



ОСНОВНО УЧИЛИЩЕ "КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"
с.Сталийска махала, община Лом, област Монтана

тел. 0899454531, e-mail: info-1209010@edu.mon.bg

УТВЪРЖДАВАМ:

Директор: Людмила Бучинска

Заповед № 457/10.09.2024г.



ПЛАН
за работа на комисията
по здравно и гражданско образование
в ОУ „Климент Охридски”
с. Сталийска махала, община Лом
учебна 2024/2025 година

Планът е приет на ПС с ПРОТОКОЛ №14/05.09.2024г.

I. ЗДРАВНО ОБРАЗОВАНИЕ

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.

I. Хранене и здраве

Тема 1: „Разумно хранене“

Очаквани резултати:

1. Придобиват знания за правилното хранене и отражението му върху здравето.
2. Знаят що е наднормено тегло.
3. Затвърдяват и разширяват знанията си за значението на витамините в детската възраст.
4. Разширяване на знанията за здравословното хранене и отражението на неправилния начин на хранене върху здравето на децата.
5. Формиране на нагласа за изграждане на навици за здравословно хранене.

Дейности:

- разглеждат нагледни материали -хранителната пирамида
- разказват за своя режим на хранене и предпочитани храни
- дискусия върху употребата на здравословни и нездравословни храни и напитки
- изготвят индивидуален хранителен режим

Срок: октомври - ноември 2024г.
Отг.: Десислава Аврамова

Тема 2: „Енергийни напитки и вредното им въздействие върху подрастващия организъм“

Очакван резултат:

1. Повишават информираността си за вредата от употребата на енергийни напитки върху здравето.

Дейности:

- презентация

Срок: декември 2024г. Отг.: Людмила Цветанова

Тема 3: „Заразни болести“

Очаквани резултати:

1. Придобиват знания за рисковите фактори, които спомагат за възникване на заболяванията.
2. Повишават информираността си относно профилактиката на заразните заболявания.

Дейности:

- беседа
- раздаване на информационни брошури

Срок: януари 2025г. Отг.: Диляна Костадинова

Тема 4: „Първа долекарска помощ“

Очаквани резултати:

1. Придобиват знания за оказване на ПДП при различни състояния.
2. Повишават информираността си относно профилактиката на различни травматични увреди.
3. Разширяване на знанията за първа долекарска помощ (ПДП) и изграждане на навици за адекватна реакция при нужда от оказване на ПДП.

Дейности:

- презентация, демонстрация

Срок: януари 2025г. Отг.: медицинското лице

II. Лична хигиена и здраве

Тема 1: „Хепатит и здраве“

Очаквани резултати:

1. Придобиват знания за болести, предавани по въздушно-капков път и чрез физически допир, и начините за предпазване.
2. Придобиват знания за видовете хепатити начините на заразяване.
3. Осъзнават ролята на добрата лична хигиена.

Дейности:

- презентация, беседа

Срок: февруари 2025г. Отг.: Ивелина Петрова

Тема 2: „СПИН – болестта на века“

Очаквани резултати:

1. Придобиват знания за болести, предавани по полов път, и начините за предпазване.
2. Осъзнават ролята на добрата лична хигиена и безопасното полово общуване.

Дейности:

- прожекция на образователен филм
- дискусия

Срок: 1 декември 2024г. Отг.: Доника Стефанова

III. Тютюнопушене, наркотици и алкохол

Тема 1: „Пагубният ефект от тютюнопушенето“

Очаквани резултати:

1. Получават знания за влиянието на веществата в цигарата върху организма.

2. Осъзнават вредния навик тютюнопушене като пагубен за човешкото здраве.
3. Придобиват знания за последствията от употребата на вредни за организма вещества; що е зависимост – бягство от проблемите или проблем са упойващите вещества.
4. Търсят и намират начини за убеждаване на близки и познати в необратимите последици от тютюнопушенето върху органите в човешкия организъм.

