



Основно училище „Отец Паисий“, с. Добротица
ул. „Добруджа“ № 16, община Ситово, област Силистра, тел.: 0884718585,
имейл адрес: info-1900601@edu.mon.bg

ПРОГРАМА

**по здравно образование
през учебната 2026/2027 година**



I. ПРЕДМЕТ

Проучване и подпомагане на здравното и психичното развитие на децата от ОУ „Отец Паисий“ с.Добротица.

II. СЪЩНОСТ

Здравното образование е насочено към развитие на умения за създаване или поддържане на здравословен стил и условия на живот и за доброволното адаптиране към поведение, благоприятстващо здравето.

Съвременният модел на здравно образование изисква идентифицирането на личността в собствените проблеми, свързани със здравето. Според него, хората осъзнават и разбират здравето си и сами контролират и поемат отговорност за него. Информацията, която получават подрастващите е много важна, но сама по себе си тя не може да променя нагласите и убежденията им. Поради това при реализиране на здравно-образователната програма на училищно ниво се поставят акценти върху приложението на *подхода Умения за живот* и на *ученето „чрез опит и преживяване“*. Те се реализират във всички форми на организация на учебно-възпитателния процес – в класно-урочните - при обучението по различни учебни предмети; в часовете на класа - при обсъждане на здравните теми . Така се дава възможност на учащите се да изясняват своите ценности и води до придобиване на умения за вземане на решения, за контрол и самоконтрол, за отговорно поведение и преодоляване на натиск в рискови за здравето ситуации, справяне със стрес и др.

Прилагането на *подхода Умения за живот* при реализиране на здравно-образователната програма изисква:

- осъществяване на интерактивен процес на преподаване и учене, основан на дидактическа технология, която осигурява висока мотивация, добра ориентация в учебното съдържание и ефективно трениране на уменията на обучаваните;
- фокусиране върху проблемите на младите хора и търсене на реална позитивна промяна в тяхното поведение;
- търсене на баланс между компонентите *знания* (информация), *ценности*, *нагласи* и *умения*, като ефективна стратегия за развитие на *поведение*, което се основава на широк спектър от личностни и социални умения.

II. ЦЕЛИ

1. Изграждане на автономна и активна личност, която подбира адекватна информация, продукти и услуги за подобряване на здравето и поддържа здравословен начин на живот за себе си и за околните.
2. Спомагане за по-успешно преодоляване на възникнали физически и психически проблеми и създаване на предпоставки и условия за цялостно физическо и социално благополучие на социалната личност.
3. Организиране на образователна дейност, включваща форми на комуникация, предназначена да подобри знанията и да развие умения, които водят към здраве.

III. ЗАДАЧИ

1. Опазване и проучване здравословните проблеми на учениците и причините за тяхното възникване и подпомагане на преодоляването им.
2. Усвояване от ученика на умения за саморегулация и самовъзпитание и избор на здравословен начин на живот.
3. Участие в организирането и провеждането на всички училищни класни и извънкласни форми по проблемите на здравното образование.

IV. ОБЛАСТИ НА КОМПЕТЕНТНОСТ

1. Психично здраве и личностно развитие
2. Физическо развитие и дееспособност
3. Превенция на употребата на психоактивни вещества
4. Безопасност и първа помощ
5. Сексуално здраве и сексуално преносими инфекции
6. Лична хигиена
7. Хранене

V ФОРМИ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА УЧИЛИЩНАТА ПОЛИТИКА ПО ЗДРАВНО ОБРАЗОВАНИЕ

1. В часа на класа, включително и чрез ученическото самоуправление.
2. В дейностите по интереси в рамките на целодневна организация на учебния ден.
3. В рамките на дейностите по обща подкрепа за личностно развитие по реда и при условията на държавния образователен стандарт за приобщаващото образование.

