

## «ЗНАЮ–УМЕЮ–МОГУ»



С целью снижения смертности от сердечно-сосудистых заболеваний в городе Екатеринбурге, для информирования учащихся по вопросам профилактики сердечно-сосудистых заболеваний и формирования культуры ответственного отношения к состоянию своего здоровья, в рамках реализации межведомственного проекта «Екатеринбург без инсульта!», разработанного Муниципальным автономным учреждением «Городской центр медицинской профилактики» Управления

здравоохранения Администрации города Екатеринбурга, в преддверии Всемирного Дня борьбы с инсультом, Департамент образования Свердловской области предложил провести в общеобразовательных организациях профилактический урок «Знаю-Умею-Могу».

Каждый год только в Екатеринбурге происходит 4 000 – 5 000 инсультов, которые вместе с другими заболеваниями сердечно-сосудистой системы, являются причиной номер один смертности населения.

Тема профилактики факторов риска и знания признаков инсульта крайне важна. Даже если исключить все риски, нельзя быть полностью уверенным в том, что беда никогда не придёт. Вот почему важно знать не только способы профилактики, но и симптомы инсульта.

Чем раньше население будет приобретать знания и практические навыки, тем больше шансов будет на предотвращение возникновения заболевания и правильные действия при обнаружении у себя или окружающих признаков инсульта.

11 октября ученики выпускного естественнонаучного класса, в рамках проекта «Екатеринбург без инсульта!», провели урок «Знаю. Умею. Могу», посвященный профилактике сердечно-сосудистых заболеваний для ребят из 6 класса.





В ходе урока шестиклассники узнали о том, как устроен мозг, каким образом он обрабатывает информацию, получили информацию о профилактике мозгового кровообращения и риске инсульта. В игровой форме, понятной для шестиклассников, одиннадцатиклассники познакомили ребят с простейшей формулой (УДАР), по которой можно распознать признаки инсульта, для того, чтобы вовремя позвать на помощь.

Далее была проведена командная игра, в ходе которой шестиклассники показали свои знания о здоровом образе жизни. Ребята совершенно верно отвечали на все вопросы, активно работали в команде, помогая друг другу.

Этот урок был очень важен, как для старших, так и для младших учеников, ведь самое главное, ребята поняли, что именно здоровье должно рассматриваться человеком как реальная ценность, которую нужно хранить и оберегать. Профилактика здоровья может значительно снизить риск заболеваний сердечно-сосудистой системы.

11 класс



Классный руководитель Кадцына Наталия Александровна