

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №12 с татарским языком обучения имени Ф.Г.Аитовой»

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Нагимова З.Ш.

Приказ №27

от «4» февраля 2025 г.



Дополнение к рабочей программе воспитания в 1-11 классах

Принципы и план мероприятий ведения здорового образа жизни и преимущества ведения трезвого образа жизни в целях закрепления этих принципов у детей, подростков в МБОУ «Гимназия №12 с татарским языком обучения имени Ф.Г.Аитовой» г.Казани.

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

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 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.

Мероприятия, направленные на ведения здорового образа жизни и ведения трезвого образа жизни у детей, подростков 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 1-11 классах по введению здорового и трезвого образа жизни у

детей, подростков.

| №. | Мероприятие | Класс | Сроки исполнения | Ответственные |
|----|---|-------|------------------|--|
| 1 | Психологическое занятие «Привычки и здоровье» | 5-8 | Январь | Педагог-психолог |
| 2 | Организация книжно-Иллюстративных выставок по пропаганде ЗОЖ в школьных библиотеках | 1-9 | Январь | Библиотекарь |
| 3 | Диалог размышление «Можно ли избавиться от вредных привычек» | 8-9 | Февраль | Заместитель директора по ВР, классные руководители |
| 4 | Классные часы «Хочешь быть здоровым — будь им!» | 1-11 | Февраль | Классные руководители |
| 5 | Классные часы «Рациональное питание» | 1-11 | Март | Классные руководители |
| 6 | Час общения «Трезвость-выбор сильных» | 1-11 | Март | Классные руководители, Врач гимназии |
| 7 | Информационно-просветительская акция «Вредным привычкам — нет, жизни — да!» | 5-11 | Апрель | Заместитель директора по ВР, классные руководители |
| 8 | Конкурс рисунков «Жизнь без вредных привычек» | 5-7 | Апрель | Учитель ИЗО |
| 9 | Профилактические беседы «Алкогольная трясина», «Три ступени, ведущие вниз» и др. | 6-9 | Май | Классные руководители |
| 10 | Беседа с родителями по вопросам профилактики табакокурения, алкоголизма | 1-9 | В течение года | Заместитель директора по ВР, классные руководители |
| 11 | Организация подвижных игр во время перемены | 1-9 | В течение года | Классные руководители |