



**МИНИСТЕРСТВО  
ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ  
И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**

Стасова ул., д. 180, г. Краснодар, 350075  
Тел. (861) 235-10-36, факс (861) 231-16-80  
ОКПО 00099412 ОГРН 1032307167056  
ИНН 2308027802 КПП 231201001  
E-mail: don@krasnodar.ru <http://www.edukuban.ru>

15.03.2016 № 47-3739/16-11

На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Руководителю  
муниципального органа  
управления образованием

Руководителю государственного  
образовательного учреждения

Министерство образования, науки и молодежной политики направляет рекомендации по проведению классных часов и родительских собраний по пропаганде здорового образа жизни в дошкольных и общеобразовательных организациях края.

Рекомендуем провести мероприятия в марте – апреле 2016 года с привлечением медицинских работников, а также работников пищеблоков.

Просим довести данную информацию до руководителей образовательных организаций.

Рекомендуем информацию о проведенных мероприятиях разместить на сайтах образовательных организаций.

Заместитель министра

И.В. Мелких

Инна Алексеевна Никитина  
(861)232-85-78  
Оксана Ивановна Шамалова  
(861) 234-49-03



47-3739/16-11

ПРИЛОЖЕНИЕ  
к письму министерства  
образования, науки и  
молодежной политики  
Краснодарского края  
от 15.03. 2016 № 42-3739/16-11

**Рекомендации**  
**по проведению классных часов и родительских собраний по пропаганде**  
**здорового образа жизни в дошкольных и**  
**общеобразовательных организациях Краснодарского края**

Рекомендации по проведению классных часов и родительских собраний в образовательных организациях края являются примерными.

При проведении мероприятий необходимо учитывать возрастные особенности воспитанников детских садов, обучающихся школ, условия материально-технической базы образовательной организации, помощь сторонних организаций.

**Общие положения**

Мероприятие организуется и проводится воспитателями групп с воспитанниками или классными руководителями с учениками.

Родительское собрание проводится руководителем образовательной организации, его заместителями, воспитателями, классными руководителями с родителями детей.

Для проведения разъяснительной работы с детьми и родителями рекомендуется привлекать специалистов по физической культуре и спорту, педагогики и психологии, специалистов в области медицины, библиотечных работников, работников пищеблоков и других заинтересованных лиц.

**Основной идеей** мероприятия является пропаганда здорового образа жизни, вовлечение дошкольников и школьников в активную работу по укреплению, сохранению и пропаганде здорового образа жизни, привлечения родительской общественности к существующим проблемам в области здоровья их детей.

**Цель:** формирование у воспитанников и учащихся устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, активной жизненной позиции, ответственного отношения к своему здоровью.

**Основные задачи,** решаемые в рамках мероприятия:

- содействие сохранению здоровья каждого ребенка путем формирования представлений о здоровом образе жизни и его составляющих: правильное питание, двигательная активность, режим дня;
- демонстрация многогранной природы здоровья человека;
- ознакомление с правилами безопасного пользования гаджетами, в том числе сети Интернет;
- установление системного взаимодействия образовательной организации и родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.

### **Этапы подготовки мероприятий и их проведение**

Для воспитанников дошкольного возраста предлагаем провести занятие по физической культуре (Приложение 1), для родителей воспитанников – тренинг (Приложение 2), для педагогов дошкольных образовательных организаций – мотивационную встречу (Приложение 3).

Накануне проведения классного часа в школе, возможно, организовать опросы, анкетирование и тренинги с детьми, с целью выявления наиболее значимых пробелов в знаниях детей, касающихся здорового образа жизни.

К классному часу и родительскому собранию целесообразно подготовить тематические листовки, буклеты, медико-биологические бюллетени для ознакомления родителей (Приложение 4).

При проведении классного часа важно использовать междисциплинарные связи, опираясь на знания, полученные воспитанниками или обучающимися на различных занятиях или уроках. Эмоционально-ценностное восприятие информации детьми будет более действенным в ходе проведения мероприятия с использованием иллюстраций, слайд-шоу, мультимедийных презентаций, видеороликов. Полнее раскрыть тему позволит использование современных фактов, открытий из областей науки о здоровье человека.

Классный час может быть организован в форме бесед, дискуссий, лекций с элементами визуализации.

Для учащихся начальной школы и старших классов хорошим способом обучения и воспитания является организация и участие в конференциях, консилиумах, диспутах, круглых столах, культурных мероприятиях. (Приложения 5-7).

Классный час может включать в себя включает 4 тематических блока:

- 1. Питание и здоровье.**
- 2. Режим дня и здоровье.**
- 3. Двигательная активность и здоровье.**

#### **4. Полезный и безопасный интернет.**

Педагог вправе выбрать один из четырех предложенных блоков, как основной, либо использовать все, как составные части классного часа.

Дополнительно в рамках классного часа для школьников рекомендуется провести конкурс рисунков, плакатов и буклетов по пропаганде здорового образа жизни.

### **Содержательное наполнение тематических блоков**

**Блок 1. Питание и здоровье.** Данный блок должен отражать принципы здорового питания, режима питания, рациона питания, гигиены питания. Необходимо обсудить пищевые вещества (белки, аминокислоты, жиры) и их роль в питании и здоровье дошкольников и школьников; основные группы пищевых продуктов и их значение в питании; влияние пищевых привычек на общее самочувствие детей; формирование личностного отношения к существующему рациону и режиму питания (правила построения меню и блюд); разработать самостоятельно модели пищевого поведения на основе полученных знаний.

**Блок 2. Режим дня и здоровье** является важным информативным блоком. В этом разделе рассматриваются вопросы биологического ритма, индивидуального ритма работоспособности учащихся (воспитанников), личного режима школьника, режима учебы и отдыха, работоспособности и сна, дефицита ночного сна, влияния микроклимата на работоспособность, профилактики утомления.

**Блок 3. Двигательная активность и здоровье.** Двигательная активность является физиологической потребностью, в связи с этим рекомендуем уделить внимание физической культуре в режиме учебного дня, видам физических нагрузок, восстанавливающих учебную работоспособность, индивидуальным планам занятий физической культурой и спортом, оценке уровня физической подготовленности и развития детей.

**Блок 4. Вопросы полезного и безопасного интернета** являются в настоящее время особенно актуальными. Рекомендуем уделить внимание следующим вопросам: влияние компьютера на зрение, вредное излучение при работе с компьютером, негативное воздействие компьютерных игр, правила безопасного пользования социальными сетями, недопущение психологической зависимости от интернета.

Результатом дальнейшей деятельности детей дошкольного и школьного возраста в рамках данной тематики может стать начало разработки проекта по

сохранению здоровья, разработка памяток по здоровому образу жизни, выпуск стенгазеты, рисунки, рефераты, доклады, статьи детей и т.д.

В ходе проведения родительского собрания необходимо уделить внимание всем 4 тематическим блокам. (Приложение 8).

Дополнительно для подготовки информации к классному часу и родительскому собранию возможно воспользоваться интернет-ресурсами (Приложение 9).

Начальник управления  
общего образования



М.Г. Корниенко