**Основное содержание здоровьесберегающей работы в МКОУ «Ильменская СОШ»**

**1. Рациональная организация учебного процесса:**

* соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки учащихся;
* использование здоровьесберегающих технологий: метод проектов, групповые и игровые методы обучения;
* строгое соблюдение требований к использованию технических средств в обучении;
* составление учебного расписания с учётом всех требований СанПиН.

**2. Психологическая поддержка учащихся:**

* создание комфортного психологического климата в школе;
* индивидуальные консультации учащихся и их родителей;

**3. Физкультурно–оздоровительная работа:**

* полноценная и эффективная работа с учащимися всех групп здоровья
* организация динамических пауз и часов, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности детей;
* проведение школьных спортивных мероприятий, участие во внутришкольных и районных соревнованиях;
* организация работы спортивного кружка, работа с социумом;

4**. Медицинское сопровождение:**

* профилактические медицинские осмотры учащихся и вакцинация;
* контроль выполнения санитарных правил;
* мониторинг состояния здоровья детей, в том числе  подробный анализ заболеваемости учащихся;
* ведение паспортов здоровья учащихся.

(по договору медицинское обслуживание учащихся школы осуществляет фельдшер ФАП)

**5. Рациональное школьное питание:**

* обеспечение рациона учащихся  с учётом физиологических потребностей детей каждого возраста (полноценное правильное сбалансированное питание с учетом суточной и недельной потребности в питательных веществах, витаминах и микроэлементах);
* повышение культуры питания учащихся путем проведения регулярных занятий, бесед, прочих мероприятий просветительского и пропагандистского характера;

**6. Профилактика нарушения осанки:**

* выполнение санитарных требований к мебели;
* физкультминутки;
* динамические часы;

7**. Организация просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями:**

* повышение квалификации педагогов по проблемам охраны здоровья;
* повышение уровня знаний родителей по проблемам охраны и укрепления здоровья;
* привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению спортивных соревнований, Дней здоровья и др.

**8. Здоровьесберегающая инфраструктура школы:**

* состояние и содержание здания и помещений школы в соответствии с гигиеническими требованиями;
* необходимый и квалифицированный состав специалистов, обеспечивающих работу с   учащимися;
* оснащение  спортплощадок необходимым оборудованием и  инвентарём;
* грамотное  оснащение школьной столовой;
* организация качественного питания.

**Режим работы столовой**: понедельник-пятница с 08.00 до 15.00, выходной: – суббота, воскресенье

РЕЖИМ ПИТАНИЯ:

1. 10.10-10.30 – 1-4 -е классы
2. 11:15 – 11:35 -5-9 –е классы(горячее питание)

В школе осуществляется льготное питание для 76 обучающихся, по следующим категориям:

* многодетные семьи;
* малообеспеченные семьи;

Дотации на одного ребенка в день: 1-4 классы 31руб. 58 коп,     5-9 классы 35руб. 84 коп.

Для подтверждения того, что семья малообеспеченная и ребенок может питаться бесплатно, родители два раза в год (1 сентября; 10 января)  должны предоставить следующий пакет документов:

1. Справку из УСЗН, о том, что семья признана малообеспеченной.
2. Удостоверение многодетной семьи