Дейности:

– мултимедийна презентация и дискусия

Срок: 31 май 2025г. Отг.: Доника Стефанова

Тема 2: „Алкохолът – опасност за човешкия живот и човешкото здраве“

Очаквани резултати:

1. Придобиват знания за последствията от употребата на алкохол върху човешкия организъм.
2. Изразждат представа за вредата на алкохола върху поведението и социалния живот на човека.

Дейности:

- училищен конкурс за рисунка по темата

Срок: март 2025г. Отг.: Албена Русинова

Тема 3: „Проектът на нашия клас за живот без дрога“

Очаквани резултати:

1. Разбират понятието „зависимост“ –наркомания.
2. Запознават се с основните видове наркотични вещества и въздействието им върху организма.
3. Придобиват знания за последствията от употребата на вредни за организма вещества; що е зависимост – бягство от проблемите или проблем са упойващите вещества.
4. Изграждат представа за позволено и забранено.
5. Осъзнават пагубното въздействие на упойващите вещества върху поведението и социалния живот на младите хора.

Срок: април-май 2025г. Отг.: Албена Русинова и Диляна Костадинова

ГРАЖДАНСКО ОБРАЗОВАНИЕ

През последните години се очерта необходимост от въвеждане на Гражданско образование с цел социализация и придобиване на т.н. „демократична грамотност“ при подготовка на учениците за тяхната бъдеща роля на достойни, активни граждани. Този вид образование играе определяща роля в личностното развитие и подготовка на младите хора за социална реализация чрез познаване, владение и използване на човешките права и свободи, съобразени със законите на демократичното общество

Цели:

- Формиране на социално ангажирани личности с изградени умения и компетентности за пълноценна реализация в съвременното демократично общество.
- Насърчаване и подкрепа на децата и младите хора в процеса на социализация и утвърждаването им като достойни граждани.
- Придобиване на нагласи, знания и умения, необходими на всички, за да учат цял живот, да се трудят и проявяват високо гражданско съзнание.
- Максимално развитие потенциала на всяко дете/юноша и възможност за самореализация като зачита правилата и не накърнява правото на другите да осъществяват своите житейски планове.

Задачи:

- Създаване на благоприятна педагогическа обстановка, която да осигури на учениците възможност да осъзнаят и осмислят всички аспекти и измерения на ГО.
- Учениците да участват пряко в дискусии, форуми и дебати по обществено значими и социални въпроси.
- Да се изградят у тях нагласи за грижливо отношение към продуктите на човешкия труд.
- Изграждане на гражданска култура чрез овладяване на граждански знания и формиране на граждански навици и добродетели, позитивна ценностна система и обективен правилен светоглед.
- Възпитание в дух на демократично гражданство и патриотизъм, национално самочувствие и гордост.

ТЕМИ ПО ГРАЖДАНСКО ОБРАЗОВАНИЕ за НАЧАЛЕН ЕТАП (I – IV клас)

1. Аз и моят свят / Моят дом и моето семейство

- ✓ Формиране на представи за собственото „Аз“
- ✓ Какво мога да правя най-добре?
- ✓ Моите права, задължения и отговорности въкъщи.
- ✓ Достойнство и основни човешки права
- ✓ Семейство и род

- ✓ Училищен живот
- ✓ Моят роден край
- ✓ Увереност и умение за общуване

Срок: първи учебен срок Отг.: Петя Любенова

2. Обучение в мир и мирно решаване на конфликт

- ✓ Колко всички си приличаме и колко сме различни?
- ✓ Формиране на първите умения за групов дейност.
- ✓ Толерантност, търпимост, уважение към другите и към себе си – как ги разбирам и прилагам?

Срок: втори учебен срок Отг.: Снежана Евстатиева

3. Аз съм гражданин на моята държава

- ✓ Национални символи
- ✓ Официални празници в Република България
- ✓ Основни права, свободи и отговорности на детето и гражданина на Република България
- ✓ Значими национални културни достижения
- ✓ Умение да живеем заедно – АЗ и ДРУГИТЕ

Срок: първи учебен срок Отг.: Албена Русинова

4. Правата на детето

- ✓ Първи знания за правата и свободите, за границата между разрешено и забранено.

