.</p>	<p>Тема 5: „Първа долекарска помощ“ <i>Очаквани резултати:</i></p> <p>1. Придобиват знания за оказване на ПДП при различни състояния.</p>	ПДП	– презентация, демонстрация, състезание

		2. Повишават информираността си относно профилактиката на различни травматични увреди.		
Лична хигиена и здраве	<p>Придобиване на знания за болести, предавани по въздушно-капков път, и начините за предпазване.</p> <p>Разширяване на знанията за ролята на личната хигиена и придобиване на навик за поддържането ѝ.</p>	<p>Тема 1: „Болести на мръсните ръце“</p> <p>Очаквани резултати:</p> <p>1. Придобиват знания за болести, предавани по въздушно-капков път и чрез физически допир, и начините за предпазване.</p> <p>2. Осъзнават ролята на добрата лична хигиена.</p>	<p>въздушно-капков път</p> <p>хигиена</p>	<p>– беседа</p> <p>– мултимедийна презентация</p> <p>– работа в групи</p>
Лична хигиена и здраве	<p>Придобиване на знания за болести, предавани по въздушно-капков път, и начините за предпазване.</p> <p>Разширяване на знанията за ролята на личната хигиена и придобиване на навик за поддържането ѝ.</p>	<p>Тема 2: „Хепатит и здраве“</p> <p>Очаквани резултати:</p> <p>1. Придобиват знания за болести, предавани по въздушно-капков път и чрез физически допир, и начините за предпазване.</p> <p>2. Придобиват знания за видовете хепатит и начините на заразяване.</p> <p>3. Осъзнават ролята на добрата лична хигиена.</p>	<p>хепатит</p> <p>източници на зараза</p>	<p>– беседа</p> <p>– работа в групи</p>
Лична хигиена и здраве	<p>Придобиване на знания за болести, предавани по въздушно-капков път, и начините за предпазване.</p> <p>Разширяване на знанията за ролята на личната хигиена и придобиване на навик за поддържането ѝ.</p> <p>Осъзнаване на важността на проблема за поддържането на чистота чрез опазването на околната среда.</p>	<p>Тема 3: „Чистотата е здраве“</p> <p>Очаквани резултати:</p> <p>1. Придобиват знания за болести, предавани по въздушно-капков път и чрез физически допир, и начините за предпазване.</p> <p>2. Осъзнават ролята на добрата лична хигиена и поддържането на чиста околна среда.</p>	<p>чистота</p> <p>болести</p> <p>микроби</p>	<p>– презентация „Приказка за Кралица Чистота и Цар Боклук“</p> <p>– беседа</p>
Лична хигиена и здраве	<p>Придобиване на знания за болести, предавани по въздушно-капков и хранителен път, и начините за предпазване.</p> <p>Разширяване на знанията за ролята на личната хигиена и придобиване на навик за поддържането ѝ.</p>	<p>Тема 4: „Болести и техните причинители“</p> <p>Очаквани резултати:</p> <p>1. Придобиват знания за болести, предавани по въздушно-капков и хранителен път, и начините за предпазване.</p> <p>2. Осъзнават ролята на добрата лична хигиена и поддържането на чистота.</p>	<p>заразни болести</p> <p>незаразни болести</p> <p>бактерии</p> <p>вируси</p>	<p>– презентация „Болести“</p> <p>– обсъждане</p>
Тютюнопушене, наркотици и алкохол	<p>Придобиват знания за последствията от употребата на вредни за</p>	<p>Тема 1: „Пушене – последици“</p> <p>Очаквани резултати:</p>	<p>никотин</p>	<p>– мултимедийна презентация</p>

	<p>организма вещества; що е зависимост – бягство от проблемите или проблем са упойващите вещества.</p>	<p>1. Получават знания за влиянието на веществата в цигарата върху организма. 2. Осъзнават вредния навик тютюнопушене като пагубен за човешкото здраве.</p>	<p>катранени вещества канцерогенни вещества</p>	<p>– прожекция на образователния филм „Денят на Яна“</p>
<p>Тютюнопушене, наркотици и алкохол</p>	<p>Придобиват знания за последствията от употребата на вредни за организма вещества; що е зависимост – бягство от проблемите или проблем са упойващите вещества.</p>	<p>Тема 2: „Вредата от тютюнопушенето“ Очаквани резултати: 1. Получават знания за активното и пасивното пушене. 2. Осъзнават вредния навик тютюнопушене като пагубен за човешкото здраве. 3. Търсят и намират начини за убеждаване на близки и познати в необратимите последици от тютюнопушенето върху органите в човешкия организъм.</p>	<p>активно пушене пасивно пушене bronхиална астма</p>	<p>– прожекция на образователния филм „Невидимият“ – обсъждане в голяма група</p>
<p>Тютюнопушене, наркотици и алкохол</p>	<p>Придобиват знания за последствията от употребата на вредни за организма вещества; що е зависимост – бягство от проблемите или проблем са упойващите вещества.</p>	<p>Тема 3: „Пагубният ефект от тютюнопушенето“ Очаквани резултати: 1. Получават знания за активното и пасивното пушене. 2. Осъзнават вредния навик тютюнопушене като пагубен за човешкото здраве. 3. Търсят и намират начини за убеждаване на близки и познати в необратимите последици от тютюнопушенето върху органите в човешкия организъм.</p>	<p>активно пушене пасивно пушене неонатална смъртност</p>	<p>– прожекция на образователния филм „Пушенето забранено“ – обсъждане в голяма група</p>
<p>Тютюнопушене, наркотици и алкохол</p>	<p>Придобиват знания за последствията от употребата на вредни за организма вещества; що е зависимост – бягство от проблемите или проблем са упойващите вещества.</p>	<p>Тема 4: „Не на тютюнопушенето“ Очаквани резултати: 1. Получават знания за активното и пасивното пушене. 2. Осъзнават вредния навик тютюнопушене като пагубен за човешкото здраве.</p>	<p>никотин активно пушене пасивно пушене</p>	<p>– презентация – дискусия</p>