

**Дополнение 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 «Кутеминская СОШ»
Черемшанского муниципального района РТ**

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 ведение 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 1-10 классах по введению здорового и трезвого образа жизни у детей, подростков и молодежи.

№	Мероприятие	Класс	Сроки исполнения	Ответственные
1	Классные часы на тему «Профилактика инфекционных заболеваний»	1-10	Осень/весна	Классные руководители
2	Серия классных часов «Оказание первой медицинской помощи»	1-10	1 раз в четверть	Учитель ОБЗР
3	Тренинг безопасного поведения «Я умею выбирать»	7-10	Январь	Классные руководители
4	Конкурс рисунков «Мы за здоровый образ жизни»	1-6	Февраль	Учитель ИЗО, учителя начальных классов
5	Классные часы «Хочешь быть здоровым - будь им!»	1-10	Февраль	Классные руководители
6	Классные часы «Рациональное питание»	1-10	Март	Классные руководители
7	Час общения «О вреде алкоголя»	6-10	Март	Классные руководители
8	Акция «Детство, территория, свободная от курения!»	1-5	Апрель	Заместитель директора по ВР, педагог – организатор, классные руководители
9	Беседа с родителями по вопросам профилактики табакокурения, алкоголизма	1-10	Май	Администрация школы, классные руководители
10	Час информации «Здоровым быть – век долгий жить»	1-10	В течение года	Заместитель директора по ВР, классные руководители
11	Беседы с учащимися о здоровом образе жизни с приглашением фельдшера ФАП	1-10	В течение года	Классные руководители