Срок: втори учебен срок Отг.: Ивелина Петрова

5. Аз и светът на възрастните

- ✓ Видове собственост
- ✓ Професии и длъжности
- ✓ Семейни доходи и планиране на личния бюджет
- ✓ Как се печелят и харчат парите?
- ✓

Срок: първи учебен срок Отг.: Ренета Владимирова

6. Защита на живота и реакция в критична ситуация

- ✓ Правила за безопасност на движението
- ✓ Бедствия, аварии, инциденти
- ✓ Как да се справям в критични ситуации и конфликти

Срок: втори учебен срок Отг.: Десислава Аврамова

ТЕМИ ПО ГРАЖДАНСКО ОБРАЗОВАНИЕ за ПРОГИМНАЗИАЛЕН ЕТАП (V – VII клас)

1. Моята самооценка

- ✓ Силните и слабите страни на човека.
- ✓ Какъв ще стана, когато порасна голям?

- ✓ Как да придобия чувство за идентичност и собствена стойност?

Срок: първи учебен срок Отг.: Доника Стефанова

2. Аз и другите.

- ✓ Създаване на правила за съвместен живот в класа.
- ✓ Приятели и врагове. Междуполово разбирателство.
- ✓ Хубаво ли е да си различен? Различията около нас: как ги приемаме и подкрепяме?
- ✓ Отношенията в обществото /в магазина, на улицата, в автобуса, в болницата.
- ✓ Междоличностни отношения /учител-ученик, ученик-учител, ученик-родител, ученик-общество/. Приятелството – що е то и има ли бъдеще? Какви качества трябва да притежава твойт приятел?
- ✓ Какви качества трябва да притежава достойният човек?

Срок: първи учебен срок Отг.: Диляна Костадинова

3. Демокрацията в „малкото ни общество”.

- ✓ Сътрудничество, комуникация, уважение и разбирателство.
- ✓ Права и отговорности – какво зная и не зная за тях?
- ✓ Чувствам се по-отговорен завсичко, което се случва в училище!
- ✓ Образование без предрасъдъци и дискриминация.
- ✓ Какво да променим в училище? Предложения, препоръки, мотиви.
- ✓ Ценностите, които осмислят човешкия живот.

Срок: първи учебен срок Отг.: Людмила Цветанова

4. Обучение за мир и мирно решаване на конфликти.

- ✓ Причини за растящата агресия и насилие в училище и извън него.
- ✓ Стили и начини за разрешаване на спорове и конфликти.
- ✓ С какво мога да допринеса, за да има ред, дисциплина и сигурност в моето училище?
- ✓ Как да се справим в критична ситуация?
- ✓ Първа помощ в екстремни ситуации.

Срок: втори учебен срок Отг.: Албена Русинова

5. Основни човешки права, свободи и задължения.

- ✓ Запознаване с помощта на избрани текстове от основни документи –
- ✓ Конституция на РБ, Международната харта за правата на човека и др.
- ✓ Институции в РБ
- ✓ Символи и ритуали в РБ /химн, герб, знамена РБ/

Срок: втори учебен срок Отг.: Людмила Цветанова

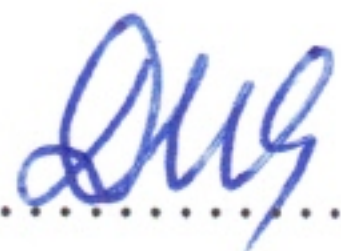
6. Аз съм бъдещ достоен гражданин на моята родина.

- ✓ Емоционално споделяне и съпреживяване на природни красоти, богато историческо наследство и успехи днес – на живо и чрез съвременните
- ✓ технологии.
- ✓ Храмовете на България.

- ✓ Искам да се запозная със 100-те национални туристически обекта на България.

Срок: втори учебен срок Отг.: Доника Стефанова

Планът по здравно и гражданско образование е изготвен от комисия в състав:

Председател:.....

Доника Стефанова

Членове:

1. П. Йорданова - медицинско лице
2. Л. Любомирова