



Утверждаю:

Приказ № 17 от 31 января 2025г.

Директор гимназии: Арсланова Р.М.

### **Дополнение к рабочей программе воспитания в 1-11 классах**

Принципы и план мероприятий ведения здорового образа жизни и преимуществ ведения трезвого образа жизни в целях закрепления этих принципов у детей, подростков и молодежи в МБОУ «Гимназия №20 имени Абдуллы Алиша» Советского района г. Казани.

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 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 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 1-9 классах по введению здорового и трезвого образа жизни у детей, подростков, молодежи.

№	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	1-11	Январь	Библиотекарь
3	Диалог размышление «Можно ли избавиться от вредных привычек»	8-11	Февраль	Классные руководители, ЗДВР
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, советник
7	Информационно-просветительская акция «Вредным привычкам – нет, жизни – да!»	5-11	Апрель	Классные руководители, советник, ЗДВР
8	Конкурс рисунков «Жизнь без алкоголя»	5-7	Апрель	Учитель ИЗО
9	Профилактические беседы «Алкогольная трясина», «Три ступени, ведущие вниз» и др.	6-11	Май	Классные руководители, советник, ЗДВР
10	Беседа с родителями по вопросам профилактики табакокурения, алкоголизма.	1-11	В течении года	Классные руководители, ЗДВР
11	Организация подвижных игр во время перемены.	1-11	В течении года	Классные руководители, советник



Арсланова Р.М.