



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 6FBVBB001AB293BA431BF1D2EFBFB0C01

Владелец: Валеев Мансур Илдусович

Действителен с 31.10.2024 до 31.01.2026

«Утверждаю»

Директор

МБОУ «Кульбаево-Марасинская СОШ» НМР РТ

Валеев М.И..

Приказ № 08 от 30.01. 2025 года

Приложение к рабочей программе воспитания в 1-10 классах

Принципы и план мероприятий ведения здорового образа жизни и преимущества ведения трезвого образа жизни в целях закрепления этих принципов у детей, подростков и молодежи в МБОУ «Кульбаево-Марасинская СОШ» Нурлатского муниципального района Республики Татарстан

Одним из важнейших факторов обеспечения безопасности и стабильности развития государства является состояние здоровья населения, прежде всего детей, подростков и молодежи. Поэтому среди приоритетов в настоящее время важнейшее место занимает формирование здорового образа жизни и ведение трезвого образа жизни у детей, подростков и молодежи.

К основным факторам, определяющим здоровый образ жизни и ведения трезвого образа жизни, отнесены:

- отсутствие вредных привычек (злоупотребление алкоголем и табакокурение);
- полноценное и сбалансированное питание;
- физическая активность;
- регулярное осуществление профилактики и прохождение медицинских осмотров;
- культура обучения и труда;
- состояние окружающей среды.

Основными целями данного направления являются:

- ориентация на поддержание собственного здоровья и здоровья в целом, осознание ценности здоровья;
- формирование знаний об управлении состоянием здоровья, о принципах и формах здорового образа жизни;
- замещение поведения, связанного с употреблением табака и алкоголя, физической активностью и общественной деятельностью.
- формирование у учащихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;
- создание в школе организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

Задачи:

- вести разъяснительную и просветительскую работу с обучающимися, родителями;
- формирование системы выявления уровня здоровья учащихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- формировать у школьников через цикл учебных дисциплин и внеурочную деятельность системы знаний о здоровьесбережении, мотивации на сохранение здоровья;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- осваивать педагогам новые методы деятельности в процессе обучения школьников, использовать технологии урока, берегающие здоровье учащихся;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся;
- просвещение родителей в вопросах понимания значения здорового образа жизни.


Мероприятия, направленные на ведение здорового образа жизни и ведение трезвого образа жизни у детей, подростков и молодежи включают, в том числе профилактику алкоголизма, наркомании, токсикомании; формирование у различных групп населения, особенно у подрастающего поколения, мотивации для ведения здорового образа жизни, искоренение вредных привычек; развитие физической культуры, обеспечение здорового питания.

**План
мероприятий в 1-10 классах по введению здорового и трезвого образа жизни у
детей, подростков и молодежи.**

№	Мероприятие	Класс	Сроки исполнение	Ответственные
1	Ежедневная зарядка «Пять минут бодрости»	1-10	В течение года	Классные руководители
2	Организация подвижных игр на больших переменах	1-4 5-10	В течение года, согласно графику	Учитель физической культуры
3	Классные часы на тему «Профилактика инфекционных заболеваний»	1-10	Осень/весна	Классные руководители
4	Серия классных часов «Оказание первой медицинской помощи»	1-10	1 раз в четверть	Учитель ОБЗР
5	Организация книжно-иллюстративных выставок по пропаганде ЗОЖ	1-10	Январь	Библиотекарь
6	Конкурс рисунков «Мы за здоровый образ жизни»	1-6	Февраль	Учитель ИЗО
7	Классные часы «Хочешь быть здоровым - будь им!»	1-9	Февраль	Классные руководители
8	Классные часы «Рациональное питание»	1-4	Март	Классные руководители
9	Час общения «О вреде алкоголя»	5-10	Март	Классные руководители

10	Информационно - просветительская акция «Вредным привычкам – нет, жизни-да!»	1-5	Апрель	ЗДВР, советник по воспитанию, классные руководители
11	Конкурс рисунков «Жизнь без алкоголя»	5-7	Апрель	Учитель ИЗО
12	Всемирный День Здоровья	1-10	Апрель	ЗДВР, советник по воспитанию, классные
13	Книжная выставка «Мой выбор - трезвость»	7-9	Май	Библиотекарь
14	Игровая программа «Путешествие в страну Здоровья»	1-5	Май	ЗДВР, советник по воспитанию, классные руководители
15	«Турнир по волейболу» неделя соревнований, направленных на принципы ведения здорового образа жизни и преимущества трезвого образа жизни	- 5-9	май	ЗДВР, советник по воспитанию, учитель физкультуры, классные руководители,
16	Беседа с родителями по вопросам профилактики табакокурения, алкоголизма	1-10	В течение года	Классные руководители
17	Беседы с учащимися о здоровом образе жизни с приглашением фельдшера ФАП	1-10	В течение года	Классные руководители
18	Мероприятия, направленные на формирование негативного отношения употреблению электронных сигарет, вейпов, алкоголя и т.д.	5-10	В течение года	ЗДВР, советник по воспитанию, классные руководители

Лист согласования к документу № от 04.02.2025
Инициатор согласования: Валеев М.И. Директор
Согласование инициировано: 04.02.2025 11:31

Лист согласования		Тип согласования: последовательное		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Валеев М.И.		 Подписано 04.02.2025 - 11:34	-