

The background features several large, stylized, overlapping swirls in shades of purple, green, and blue. Interspersed among these swirls are numerous small, yellow, triangular shapes that resemble sun rays or decorative accents. The overall aesthetic is bright and energetic.

**Рекомендації  
щодо  
організації  
роботи зі  
здорового  
способу життя**



## Мета виховної роботи щодо здорового способу життя:

- збереження та зміцнення здоров'я;
- удосконалення функціональних можливостей організму;
- розвиток основних систем життєзабезпечення;
- мотивація на здоровий спосіб життя;
- підвищення культури здоров'я;
- створення безпечного освітнього середовища.

# Система роботи

Здоров'я учнів

фізичне

Психічне

соціальне

духовне



# Фізичне здоров'я

- Формує організм людини як біологічної системи: органи і системи життєзабезпечення, їхні функції та здоровий стан, фізичну діяльність і біохімічні процеси; гігієну тіла, рухову активність, здорове харчування, генетичне і репродуктивне здоров'я, профіотравми, резерви психологічних можливостей людини, запобігання шкідливим звичкам, формування гігієнічних навичок і позитивних психоемоційних звичок.



# Соціальне здоров'я

- Соціальні потреби та інтереси, етика родинних зв'язків, наслідки антисоціального ставлення до довкілля, соціальне забезпечення життєво потреб, соціальна адаптація, здоров'я нації, право і здоров'я, шкідливий вплив наркотичних речовин, запобігання хворобам, що передаються статевим шляхом, формування потреб вести здоровий спосіб життя.



# Духовне здоров'я

- Здоров'я в системі загальнолюдських цінностей, ідеал здорової людини, традиції культури здоров'я українського народу, розвиток позитивних духовних рис, духовні цінності й засоби розвитку духовності.

# Чинники ризику для здоров'я:

- гіподинамія;
- незбалансоване харчування;
- шкідливі звички;
- негативні емоції;
- екологічне забруднення;
- нові соціальні чинники ( безробіття, відсутність правового захисту);
- низький рівень культури здоров'я;
- слабка (часто негативна) мотивація молоді на здоровий спосіб життя.

# Система роботи школи Здоровий спосіб життя

