



Областной проект «Здоровье будущих поколений»

Школьные мероприятия, прошедшие в рамках областного проекта «Здоровье будущих поколений».

С 9 по 14 сентября в школе прошли мероприятия по реализации областного проекта «Здоровье будущих поколений», в рамках которого 11.09.2019г. состоялся единый классный час «Здоровье будущих поколений» с привлечением медицинских работников учреждения.

В 8 классах состоялись «круглые» столы по профилактике пьянства, алкоголизма в детско-подростковой и молодежной среде Костромской области.

Обучающиеся с 1 по 11 класс приняли активное участие в спортивных мероприятиях, посвященных Дню здоровья. Для ребят были проведены веселые старты, эстафеты, осенние кроссы и увлекательные походы.

Учащиеся 8-11 классов приняли участие в социологическом Интернет-опросе «Мы – за здоровый образ жизни!».





Волна здоровья - 2019

9 сентября 2019г. в нашем городе стартовала Всероссийская ежегодная информационно - оздоровительная акция «Волна здоровья - 2019».

Акция посвящена профилактике заболеваний и пропаганде здорового образа жизни в Костромской области.

В школе прошли оздоровительные мероприятия: тематические классные часы с приглашением специалистов, медицинских работников, проводилась общешкольная зарядка 1-4 классы, походы.

В школьной библиотеке представлена выставка книг «Мы за здоровый образ жизни». Прошел общешкольный День здоровья, в рамках которого состоялись спортивные состязания: «Веселые старты», эстафета, кросс. Представители общешкольного родительского комитета приняли участие в общегородском родительском собрании «Волна здоровья».

В рамках акции для родителей в школьной столовой организован «День здорового питания». Родителей познакомили с цикличным меню, с процессом приготовления блюд. У родителей была возможность задать вопросы по организации горячего питания и попробовать обед школьника.

Участие в акции позволило еще раз обратить внимание обучающихся на ценность здоровья, необходимость здорового образа жизни, повысить уровень информированности по вопросам здоровьесбережения.





Школа безопасности - 2019

25 октября 2019 года в городе Костроме на территории ДДТ «Жемчужина» прошли городские соревнования «Школа безопасности».

В этом году в соревнованиях приняло участие более 200 подростков из 32 школ города Костромы, в том числе и команда нашей школы. Организаторами выступили Администрация города, Дом детского творчества «Жемчужина» и региональное управление МЧС.

Традиционно целью соревнований стало формирование у обучающихся образовательных учреждений сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, получения ими практических навыков и умений поведения в экстремальных ситуациях, пропаганды и популяризации здорового образа жизни, патриотического воспитания, совершенствования морально-психологического состояния и физического развития подрастающего поколения.

С приветственным словом к участникам слета «Юных спасателей-пожарных» обратился заместитель начальника Главного управления МЧС России по Костромской области Алексей Евгеньевич Михалёв. Он пожелал всем удачи и выразил надежду, что знания, полученные при подготовке и участии в соревнованиях, помогут им в жизни и помогут избежать любых чрезвычайных ситуаций.

В рамках соревнований участники отрабатывали практические навыки техники пешеходного туризма, а также работу со средствами индивидуальной защиты, оказание первой медицинской помощи пострадавшему, действия при обнаружении пожара, основы грамотного поведения в экстремальных ситуациях и спасательных работ на дистанции «Пожарный-спасатель».

По итогам соревнований определяются лучшие команды, которые будут награждены грамотами и подарками. Соревнования проходили при поддержке Главного управления МЧС России по Костромской области и МКУ «Центр гражданской защиты города Костромы», Костромских региональных отделений общественных организаций Российский союз спасателей и «Школа безопасности».





Курс молодого бойца 2019

28 октября 2019г. на территории войсковой части №71211 состоялись традиционные городские соревнования по допризывной подготовке молодежи «Курс молодого бойца 2019», в рамках реализации государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы».

Организатором данных соревнований по традиции выступил центр внешкольной работы «Беркут». В соревнованиях приняло участие 12 команд из различных школ г. Костромы, команды соревновались в таких военно-прикладных видах:

КСУ,

Подтягивание,

Перетягивание каната,

Стрельба из автомата

Калашникова,

Спортивное двоеборье,

Учебная тревога,

Оказание медицинской помощи,

Военно-спортивная эстафета.

В 2019 году, команда школы 21 в напряженной борьбе заняла общекомандное 3 место.





Месячник профилактической работы «Здоровье и безопасность школьников»

С 1 по 31 октября 2019г. в рамках городского месячника профилактической работы «Здоровье и безопасность школьников» в школе прошли мероприятия, направленные на повышение правовой культуры всех участников образовательного процесса, а также для профилактики правонарушений среди несовершеннолетних.

С ребятами 1-11 классов классные руководители и педагоги школы провели единые классные часы, направленные на формирование законопослушного поведения несовершеннолетних, правил школьной жизни.

