

«Утверждаю»
Директор
МБОУ «Новоадырговская СОШ» АМР РТ
И.М.Миназов
Приказ № 17 от 31.01.2025 года



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 и молодежи в МБОУ «Новоадырговская СОШ» Альметьевского 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.

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

№	Мероприятие	Класс	Сроки исполнения	Ответственные
1	Ежедневная зарядка «Пять минут бодрости»	1-11	В течение года	Классные руководители
2	Организация подвижных игр на больших переменах	1-4 5-9	В течение года, согласно графику	Учитель, физической культуры

3	Классные часы на тему «Профилактика инфекционных заболеваний»	1-11	Осень/весна	Классные руководители
4	Серия классных часов «Оказание первой медицинской помощи»	1-11	1 раз в четверть	Учитель ОБЗР
5	Организация книжно-иллюстративных выставок по пропаганде ЗОЖ	1-11	Январь	Библиотекарь
6	Тренинг безопасного поведения «Я умею выбирать»	7-9	Январь	Классные руководители
7	Конкурс рисунков «Мы за здоровый образ жизни»	1-6	Февраль	Учитель ИЗО
8	Классные часы «Хочешь быть здоровым - будь им!»	1-11	Февраль	Классные руководители
9	Проведение акции по выполнению нормативов испытаний комплекса ГТО «#Ударим комплексом ГТО по наркомании и табакокурению! #»	8-11	февраль	учителя физической культуры
10	Общешкольный онлайн флэш-моб в формате музыкальной зарядки, направленный на привлечение внимания к здоровому образу жизни	1-11 класс	март	Советник по воспитанию
11	Классные часы «Рациональное питание»	1-4	Март	Классные руководители
12	Час общения «О вреде алкоголя»	5-11	Март	Классные руководители
13	Информационно - просветительская акция «Вредным привычкам – нет, жизни-да!»	1-5	Апрель	ЗДВР, советник по воспитанию, классные руководители
14	Конкурс рисунков «Жизнь без алкоголя»	5-7	Апрель	Учитель ИЗО
15	Книжная выставка «Мой выбор - трезвость»	7-9	Май	Библиотекарь
16	Игровая программа «Путешествие в страну Здоровья»	1-5	Май	ЗДВР, советник по воспитанию, классные руководители
17	Беседа с родителями по вопросам профилактики табакокурения, алкоголизма	1-11	В течение года	Классные руководители
18	Час информации «Здоровым быть - век долгий жить»	1-11	В течение года	Классные руководители
19	Беседы с учащимися о здоровом образе жизни с приглашением фельдшера ФАП	1-11	В течение года	Классные руководители