



Будьте здоровы!!!



**Формирование  
мотивации  
здорового образа  
жизни**



**Адрес: г.Бийск, ул.  
Васильева 52**

Телефон: 44-96-12  
44-96-15

## Направления работы классного руководителя по здоровьесбережению:

- мероприятия, направленные на сохранение здоровья и профилактику заболеваемости;
- мероприятия, направленные на формирование у учащегося здорового образа жизни;
- мероприятия, направленные на просветительскую работу с родителями учащегося.

Добиться желаемых результатов возможно при координации усилий семьи и школы в организации целостной здоровьесберегающей среды ребенка.

Тематика родительских лекториев составлена в соответствии с возрастными особенностями учащихся.

### для родителей начальной школы

Нервность у детей и ее причины.

Патологические привычки детей.

Причины и методы профилактики основных заболеваний.

Организация закаливания ребенка.

Каким мы хотим видеть своего ребенка.

Современное питание в детском возрасте.

### для родителей среднего и старшего звена

Наиболее распространенные заболевания детей и взрослых.

Проблемы формирования личности ребенка.

Представление о здоровом образе жизни и его составляющих.

Профилактика вредных привычек

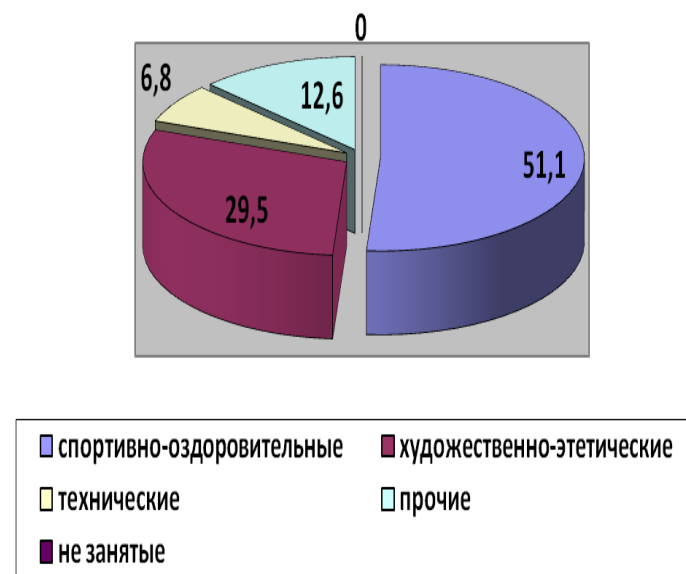
Речевая культура родителей.

Условия воспитания здорового ребенка

## В спортивно – оздоровительном направлении в школе работают следующие спортивные секции:

- «Баскетбол»;
- «Теннис»,
- «Лёгкая атлетика»,
- «Туризм»,
- « Спортивные танцы»

Из результатов мониторинга занятости учащихся во внеурочное время видно, что 264 обучающихся, что составляет 51, 5% от общего количества учащихся, посещают спортивные секции.



Ежемесячно, на третьей неделе, классные руководители проводят внеклассные мероприятия по здоровьесбережению- беседы, классные часы, ролевые игры, просмотр и обсуждение видеофильмов о проблемах наркомании, СПИДа:

- Цикл бесед о вреде алкогольных напитков.
- Цикл бесед о вреде курения табака.
- Цикл бесед о наркомании.
- Цикл бесед по профилактике вредных привычек
- Полезные привычки.
- Твой режим дня.
- О чудесных лекарствах, которых не найти в аптеке.
- В здоровом теле – здоровый дух.
- ролевые игры (Суд над сигаретой, Как стать хворайкой, Полноценное питание и сон)





## ПОМНИТЕ!!!

Заражение ВИЧ приводит через несколько лет к развитию смертельного заболевания - синдрома приобретенного иммунного дефицита (СПИДа), это заболевание пока неизлечимо, а современная медицина позволяет только на неопределенное время предупредить развитие СПИДа, при условии постоянного приема большого количества дорогостоящих лекарственных препаратов.

Информация, предоставляемая учащимся, должна определенным образом доводить до их сведения, что снизить риск инфицирования ВИЧ можно как путем уменьшения числа половых партнеров (воздержание, строгие моногамные отношения), так и путем использования барьерного способа

На стекле застыла капля! Так застыла жизнь моя,  
Когда вдруг я осознала, что диагноз «СПИД» и я  
Всё, теперь неразделимы: впереди лишь тьма и  
боль...

