

Приложение Пояснительная записка по проведению тематической недели по пропаганде здорового образа жизни (далее — ЗОЖ) «Неделя ЗОЖ»

Актуальность проведения тематической недели

В сфере современного образования важное место занимает создание системы работы, включающей в себя взаимосвязанные друг с другом направления: формирование физического, нравственного и психического здоровья, рациональную организацию режима труда и отдыха, профилактику зависимого поведения. Вопросы сохранения жизни и здоровья детей, защиты их от реальных и потенциальных угроз, приобщение их к ценностям здоровья волнуют каждого участника образовательного процесса.

Цель и задачи

Цель: совершенствование культуры здорового образа жизни и здоровьесбережения. формирование у обучающихся устойчивого- неприятия к употреблению алкоголя, табачных изделий, электронных систем курения, наркотических средств.

Задачи:

создать условия развивающей среды в учреждении образования для сохранения и укрепления физического, социального и психического здоровья участников образовательного процесса;

развивать навыки коммуникации и творческий потенциал личности обучающихся;

способствовать формированию стойкой жизненной позиции, навыков здорового образа жизни;

формировать навыки совместной деятельности.

Особенности организации тематической недели

«Неделя ЗОЖ» организуется в учреждениях общего; среднего образования, в учреждениях, реализующих образовательные Программы профессионально-технического и среднего специального образования, в учреждениях образования интернатного типа.

В «Неделе ЗОЖ» могут участвовать все обучающиеся и педагоги учреждений образования, а также родители (законные представители).

Каждый день недели имеет свое название в соответствии с проводимым мероприятием. Мероприятия проводятся преимущественно на переменах и направлены на поддержание позитивной доброжелательной атмосферы в учреждении образования. Мероприятия каждого дня «Недели ЗОЖ» организуют как специалисты, так и другие педагогические работники, включая педагога-организатора и руководителя физического воспитания, по согласованию с администрацией учреждения образования. Согласно ежедневной тематике рекомендуется обновлять информационные стенды актуальной и полезной информацией, размещать информацию о проведении тематических дней на официальном сайте учреждения образования, в организованных чатах общения и социальных сетях.

ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ «НЕДЕЛИ ЗОЖ»

Понедельник

Тема: Будьте здоровы! Пожалуйста, будьте здоровы!

Встреча позитивными фразами о здоровье. При входе в учреждение образования всем раздаются заранее подготовленные жизнеутверждающие картинки и фразы о здоровье на ярких стикерах (бумажках) разной формы.

Рекомендации: в учебных кабинетах в этот день можно расположить тайные картинки и высказывания-пазлы на доске, стенде, листе ватмана и обсудить на пятиминутках безопасности, кураторском (классном), информационном часах содержимое полученной «групповой установки» на ЗОЖ.

В течение дня обмен пожеланиями здоровья друг другу. Участник!! образовательного процесса адресуют друг другу приятные слова, в общении используют пожелания здоровья без определенного повода.

На переменах в учреждении образования целесообразно организовать работу почтовой связи, назначив почтальонов. В фойе в почтовый ящик «Почта пожеланий здоровья» можно опустить письма (записки) с оригинальными пожеланиями здоровья любому человеку, которые разнесут почтальоны. Для того, чтобы письмо дошло адресату, необходимо указать класс (группу). Ф.И.О.

Рекомендации: в конце недели можно организовать выставку оригинальных пожеланий здоровья (соблюдение этических норм и конфиденциальности обязательно).

Вторник

Тема: Наше здоровье в наших руках!

Конкурс коллажей (фото-коллажей), плакатов, рисунков «Мы за ЗОЖ», «Наши жизненные установки». «Если хочешь быть здоров...» и т.п.

Рекомендации: оформить выставку творческих работ; определить номинации для награждения участников конкурса.

Среда

Тема: НЕТ вредным привычкам!

В этот день планируется проведение профилактических, информационно-просветительских мероприятий, направленных на формирование установок отказа от употребления сигарет, вейпов, алкоголя и т.п., классными руководителями (кураторами), педагогом-психологом, педагогом социальным, медицинским работником и др., можно пригласить сторонних представителей. Акцентируется внимание безопасном, ответственном и здоровьесберегающем поведении в период летних каникул.

Рекомендации: с учетом особенностей деятельности учреждения образования можно организовать ежедневную акцию, провести общешкольное (общеколледжное) мероприятие, например. ТОК-ШОУ «Под маской», использовать иные интерактивные формы.

Четверг

Тема: Хочу всё знать!

Обучающимся предлагается подготовить интересующие вопросы из

различных сфер здоровьесбережения медицинскому работнику, педагогу-психологу, педагогу социальному, руководителю физического воспитания и др., «дать их и этот день лично на переменах, после занятий или письменно с указанием обратных реквизитов. В учреждениях образования, в которых нет определенного специалиста, вопросы можно отправлять на адрес электронной почты территориального социально-педагогического центра или передать записку через классного руководителя (куратора). Задача специалистов социально-педагогического центра подготовить ответы (при необходимости при взаимодействии с учреждением здравоохранения) и направить их адресату.

Пятница

Тема: Физкульт-привет!

В этот день акцент делается на подвижные переменах, желательно запланировать спортивные мероприятия, командные игры, флешмобы и т.н.

Рекомендации: в учреждение образования на усмотрение администрации можно прийти в спортивной форме; в конце дня можно подвести итоги «Недели ЗОЖ».

Подведение итогов недели

При условии посещения учреждения образования обучающимися в субботу подведение итогов недели, а также проведение мероприятий, приуроченных к «Неделе ЗОЖ», целесообразно организовать в этот день.

Рекомендации: подведение итогов «Недели ЗОЖ» можно подвести в приемлемой для учреждения образования форме: в виде фото- и видео-ряда «Хроника недели», поощрением активных участников, угощением обучающихся соками или фруктами и т.п.