VI ФОРМИ И МЕТОДИ ЗА ОЦЕНЯВАНЕ НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ РЕАЛИЗИРАНЕ НА ПРОГРАМАТА

Нивата на знание, нагласи и умения могат да бъдат **самооценени** (от връстници или ученици) или оценени от учители, родители и други членове на общността. Най-често се осъществява **писмена оценката**, която включва *работни листове, тестове, викторини и домашни работи*. Те могат да изискват от ученика принудителен избор като, например: •въпроси от типа "множество избори"; •свързване; •алтернативен избор; •вярно-грешно; •множество отговори; •попълнете празните места; •скали и др. Писмената оценката може да включва и *есета* или *кратки писмени отговори*. Посредством есетата учениците свързват знанието си за съдържанието и показват своята способност да мислят и разсъждават, например, като изказват мнение, стигат до заключение или разрешават проблем.

Някои алтернативни методи за оценка могат комбинирано да установят резултатите от ученето и знанието, нагласите и уменията. Накратко те са следните:

Наблюдение - учителите пряко наблюдават своите ученици всеки ден в множество ситуации при всякакви условия.

Интервю - Учителят задава на учениците серия от въпроси за оценка на знанията и техните разбирания и как учениците се чувстват и държат по отношение на съответните здравни проблеми. Тъй като това е среща очи в очи, учителят трябва да има внимателно разработени въпроси в структуриран или неструктуриран формат.

Наблюдения на връстници - учениците могат да се научат да наблюдават и да дават обратна връзка на други ученици като правят *презентации*, участват в *ролеви игри* и *дискусии*. За тази цели наблюдателите връстници трябва да знаят какво се очаква от тях като наблюдатели и какво се очаква от наблюдаваните от тях ученици.

Самооценка на ученика - Тази оценка идва направо от ученика. Тъй като учениците извършват процес на самооценка, те размишляват за работата си и разработват нови цели за учене.

Устни презентации и доклади - учениците могат да организират знанията си за съдържанието и да покажат своята способност да мислят и разсъждават. Този формат също позволява на учениците да демонстрират различните аспекти на своите комуникативни умения. Донякъде пиесите, пародиите, ролевите игри, речите и дебатите могат да бъдат счестени за разновидности на устните презентации и доклади.

VII ДЕЙНОСТИ

Училището реализира стратегията за здравното образование на базата на следните училищни планове:

- Годишен план на училището
- Годишни тематични разпределения на класните ръководители
- Програма за здравно образование
- Годишни тематични разпределения на часовете по предмети – човекът и природата, биология и здравно образование, химия и опазване на околната среда, география и икономика, физика и астрономия, физическо възпитание и спорт, технологии и предприемачество.

Срок/дата	Цел	Мероприятия	Отговорници
<u>м.октомври</u>	Есенна изложба от рисунки	„Златна есен“	Юлми Учители ЦОУД- ПЕ
<u>1 декември</u> Световен ден за борба със СПИН	Да се акцентира върху превенцията и информираността	•Здравна беседа за борба със СПИН.	Юлми, Класни ръководители ПЕ
<u>Февруари</u> Месец на трезвеността	Информирание за проблемите, свързани с пристрастяването към алкохола.	• Здравна беседа посветена на месеца на трезвеността.	Юлми, Класни ръководители ПЕ
<u>1 март</u> Международен ден за борба с наркотиците	Запознаване с рисковете за организма вследствие употребата на наркотици	•Беседа: Рискове за здравето от употреба на наркотици	Юлми
<u>31 май</u> Световен ден за борба с тютюнопушенето	Информирание за проблемите, свързани с тютюнопушенето.	•Дискусия на тема: „Тютюнопушенето – удоволствие или отрова?“	Класните ръководители, Юлми
<u>През годината</u>	Физическо развитие и дееспособност	Теми за ЧК •Движението е здраве. •Как да се предпазим от травми.	Класни ръководители
<u>През годината</u>	Осъзнаване на значението на личната хигиена за човека	Теми за ЧК •Моето тяло и грижите за него. •Грижи за всекидневния тоалет и последници от нечистоплътността	Класни ръководители
<u>През годината</u>	Запознаване с най-важните правила за здравословно хранене	Теми за ЧК •Хигиенни изисквания към храненето на ученика; •Рационално и балансирано хранене; •Храненето-стил на живот и култура на поведение; •Опасностите, които крият диетите за отслабване.	Класни ръководители

*Програмата е приета на Педагогически съвет с Протокол №15/09.09.2026г.
Програмата е отворена за актуализиране и корекции на дейностите.*