

Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №26
Московская область г.о.Орехово-Зуево, ул.Козлова, д.5
E-mail: Sc026@yandex.ru

НОМИНАЦИЯ «ОРГАНИЗАЦИЯ ВОЛОНТЁРСКОЙ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ»

Руководитель волонтёрского отряда
Медведева Лидия Евгеньевна

Орехово-Зуевская восьмилетняя школа № 26

открыта 15 августа 1966г. В августе 2016 года нашей школе исполнится 50 лет!



В 1974 году учебное заведение получает статус средней школы.





В мае 1976 года во дворе школы установлен обелиск с барельефом отважного летчика А.Н.Каманина. Аркадий Каманин - сын одного из первых Героев Советского Союза Николая Петровича Каманина. Аркадий в 14 лет стал летчиком, воевал. Был награжден тремя орденами, отличался смелостью, удивительной лётной хваткой. На нем слова: "Аркадию Каманину, чьё имя носит пионерская дружина школы".



White Mouse Site | www.wmouse.ru

№ п/п	Наименование организации	Направление деятельности	Свидетельство о регистрации	Ф.И.О. руководителя	Количество участников	Контактный телефон, адрес эл. почты, адрес в соц. сетях	Количество участников объединения
1.	Волонтёры	Духовно-нравственное и патриотическое	Приказ 2009г. года	Медведева Лидия Евгеньевна	35	8-909-937-29-28 lidiya_medvedeva_2014@mail.ru	16

В 2009 году в школе появилось волонёрское движение.

Основные направления деятельности волонтерского движения:

- «милосердие»;
- «спорт и здоровый образ жизни»;
- «наглядная агитация»;
- «творчество»;
- «экологическое направление»



ИЗ УСТАВА ВОЛОНТЁРА

Основными важными принципами волонтерства считаются:

- 1. Не навреди нуждающимся в помощи.**
- 2. Соблюдай правила, порядок, дисциплину.**
- 3. Соблюдай и удерживай профессиональные и личные границы.**
- 4. Вкладывай усилия, старания, доброту.**
- 5. Опирайся на свои реальные жизненные возможности.**
- 6. Работай в команде, сотрудничай с коллегами, будь открыт.**

При учебном заведении имеется детско-оздоровительный лагерь «Чайка», работающий во время каникул. Во время работы лагеря проходят спортивные мероприятия, работают кружки «Умелые руки», «Подарки своими руками». Дети участвуют в шашечных и шахматных турнирах. Всегда на помощь руководителям секций и кружков приходят наши волонтеры.



«ОСЕННЯЯ НЕДЕЛЯ ДОБРА»

Ребята нашей школы вместе с учителями и директором школы убирали пришкольную территорию от осенних листьев, сажали молодые деревья и кустарники. В первых рядах стояли наши волонтеры!

Озеленение пришкольной территории



День здоровья



Уборка пришкольной территории



Акция «Мы выбираем здоровье»





Волонтеры провели акцию «Мы за здоровый образ жизни!» Они раздавали детям листовки «Полезные продукты», рассказывали ученикам начальной школы о правильном питании, что нельзя есть, как сохранить здоровье.



30 САМЫХ ПОЛЕЗНЫХ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ТЕЛА

МОЗГ
лосось, тунец, сардины, грецкий орех

МЫШЦЫ
бананы от боли в мышцах, красное мясо, яйца, тофу, рыба для наращивания мышц

ЛЕГКИЕ
брокколи, брюссельская и китайская капуста



ВОЛОСЫ
темно-зеленые овощи, фасоль, лосось

ГЛАЗА
кукуруза, яичные желтки, морковь

СЕРДЦЕ
помидоры, печеный картофель, сливовый сок

КИШЕЧНИК
чернослив, йогурт



Еда для сердца Полезные и вредные продукты

Сердце – это главный орган кровеносной системы, который, являясь своеобразным природным насосом, перекачивает кровь по сосудам.



