**Приложение 1.**

**Положение о проведении муниципальной декады здоровья**

**І. Общие положения**

Муниципальная декада здоровья проводится во всех образовательных учреждениях Сладковского района с 15 по 26 октября 2018 года.

**II. Цели**

1. Содействие формированию у обучающихся образовательных организаций мотивации к ведению здорового образа жизни и интереса к занятиям физической культурой и спортом.
2. Привлечение внимания к вопросам здоровьесбережения, сохранения и укрепления здоровья, начиная с дошкольного возраста.

**III. Задачи**

1. Пропагандировать в среде обучающихся образовательных организаций здоровый образ жизни.
2. Привлечь внимание к вопросам здоровьесбережения обучающихся всех субъектов образовательного процесса.
3. Способствовать профилактике возникновения вредных привычек (курения, употребления алкогольных напитков) среди обучающихся школ.

**IV. Организация проведения**

1. Муниципальная декада здоровья проводится среди всех возрастных групп обучающихся.
2. В зависимости от ступени обучения предусмотрены различные мероприятия.

**1. Дошкольные образовательные учреждения:**

1.1. Просмотр мультфильмов, пропагандирующих здоровый образ жизни, привитие навыков гигиены;

1.2. Проведение спортивной эстафеты с участием родителей (законных представителей) обучающихся и самих несовершеннолетних.

Проведение данных мероприятий обязательно в каждой группе детского сада.

**2. Начальное общее образование:**

2.1. Проведение классных часов на темы по выбору: «Как сохранить и укрепить здоровье», «Здоровое питание», «Красивая осанка и здоровый позвоночник», «Профилактика нарушений зрения»;

2.2. Проведение школьного конкурса рисунков «Школа – территория здоровья». Подведение итогов конкурса (1,2,3 место) с награждением победителей, организация выставки работ в помещениях образовательных учреждений;

2.3. Проведение на каждом уроке, за исключением уроков физической культуры, в ежедневном режиме в течение всей декады здоровья физкультурных минуток в виде комплекса упражнений, направленных на снятие утомления с плечевого пояса и рук, напряжения с мышц туловища и улучшение мозгового кровообращения:

- И.п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - правую руку вперед, левую вверх. 2 - переменить положения рук. Повторить 3 - 4 раза, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.

- И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - 5 - круговые движения тазом в одну сторону. 4 - 6 - то же в другую сторону. 7 - 8 - руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

- И.п. - сидя, руки на поясе. 1 - поворот головы направо, 2 - и.п., 3 - поворот головы налево, 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

Проведение всех трёх мероприятий обязательно в каждом классе начального звена.

**3. Основное общее образование:**

3.1. Проведение классных часов на темы по выбору: «Как сохранить и укрепить здоровье», «Здоровое питание», «Красивая осанка и здоровый позвоночник», «Профилактика нарушений зрения»;

3.2. Самостоятельная подготовка и выпуск обучающимися листовок и памяток на различные темы по выбору: сохранение здоровья, профилактика инфекционных и неинфекционных заболеваний, профилактика табакокурения, употребления алкоголя и наркотиков, прочие. Последующее распространение среди всех обучающихся школы.

3.3. Проведение на каждом уроке, за исключением уроков физической культуры, в ежедневном режиме в течение всей декады здоровья физкультурных минуток в виде комплекса упражнений, направленных на снятие утомления с плечевого пояса и рук, напряжения с мышц туловища и улучшение мозгового кровообращения:

- И.п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - правую руку вперед, левую вверх. 2 - переменить положения рук. Повторить 3 - 4 раза, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.

- И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - 5 - круговые движения тазом в одну сторону. 4 - 6 - то же в другую сторону. 7 - 8 - руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

- И.п. - сидя, руки на поясе. 1 - поворот головы направо, 2 - и.п., 3 - поворот головы налево, 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

Проведение всех трёх мероприятий обязательно в каждом классе основного звена.

1. **Среднее общее образование:**
   1. Просмотр видеофильмов, пропагандирующих здоровый образ жизни;
   2. Проведение классных часов на тему профилактики возникновения вредных привычек.