



«Утверждаю»

Директор

МБОУ «Миннибаевская СОШ» АМР РТ

Фахрtdинова Л.М.

Приказ № 13 от 30.01. 2025 года

Приложение 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 «Миннибаевская 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.
- формирование у учащихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;
- создание в школе организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- развитие организационного, программного и материально- технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

Задачи:

- вести разъяснительную и просветительскую работу с обучающимися, родителями;
- формирование системы выявления уровня здоровья учащихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- формировать у школьников через цикл учебных дисциплин и внеурочную деятельность системы знаний о здоровьесбережении, мотивации на сохранение здоровья;

- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- осваивать педагогам новые методы деятельности в процессе обучения школьников, использовать технологии урока, сберегающие здоровье учащихся;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния школы;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- планомерная организация полноценного сбалансированного питания учащихся;
- просвещение родителей в вопросах понимания значения здорового образа жизни.


Мероприятия, направленные на ведение здорового образа жизни и ведение 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 5-11 | 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» | 7-11 | Январь | Классные руководители |
| 7 | Конкурс рисунков «Мы за здоровый образ жизни» | 1-6 | Февраль | Учитель ИЗО |
| 8 | Классные часы «Хочешь быть здоровым - будь им!» | 1-9 | Февраль | Классные руководители |
| 9 | Акция «Сообща, где торгуют смертью». | 5-11 | Февраль | Советник по воспитанию, классные руководители |
| 10 | Классные часы «Рациональное питание» | 1-4 | Март | Классные руководители |
| 11 | Час общения «О вреде алкоголя» | 5-11 | Март | Классные руководители |
| 12 | Информационно - просветительская акция «Вредным привычкам – нет, жизни-да!» | 1-5 | Апрель | ЗДВР, советник по воспитанию, классные руководители |
| 13 | Конкурс рисунков «Жизнь без алкоголя» | 5-7 | Апрель | Учитель ИЗО |
| 14 | Всемирный День Здоровья | 1-11 | Апрель | ЗДВР, советник по воспитанию, классные |

| | | | | |
|----|---|------|----------------|---|
| | | | | руководители, учитель физкультуры |
| 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 |
| 20 | Мастер-класс «Здоровье и безопасность» | 1-11 | В течение года | Классные руководители |

Лист согласования к документу № 1 от 03.02.2025
Инициатор согласования: Фахртдинова Л.М. Директор
Согласование инициировано: 03.02.2025 08:10

| Лист согласования | | Тип согласования: последовательное | | |
|-------------------|------------------|---|---|-----------|
| № | ФИО | Срок согласования | Результат согласования | Замечания |
| 1 | Фахртдинова Л.М. | |  Подписано 03.02.2025 - 08:10 | - |