

**3 октября –
Всемирный день
трезвости и борьбы
с алкоголизмом**



«Будущее в моих руках!»

Профилактическая работа, направленная на пропаганду здорового образа жизни и укрепление нравственности, повышение уровня самосознания обучающихся, а также на развитие навыков осознанности и асертивности обучающихся в образовательной организации строится на основе выполнения требований законодательства Российской Федерации, а также на законодательной базе города Москвы.

Одним из основных принципов профилактической работы является приоритет мер предупреждения, в связи с чем делается акцент на формировании у обучающихся установок на здоровый и безопасный образ жизни.



Направление профилактической работы

- Мероприятия, направленные на пропаганду здорового образа жизни

Ценности

- здоровье
- самосознание
- законопослушность

Контингент

- обучающиеся 5–11 классов
- студенты колледжей

Цель и задачи



■ Формирование представлений обучающихся о необходимых условиях здорового образа жизни, развитие навыков ассертивности и ответственного принятия решений



■ познакомить обучающихся с условиями, способствующими снижению рисков для здоровья в повседневной жизни

■ сформировать ценностные ориентиры личности, способствующие принятию правил здорового образа жизни

■ сформировать личное негативное отношение обучающихся к употреблению любых ПАВ

■ создать условия для развития навыков саморегуляции и способов сохранения личных границ, познакомить обучающихся с технологиями принятия решений

Организация предметно-пространственной среды



- Подготовить и оформить места (информационная панель, стенд в холле первого этажа), содержащие в доступной форме информацию о Всемирном день трезвости и борьбы с алкоголизмом



Перечень мероприятий/форм

основная школа (ООО)



ЗАДАЧИ

- расширять знания обучающихся об условиях и важных составляющих здорового образа жизни
- формировать личное позитивное отношение обучающихся к здоровому образу жизни
- развивать у обучающихся навыки осознанности и асертивности

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ МЕРОПРИЯТИЙ / ФОРМ

- Классный час «Будущее в моих руках!», «Как отказать, чтобы не обидеть»
- Просмотр видеоконтента и организация дискуссии
- Организация спортивных товарищеских встреч и первенств по командным видам спорта
- «Тренировка с Чемпионом»
- Презентация плакатов, мотивирующих к здоровому образу жизни
- ЗОЖ-челлендж «10 000 шагов», «Здоровые привычки», «Физическая активность», «Освой новый навык» и др.
- Разработка чек-листа/трекера для формирования полезной здоровой привычки
- Знакомство с формулой вежливого, но твердого отказа «10 способов сказать «Нет»
- Организация предметно-пространственной среды
- Квиз, направленный на повышение уровня правосознания и личной ответственности
- Тренинг по развитию асертивности



Перечень мероприятий/форм

средняя школа (СОО)

среднее профессиональное образование (СПО)



ЗАДАЧИ

- формировать личное позитивное отношение обучающихся к здоровому образу жизни
- формировать ответственность за свое поведение
- развивать навыки уверенного поведения и саморегуляции
- расширять знания обучающихся о технологиях принятия решения

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ МЕРОПРИЯТИЙ / ФОРМ

- Дискуссия «Свобода выбора»
- Просмотр и рефлексивный анализ видеоконтента
- ЗОЖ-челлендж «10 000 шагов», «Здоровые привычки», «Физическая активность», «Освой новый навык» и др.
- Презентация социальной рекламы о здоровом образе жизни
- Организация спортивных товарищеских встреч и первенств по командным видам спорта
- «Тренировка с Чемпионом»
- «Марафон Здоровья», посвященный навыкам здорового образа жизни и уверенного поведения
- Знакомство с формулой вежливого, но твердого отказа «10 способов сказать «Нет»
- Просветительские акции и челленджи в социальных сетях ОО, посвященные здоровому образу жизни
- Подключение к интерактивным тематическим лекциям социальных партнеров ОО
- Тренинг по развитию ассертивности
- Квиз, направленный на повышение уровня правосознания и личной ответственности
- Организация предметно-пространственной среды