

Утверждаю

Директор школы

Г.И. Бильдирова

Приказ №



Дополнения и изменения
в Рабочую программу воспитания
МБОУ «Курманаевская ООШ»
основная общеобразовательная школа
Нурлатского муниципального района
Республики Татарстан

конкурсы плакатов в защиту здорового образа жизни, командные игры, конкурсы на знание пословиц и поговорок о здоровье.

План мероприятий для закрепления принципов ведения здорового образа жизни и преимуществ трезвости у детей и подростков включает следующие пункты:

• **Организационный этап.** Организационный момент, упражнение «Знакомство», объявление цели и темы занятия.

• **Информационный блок.** Анкетирование, притча «Здоровье — бесценный дар», упражнение

«Сигнал» (для углубления и закрепления знаний о ведении ЗОЖ), беседа «Компоненты здорового образа жизни», просмотр видеоролика «Социальная реклама (здоровый образ жизни)».

- **Обобщение и подведение итогов.** Ожидаемый результат — у подростков закрепится позитивная мотивация к здоровому образу жизни и возникнет желание укреплять своё здоровье. Также нужно проводить **цикл проблемных занятий-размышлений**, на которых дети «проигрывают» возможные жизненные ситуации, определяют адекватные способы поведения в них и возможные варианты выхода из них.

Ещё один вариант — **цикл занятий по программе «Уроки трезвости»**, где проводятся упражнения по развитию конструктивного безопасного взаимодействия в группах (сверстник — сверстник, учитель — ученик, родитель — сын (дочь) — ребёнок) до и после просмотра видеоролика о трезвости. Выбор конкретных мероприятий зависит от возможностей и целей организации.

2.2.2. Алкоголизм

Подростковый алкоголизм - проблема не менее обширная, чем курение. Только за последнее десятилетие количество зависимых от алкоголя детей увеличилось на 10%; теперь чаще всего алкоголизм распространен среди 12-15 летних детей, раньше же этот возраст был 16-18. Из-за того, что у подростка неустойчивая психика, то при употреблении алкоголя быстро развивается физическая зависимость. Тело подростка просит добавки, начинается «ломка». Если у взрослых алкоголь перерабатывается благодаря ферментам желудка и печени, то у детей спирт расщепляется медленнее, потому что эти органы еще не начали полноценно функционировать. Чаще всего детский алкоголизм зарождается в компании сверстников. Подростки считают, что распитие спиртных напитков в компании стоит наряду с прогулками на улице, чтением книг, просмотром фильмов. Еще одной особенностью является тот факт, что чаще всего подросток хочет выпить только в окружении группы лиц, с которыми они всегда это делают. В обычной жизни такой потребности у него нет. У детей гораздо реже возникает отрицание алкоголизма, чем у взрослых. После формирования физической зависимости у ребёнка появляется брадикардия, снижение артериального давления, бледность кожи, отсутствие потливости, затем появляются дистрофия, истерические реакции, депрессивные расстройства. Так же очень распространены заболевания желудочно-кишечного тракта: гастрит, язва, колит кишечника, гепатит; происходят сбои в мочевыделительной нервной и эндокринной системах. Очень большая проблема состоит в том, что подростковый алкоголизм развивается практически бессимптомно.

В связи с распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 декабря 2024 г. N 3610-р «О Плане мероприятий по реализации Концепции сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации»

Внести изменения и дополнения в Рабочую программу воспитания Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Курманаевская основная общеобразовательная школа Нурлатского муниципального района Республики Татарстан»

1. В пункт 2.1. «Уклад образовательной организации» Рабочей программы воспитания

2.1. Принципы жизни и воспитания в ОО.

- Принцип ведения здорового образа жизни и преимуществах ведения трезвого образа жизни в целях закрепления этих принципов у детей.
- Реализация мероприятий, направленных на вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом в целях ведения здорового образа жизни

2.2. Виды, формы и содержание воспитательной деятельности

- Приобщать к занятиям физической культурой и спортом в целях ведения здорового образа жизни;

Тематика традиционных мероприятий определяется исходя из необходимости детского опыта, приобщения к ценностям, истории и культуре своего народа

Для закрепления принципов здорового и трезвого образа жизни у детей и подростков нужно использовать следующую информацию:

О здоровом образе жизни:

Основы: занятия спортом, правильное питание, полноценный сон, соблюдение правил личной гигиены.

Преимущества: укрепление иммунитета, лёгкая и быстрая переносимость болезней, спортивное и подтянутое тело, снижение риска развития хронических болезней.

О преимуществах трезвого образа жизни:

Трезвость способствует раскрытию человеческого потенциала, талантов и способностей.

Трезвые люди легче реализуют себя в профессиональной деятельности.

Они дают правильное воспитание детям, становясь для них личным примером для подражания.

Для закрепления этих принципов можно проводить:

- классные часы соответствующей тематики;
- встречи с медицинскими работниками;
- недели и дни здоровья в школе;