Почему я так любила лишь забвения юдоль?...  
От наркотиков, от секса (не поймешь каких мужчин)

Боже! Господи! Всевышний, будь так добр: меня  
прости!

Жить хочу! Хочу увидеть своих будущих детей!  
Пользу людям приносила б, только все поверьте  
мне!

Буду жить я по законам лучших, праведных лю-  
дей...

Помогите! Излечите! Мой недуг, недуг друзей!  
Поддержите, не забудьте, я ведь тоже – человек!  
Человек, который в мире одинок теперь и слеп!  
Страшен «СПИД» - диагноз смерти, от которого  
порой

В каждой вене, в каждом сердце остывает жизни  
зной.

С оптимизмом всё же буду вдаль смотреть и,  
жизнь храня,

- Господи, тебя прошу я, - Сохрани, спаси меня!

МБОУ «СОШ № 5»

г. Бийск Алтайского края ул. им.  
Героя Советского Союза  
Васильева 52

Выбери жизнь!

Эпидемия ВИЧ/СПИДа является угрозой стабильности развития современного общества большинства стран мира, включая Российскую Федерацию. Развитие эпидемии приводит к усугублению социальных проблем, в дальнейшем она может представлять собой угрозу экономической стабильности России.



## Симптомы ВИЧ инфекции

Попав в организм, вирус разрушает иммунную систему постепенно. Со временем она становится слабой. У больного развиваются многочисленные заболевания: пневмония, рак, инфекционные заболевания, в том числе такие, которые обычно не возникают у людей со здоровой иммунной системой. Эта, последняя стадия заболевания, называется СПИД. Больной СПИДом резко теряет в весе (10% и более), месяцами страдает от повышенной температуры тела, сильного ночного потоотделения, хронической усталости, увеличения лимфатических узлов, постоянного кашля и расстройства кишечника. В конце концов, наступает момент, когда сопротивляемость организма окончательно утрачивается, а многочисленные болезни настолько обостряются, что больной умирает.



*Система профилактики ВИЧ/СПИД включает следующие основные направления деятельности медицинских служб:*

- раннее, полное и активное выявление больных СПИДом и ВИЧ-инфицированных лиц;
- информирование и санитарное просвещение населения;
- организация серологических и вирусологических обследований определенных групп населения и в первую очередь групп риска;
- предупреждение инфицирования ВИЧ при переливании крови и ее препаратов;
- предупреждение передачи ВИЧ от больной матери к ребенку;
- профилактические мероприятия среди лиц, инфицированных ВИЧ;
- предупреждение инфицирования ВИЧ медицинского персонала;
- разработка средств специфической профилактики СПИДа и методик первичной профилактики.

Мы говорим:  
«**НЕТ НАРКОТИКАМ!**»



### Как защититься?

Достаточно предотвратить попадание в твой организм биологических жидкостей другого человека.

Всегда пользуйся индивидуальными предметами личной гигиены (бритвы, зубные щетки, маникюрные инструменты)



**Воздерживайся от рискованного поведения!!!**

**Только от тебя зависит, будешь ли ты рисковать или сохранишь своё здоровье!!!**

### МБОУ «СОШ №5»



**Работу выполнила:  
Татарникова Анастасия,  
ученица 7А класса**

**Проблема ВИЧ/СПИДа** касается каждого. Вирус не выбирает людей по социальному положению, возрасту, полу и в определенных жизненных ситуациях может попасть в организм любого человека

## ВИЧ и СПИД в чем разница?

**ВИЧ** – сокращенное название вируса иммунодефицита человека. Этот вирус, попадая в кровь человека, вызывает заболевание «ВИЧ инфекция». На начальных этапах это заболевание никак себя не проявляет, и человек может чувствовать себя здоровым и передавать, сам того не зная, инфекцию другим. **СПИД** – синдром приобретенного иммунодефицита – последняя стадия ВИЧ-инфекции, характеризующаяся сильным снижением иммунодефицита.

### **ВИЧ инфекция не передаётся:**

- При поцелуях
- При использовании одной посудой с инфицированным
- При чихании
- Через стульчак туалета
- Через укус насекомого
- В бассейне

### **Пути инфицирования:**

- Половым путем
- При совместном использовании медицинского инструментария (шприцов, игл) лицами, потребляющими наркотики внутривенно.
- От ВИЧ-инфицированной женщины к ее ребенку во время беременности, при рождении или во время грудного вскармливания.
- При пересадке органов и тканей
- Использование донорской спермы и крови

