

## Профілактика шкідливих звичок та формування здорового способу життя

Мета: Формувати у учнів здатність протистояти небезпечним проявам життя, створювати і зміцнювати умови, які сприяють здоровому способу життя.

Завдання:

- формування уявлень про небезпечність вживання алкоголю, наркотиків, табакокуріння. Вплив їх на організм підлітків;
- розвиток життєвих навичок спрямованих на стримування учнів від вживання алкоголю, наркотичних речовин, куріння, на заохочення вести здоровий спосіб життя;
- формування в учнів сталої мотиваційної установки на здоровий спосіб життя, як провідної умови збереження і зміцнення здоров'я;
- навчання учнів методам самооцінки і контролю стану і рівня здоров'я.

Головні цінності суспільства - життя і здоров'я людини. В умовах ускладнення життя, між особистісних зв'язків і стосунків державний курс освітньої політики в Україні передбачає пропаганду здорового способу життя, виховання здорового молодого покоління, якому жити і працювати в новій державі. Основними причинами негативних змін у здоров'ї нації є погіршення економічної ситуації, низький рівень державного медичного обслуговування, несприятливі умови, соціальна напруженість. Україна підтримала Конвенцію ООН про постійний розвиток людства. Головне – це безпека кожної людини. Рівень безпеки залежить від стану навколишнього середовища, державної системи підтримки безпеки людства та індивідуальної захищеності.

В останні десятиліття, в результаті інтенсивного розширення кола адикцій, в основі яких знаходяться нікотин, алкоголь, наркотичні речовини, а також азартні, компютерні ігри, Інтернет, у сучасних підлітків все більше виявляється девіантна поведінка.

Підлітки із властивими їх віку чуттєвістю виявляються найбільш незахищеними і психологічно безпомічними перед життєвими труднощами. Не маючи достатніх навичок для їх рішення, не вмючи чи небажаючи обирати адаптивні способи зняття напруги, вони можуть долучатися до адиктивних засобів. У зв'язку з цим велика увага практичних психологів та соціальних педагогів приділяється проблемі адикції і адиктивної поведінки підлітків, яка як одна з форм деструктивної (руйнуючої) поведінки наносить шкоду не тільки молодій людині, а й усьому суспільству.

### *План заходів з профілактики шкідливих звичок та формування здорового способу життя*

№ п/п	Термін або дата проведення	Назва заходу, його тематика	Учасники	Результати	Прим
1	Вересень	Батьківський диспут «Чи знаєте ви своїх дітей?», конференція «Алкоголь та його вплив на здоров'я».	Учні 8-10 класів		
2	Вересень	Шкільна спартакіада (Олімпійський тиждень)	Учителі фізичної культури		
3	Листопад	Тематична бесіда «Шляхи передачі ВІЛ»	Учні 7-10 класів		

4	Лютий	Тематична бесіда «Наркотики–це злочин»; профілактична бесіда «Інтернет залежність»	Учні 8-10 класів		
9	Березень	Тематична бесіда «Шкідливість куріння»	Учні 7-10 класів		
10	Квітень	Дискусія «Особиста відповідальність про здоров`я»	Учні 5-8 класів		
11	Травень	Зустріч з співробітниками Кобеляцького ВП	Учні 5-10 класів		