 Авокадо	Содержит медь, железо, витамины В6, В12, Е, С, ферменты. Понижает уровень холестерина, улучшает память	 Орехи	(грецкие, миндаль, фисташки). Содержит вещества, благотворно влияющие на сердце
 Грейпфрут	Улучшает деятельность сердца, препятствует развитию атеросклероза и инфаркта миокарда. Нормализует пищеварение	 Сельдь, треска	Содержит Омега-3. Уменьшает вероятность возникновения инфаркта миокарда
 Гранат	Содержит антиоксиданты. Нормализует кровообращение. Осуществляет профилактику развития атеросклероза	 Яблоки	Содержит калий, яблочную кислоту, пектины. Уменьшают риск появления новообразований, отеки. Нормализуют артериальное давление
 Йогурт	Содержит большое количество Омега-3. Препятствует	 Шоколад	Полезным для сердца является только шоколад, содержание

✓ Сердце взрослого человека сокращается в среднем от 55 до 70 раз в минуту, перекаывая при этом до пяти литров крови!

✓ Сердце, несмотря на его жизненно-важную функцию, орган небольшой. Его вес у взрослого человека колеблется от 240 до 330 граммов.

✓ Для обеспечения полноценной работы сердца медики советуют придерживаться «средиземноморской диеты», которая имеет ярко выраженный антиатеросклеротический эффект.

Листовки о вредных и полезных продуктах питания



Черника, лосось, зеленый чай

Апельсины, молоко, сельдерей

Гранаты
Гранат вызывает перевозбуждение сердечного нерва, перенаполнение артерий, что увеличивает риск разрывов аорты

Соль
вызывает задержку жидкости в организме, что является причиной отеков и высокого артериального давления

Свинина
и другое жирное мясо способствуют повышению уровня плохого холестерина

Самые полезные продукты питания

Диетологи всего мира продолжают упорно спорить о том, какие же продукты питания являются наиболее полезными для человека. Актуальный в последнее время вопрос здорового образа жизни еще больше стимулирует ученых проводить исследования в этой области. Данная статья – не истина во всех инстанциях, а лишь попытка суммировать результаты исследований за последний год, призванные ответить на вопрос: «Какие продукты полезны?»





Это наши самые активные волонтеры! Они не только расскажут, но и нарисуют!

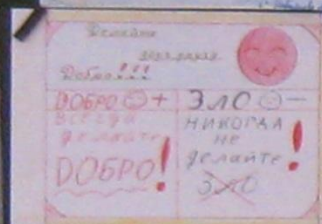
Ребята голосуют «Мы за здоровый образ жизни!» весёлыми смайликами.



НАДО
ДЕЛАТЬ
ДОБРО!

18 сентября

Добро и зло.



Акция «Надо делать добро!»
Дети рисуют своё представление о добре и зле.

С помощью волонтеров в классах прошли викторины «Худо тому, кто добра не делает никому!» Знатоки поговорок награждены призами.





28 декабря 2015 года участнику войны Данилову Петру Ефремовичу исполнилось 94 года. Волонтеры поздравляют ветерана войны с днём рождения.



Данилов Пётр Ефремович частый гость в нашей школе. Он ведёт активный образ жизни, много читает, хорошо помнит военные события.

Волонтёры помогают детям начальных классов изучить дорожные знаки и правила дорожного движения.



Правила дорожного движения для пешеходов и велосипедистов изучали дети ГПД. Опять на помощь пришли волонтёры!





Конкурс «Закон и порядок!» Ребята показали хорошие знания законодательства РФ.

Физический труд полезен для здоровья! Все, кто хочет быть здоровым-на уборку снега! Мы - волонтеры, впереди!



Волонтёры проводят викторину «Мы за здоровый образ жизни!»



Викторина «Мы за здоровый образ жизни». Конкурс капитанов.



**Волонтёры выпустили стенгазеты о здоровом образе жизни
«Выбор за тобой!»**



**Спорт делает человека не только здоровым,
но и счастливым!**



«Спорт становится средством воспитания тогда, когда он - любимое занятие каждого.» слова В. Сухомлинского. Наши дети любят спорт!



Главное - это не рекорды. Главное становится лучше себя вчерашнего и стремиться завтра к себе лучшему, чем сегодня...



Наши волонтеры любят спорт. Они активные участники велопробега.



**Результат нашей работы - это бодрое здоровье
и хорошее настроение!**



МЫ ГОРДИМСЯ НАШИМИ ВОЛОНТЁРАМИ!

- Володиной Татьяной
- Цыганаш Екатериной
- Боуруш Артёмом
- Анашкиной Марией
- Михеевой Ксенией
- Баниной Анастасией
- Болотиной Марией
- Луговской Екатериной
- Плаховой Вероникой
- Кусакиной Юлией
- Киричук Анной
- Антоновой Маргаритой
- Зайцевой Алиной
- Ветровым Никитой

