**АКЦИЯ «МОЛОДЁЖЬ ЗА**

**ЗОЖ!»**

*Современный мир открывает большие возможности для всестороннего развития личности. Но, к сожалению, не всегда стремление молодежи к новому, неизведанному имеет позитивную направленность. Стали настоящим бедствием асоциальное поведение подростков, употребление алкоголя и наркотиков, табакокурение, зависимость от компьютерных технологий. Профилактика разного рода зависимостей и популяризация здорового образа жизни играют первостепенную роль в борьбе с распространением негативных явлений в молодежной среде.*

**Участники мероприятия:** учащиеся колледжа, педагоги, прохожие горожане.

**Форма мероприятия:** акция.

**Цели мероприятия:**

• популяризация здорового образа жизни и борьба с негативными явлениями в молодежной среде;

• привлечение подростков к агитационной профилактической деятельности, способствующей формированию мотивации здорового образа жизни.

**Задачи мероприятия:**

- продвигать в молодежной среде идею выбора альтернативных позитивных форм самовыражения и самоутверждения – спорт, искусство, творчество;

- формировать общественное мнение на активную позицию протеста против негативных явлений в молодежной среде.

**ПРОГРАММА АКЦИИ**

**(27.03 – 31.03.2017):**

1. **27.03.2017г. – Опрос «Выбираем здоровый образ жизни!».** Участники акции создают ромашку, на лепестках которой прописывают основные правила ЗОЖ.

**Старт конкурса плакатов и буклетов «Наш выбор – здоровый образ жизни».**

1. **28.03.2017г. – «Правильное питание – залог здоровья!».** Участникам акции предлагается получить витамину за обед.
2. **29.03.2017г. – «Здоровью – зеленый свет!»**. Символ акции - зеленая ленточка. В ходе мероприятия прохожим на запястье повязывают зеленую ленточку, символизирующую здоровье и дают флаер, пропагандирующие здоровый образ жизни.
3. **30.03.2017г. – Создание совместного плаката «Я выбираю здоровый образ жизни потому, что…».** Свои выводы участники акции записывают на листе ватмана.
4. **31.03.2017г. – подведение итогов конкурса плакатов и буклетов (флаеров).**

**Танцевальный Flashmob «Быть здоровым классно!».**Мероприятия по привлечению внимания учащихся:

* распространение флаеров, пропагандирующих здоровый образ жизни;
* освещение мероприятия на сайте учреждения, в СМИ.

Шкапец Ю.В., педагог социальный

Чернова И.В., педагог-психолог

**Алкоголь** – это яд, в первую очередь губительно влияющий на эндокринную, нервную, сердечно-сосудистую пищеварительную и половую систему. Даже при единичных дозах может нанести серьезный вред организму. Постоянное употребление может привести к тяжёлым заболеванием, приводящим к смерти. Алкоголь влияет на организм в 4-5 раз сильнее, чем никотин и в 2 раза сильнее, чем сами наркотические средства. Но в отличие от них, опьянение возникает только при больших дозах.  Во время формирования подросткового организма, отравляющая деятельность алкоголя возрастает на 40 %. У потомства, родители которого либо употребляли алкоголь, либо до сих пор являются пьющими людьми, может возникнуть Олигофренизм и уродство.

**Нам нужно здоровое общество – скажем алкоголю НЕТ!**

В современном мире существует много проблем, и одна из них –**наркомания.** Наркотик укорачивает жизнь! И порождает проблемы! Опасность заражения СПИДом – неминуемая гибель. Передозировка — часто ее последствия – быстрая смерть. Окружение наркомана – сплошной криминал. Часто жить становится настолько «хорошо», что больше и не хочется.. В школе – тебе больше не добиться успеха – изменяются цели, мысли о будущем только мешают, в семье – ты теряешь контакт с близкими людьми — изменяются ценности, привязанности мешают в твоем окружении — многие друзья перестают понимать тебя – они растут, а ты нет. Настоящие чувства – не для тебя!

**Дай себе шанс на долгую жизнь –** **Береги свое здоровье!**

**Здоровье** — **самая главная ценность** **для человека**. Но, к сожалению, мы начинаем говорить о здоровье только тогда, когда его теряем. Итак, пять фактов о курении:

1.Из каждых 100 человек, умерших от рака, 90 курили.

2. Из каждых 100 человек, умерших от хронических заболеваний лёгких, 75 курили.

3. Из каждых 100 человек, умерших от ишемической болезни сердца, 25 курили.

4. Если человек начал курить в 15 лет, продолжительность его жизни уменьшается более чем на 8 лет.

5. Начавшие курить до 15 лет, в 5 раз чаще умирают от рака, чем те, кто начал курить после 25 лет.

**Скажи Нет курению!**