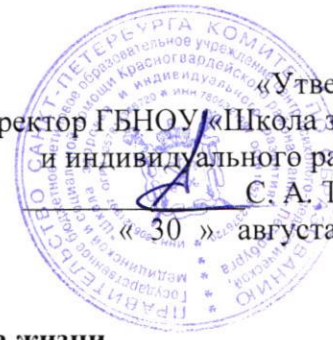


«Утверждаю»  
 Директор ГБНОУ «Школа здоровья  
 и индивидуального развития»  
 С. А. Тихашин  
 «30» августа 2024 г.



**План мероприятий  
 по пропаганде здорового образа жизни  
 на 2024 – 2025 учебный год**

Класс	Мероприятие	Время проведения	Ответственные
<b>Классные часы</b>			
1	“Уроки Мойдодыра”, “Культура питания”, “Уход за телом и одеждой”, “Режим дня”, “Роль зарядки в жизни человека”, “Культура чтения”, “Что необходимо помнить, оставаясь дома один”, “Сладкая жизнь: хорошо и плохо о сладостях”.	В течение года	Кл. руководители
2	“Режим дня “Каждому делу – свое время”, “Роль прогулки, ее сущность”, “Закаливание”, “Роль физических занятий в жизни ребенка”, “Уроки Мойдодыра (о правилах гигиены)”, “Поведение в экстремальных ситуациях”.	В течение года	Кл. руководители
3 -4	“Утренняя гимнастика”, “Режим работы”, “Красиво одеваться значит опрятно”, “Рабочий стол”, “Лекарственные растения”	В течение года	Кл. руководители
5-6	“Режим дня. Режим работы и отдых”, “Гигиена мальчиков и девочек”, “Спорт в жизни человека”, “О полезных и вредных привычках”, “Профилактика инфекционных заболеваний”, “Основы личной безопасности”.	В течение года	Кл. руководители
7-8	“Я и мое здоровье”, “Эмоции и стресс”, “Рациональное питание”, “Гигиена тела и одежды”,	В течение года	Кл. руководители

	“Стресс ”, “Основы личной безопасности”, “Основы межличностных отношений”.		
9-11	“Режим труда и отдыха”, “Профилактика переутомления”, “Семья в современном обществе”, “Дружба и любовь”, “Курение”, “Алкоголь”, Профилактика зависимостей”, “Стресс, срывы, депрессия”, “Основы личной безопасности”, “Питание во время подготовки к экзаменам”, “Как сохранить здоровье при подготовке к экзаменам”.	В течение года	Кл. руководители
<b>Беседы</b>			
	«Профилактика травм», “Грипп и его профилактика”, “Закаливание организма”, “Гигиена школьников”, “Курение вредно для организма”, “Берегите зрение”, ”Чистота залог здоровья”, “ Берегите зубы” и т.д.	В течение года	Служба здоровья
1-6	Борьба с гиподинамией - физминутки; - организация подвижных игр;	В течение учебного года	Классные руководители
1-4	1. «И снова мы ученики». Беседа о режиме дня школьника с элементами игры (что изменилось в жизни, какой распорядок дня должен быть у школьника, понятие режим дня, в игре показать весь режим дня).	сентябрь	Кл. руководители
10-11	Лёгкоатлетический бег «Женская десятка		Учителя ФК
9-11	Первенство школы по кроссу 1 км. – девушки 2 км. – юноши		Учителя ФК
10-11	Лекция врача нарколога и инспектора ОДН		Соц.педагог
1-4	Мини-футбол в школу	октябрь	Учителя ФК
1-4	Конкурс рисунков «Я за здоровый образ жизни»		Учитель ИЗО
6-7	Первенство школы по баскетболу Всероссийская акция «Спорт против наркотиков»		Учителя ФК

9-11	Лекция для старшеклассников о вреде курения		Учителя ФК Педагог-психолог
1-4	Весёлые старты	ноябрь	Учителя ФК
3-4	Оформление классного уголка «Зелёная аптека»		Кл.руководители
8-9	Первенство школы по баскетболу		Учителя ФК
1-4	«Шахматный турнир	декабрь	
10-11	Первенство школы по баскетболу		Учителя ФК
6-7	Первенство школы по гимнастике		
1-4	Президентские состязания	январь	
3-4	Участие во всероссийских соревнованиях «Лыжня России»		Учителя ФК
5-11			
9-11	Первенство школы по волейболу		
1-4	Шахматы «Белая ладья»	февраль	Учителя ФК
10-11	Первенство школы по волейболу		
7-8	Лекция о гигиене для юношей и девушек		Педагог-психолог
1-4	Многоборье «К стартам готов!»	март	Учителя ФК
5-8	Первенство школы по бадминтону		
9, 11	Как победить стресс». Лекция с микропрактикумом.		
7-8	Просмотр и обсуждение видеофильма «О вреде курения»		Педагог-психолог
1-4	Мини-футбол	апрель	Учителя ФК
5-11	Первенство школы по шахматам		Классные руководители
1-11	7 апреля – День Здоровья (проводится по отдельному плану).		
1-4	Весенняя эстафета  «Солнце, воздух и вода». Беседа о полезном и вредном влиянии солнца, воздуха и воды на кожу и общее состояние человека в летний период (загар, солнечный удар) с практическим занятием (умывание рук и смазывание кремом, уход за волосами).	май	Учителя ФК

5-9	Первенство школы по эстафетному бегу		
1-11	«Наша здоровая жизнь» стнегазета (итоги года, достижения класса).		Кл. руководители
1-11	Акция «Чистая школа – крепкое здоровье»		