

УТВЕРЖДАЮ

Приказ № 3-01 / 3 января 2025г.

Директор школы:  Е.С. Гильманова

Дополнение к рабочей программе воспитания МБОУ «ВСОШ №1»

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 «Высокогорской СОШ №1» Высокогорского 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 и подростков.

К основным факторам, определяющим здоровый образ жизни и ведения трезвого образа жизни, отнесены:

- Отсутствие вредных привычек (злоупотребление алкоголем и табакокурением);
- 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 по ведению 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 «Вредные привычки или здоровье?»	8-11	февраль	Классные руководители
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
7	Информационно-просветительская акция «Вредным привычкам – нет, жизни – да!»	5-9	Апрель	Заместитель директора по ВР
8	Конкурс рисунков «Жизнь без алкоголя»	5-7	апрель	Учитель ИЗО
9	Профилактическая беседа «Алкоголь не привычка, а болезнь»	8-11	май	Классные руководители
10	Беседа с родителями по вопросам профилактики табакокурения, алкоголизма	1-11	В течение года	Заместитель директора по ВР, классные руководители
11	Организация подвижных игр во время перемены	1-11	В течение года	Классные руководители