Со 2 по 22 октября для обучающихся 8-11 классов представителями фонда «Второе дыхание» были проведены лектории «Тактики снижения собственного экоследа». Они рассказали учащимся о работе фонда, о получении и переработке сырья и открыли секрет семи полезных привычек, которые помогут сохранить планету.

12 октября для учащихся 9 классов проведен правовой квест «Знатоки права». В правовом путешествии девятиклассники закрепили знания о праве, о его необходимости в обществе и государстве, показали свои способности строить собственное поведение в рамках имеющихся прав, свобод и обязанностей, умение анализировать правовые ситуации.

31 октября для учащихся, находящихся в трудной жизненной ситуации проведен тренинг «Что такое счастье?».

Весь месяц было организовано индивидуальное и групповое консультирование родителей и законных представителей по вопросам профилактики правонарушений среди несовершеннолетних.

Учащиеся школы приняли активное участие во всех запланированных мероприятиях. В течение месяца велась активная работа по пропаганде правил дорожного движения: пешеходные экскурсии «Переходи правильно!», лектории «Засветись, стань заметней!» и другие. В рамках месячника стали традиционными спортивные мероприятия.





Настольный теннис

Настольный теннис – массовый, увлекательный и зрелищный вид спорта.

Сама игра из развлечения превратилась в сложный атлетический вид спорта. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности настольного тенниса создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся, умения управлять эмоциями.

Вот и наши ученики в прошедшее воскресенье (17.11.2019г.) показали, как не падать духом и проявили настоящий спортивный характер!

В соревнованиях приняли участие 16 школ.

В упорной борьбе наша школа в общем зачете заняла 2 место. Желаем участникам удач и побед в будущем!





Здоровое детское питание – здоровое поколение

В рамках реализации муниципального проекта «Здоровое детское питание – здоровое поколение» **25 декабря 2019 года** в МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №21» города Костромы прошло кустовое родительское собрание на тему: «Приятного аппетита или секреты здорового питания» с приглашением родителей из близлежащих образовательных учреждений.

Целью собрания, главным образом, являлось формирование у родителей представления о значимости правильного питания детей, как составной части культуры здоровья.

Детский врач Кисленкова Е.П. проинформировала родителей о состоянии здоровья обучающихся по данным медосмотров. Отметила, как важно не допускать изменения детьми рациона питания в школе и употреблять комплексный обед, так как в нем сбалансировано потребление белков, углеводов, жиров для каждого возраста. На вопросы родителей об особенностях цикличного меню, стоимости питания ответила специалист структурного подразделения «Школьная столовая» Вовк С.А.

Школьный психолог Николаева А.А. рассказала о том, что изучает психология питания, какие психологические проблемы затрагивает, что такое еда и как к ней относиться с точки зрения психологии.

Собрание прошло в теплой понимающей атмосфере. Родители отметили, что здоровый ребенок в семье – это самое важное. Одним из составляющих благополучного развития детей является здоровое питание. Поэтому в вопросах питания ребенка, в первую очередь, родители должны проявить максимум внимания.





«Кострома лыжная 2020»

12 января 2020 г. торжественно и празднично дан старт ежегодному конкурсу «Кострома лыжная - 2020». Целью данного мероприятия является популяризация здорового образа жизни.

На лыжной трассе в микрорайоне Малышково собрались любители зимнего спорта всех возрастов. Нашу школу представили обучающиеся 5-х и 8-х классов. Старт заезду был дан после слов почетного гостя «Костромы лыжной» - олимпийской спортсменки Алевтины Олюниной. Ребята 5«Е» класса не смогли пройти мимо Алевтины Сергеевны и оставили фото на память.



**Городское первенство на призы Думы города Костромы
по оздоровительному бегу на лыжах,
посвященном памяти заслуженного работника
физической культуры Российской Федерации,
депутата Костромского городского Совета народных депутатов
Замятина Александра Николаевича**

1 февраля 2020 г. прошло девятое городское первенство на призы Думы города Костромы по оздоровительному бегу на лыжах, посвященном памяти заслуженного работника физической культуры Российской Федерации, депутата Костромского городского Совета народных депутатов Замятина Александра Николаевича

В них приняли участие более 150 школьников. За свои команды пришли поболеть и сами депутаты. За наши команды болел депутат Думы по 26 округу Сергей Владимирович Сергейчик. От нашей школы принимали участие команда и команда мальчиков. По итогам соревнований команда девочек заняла **почетное Первое место!**

Поздравляем победителей!





Школьная акция «Лыжня зовет!»

Лыжи – одно из самых интересных зимних спортивных увлечений. Ходьба на лыжах укрепляет физическое здоровье детей, является отличным закаляющим средством, способствует развитию быстроты, выносливости, координации, укреплению опорно-двигательного аппарата, а влияние свежего воздуха особенно благотворно для деятельности дыхательных органов.

28 января в нашей школе прошла акция «Лыжня зовет!». Занятия лыжной подготовкой повысили активность детей, у них появилось желание кататься на лыжах в любую погоду. У детей появился интерес к лыжному спорту, дети учатся применять полученные знания в повседневной жизни.

