



«Мы – за здоровый образ жизни»
Профилактика занятий физкультурой
и формирование навыков
здорового образа жизни
среди учащихся МОУ ООШ № 27



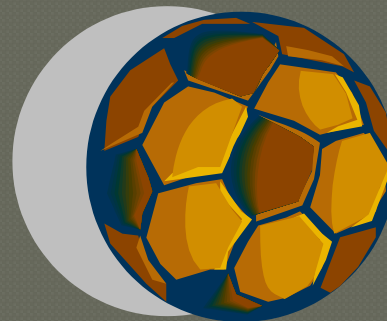
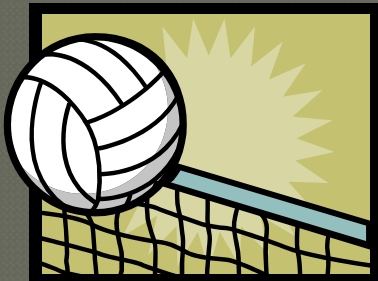
Презентация работы классного руководителя 9 класса .

Чернявская Людмила Михайловна



учитель физкультуры .

- Домашний адрес: х. Кадухин, ул. Речная 28а.
- Телефон: 8-918-239-42-71.



Основная цель профилактики употребления ПАВ

воспитании здорового,

развитого человека, способного самостоятельно

справиться с собственными психологическими

затруднениями и жизненными проблемами, не

**нуждающегося в приёме алкоголя, наркотиков,
табакокурения.**

Цели профилактики

- изменение отношения детей и молодёжи к наркотикам,
- формирование личной ответственности за своё поведение, снижение спроса на ПАВ в детско-молодёжном коллективе;
- сдерживание влечения детей и молодёжи в приёме наркотических средств за счёт пропаганды здорового образа жизни,
- формирование антинаркотических установок и профилактической работы, осуществляемой сотрудниками образовательных учреждений.

Стратегия первичной профилактики

Предупреждение употребления наркотиков и роста наркомании среди детей и подростков основана на том, что в её центре должны находиться **личность несовершеннолетнего и три основные сферы**, в которых реализуется его жизнедеятельность:
семья,
образовательное учреждение и досуг.

Активность профилактических мероприятий

- формирование личностных ресурсов,**
- формирование ресурсов семьи,**
- внедрение в образовательной среде новых педагогических и психологических технологий,**

Здоровый образ жизни

– это образ жизни,
основанный на принципах нравственности,
рационально организованный, активный, трудовой,
закаливающий и, в то же время, защищающий
от неблагоприятных воздействий окружающей среды,
позволяющий сохранять нравственное,
психическое и физическое здоровье.

По определению Всемирной Организации
здравоохранения «здоровье» – это состояние
физического, духовного и социального благополучия,
а не только отсутствие болезней и физических
дефектов».

Значение здорового образа жизни

Человек – сам творец своего здоровья, за которое надо бороться.

С раннего возраста необходимо вести активный образ жизни, закаливаться, заниматься физкультурой и спортом, соблюдать правила личной гигиены,- словом, добиваться разумными путями подлинной гармонии здоровья.

Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности.

Оно является важным моментом в познании окружающего мира, к самоутверждению счастьем.

Активная долгая жизнь – это важное слагаемое человеческого фактора.

Три вида здоровья

Физическое здоровье –

это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем.

Если хорошо работают все органы и системы, то и весь организм человека правильно функционирует и развивается.

☉ Психическое здоровье

зависит от состояния головного мозга, оно характеризуется уровнем и качеством мышления, развитием эмоциональной устойчивости, развитием волевых качеств.

☉ Нравственное здоровье

определяется теми моральными принципами, которые являются основой социальной жизни человека.

Основные элементы здорового образа жизни

плодотворный труд,

**рациональный режим труда и
отдыха,**

искоренение вредных привычек,

оптимальный двигательный режим,

личная гигиена,

закаливание,

рациональное питание .

Работа по формированию навыков здорового образа жизни



Внеклассные мероприятия



Работа с семьей



Спортивный клуб



Классные часы

(трудовые десанты)



Уроки физкультуры



Охват учащихся дополнительным
образованием
кружковой работой

в 2012-2013 году
составил 94%

Акция «Памяти павших - будьте достойны!»



Акция Мы – за здоровый образ жизни .Зарница



Тимуровская работа



- Поздравляем с днем пожилого человека



- Проводим благотворительную ярмарку