

«Утверждаю»

Директор МАОУ СОШ № 10

А.А. Новиков

27.08.2020 г.



План  
мероприятий по здоровому образу жизни  
с учащимися 5 – 9 классов  
в МАОУ СОШ № 10

Цель: формирование комплексного представления о здоровье, развитие навыков самоконтроля.

№	Название	Цель	Результат	Дата проведения
1	«Я+ТЫ=МЫ»	Знакомство учащихся друг с другом. Сформирование мотивации к дальнейшей продуктивной совместной деятельности.	Положительное отношение друг другу	Сентябрь
2	«Знакомство с самим собой»	Дать детям общее представление о понятии «личность»	Представление о себе как развивающейся личности	Сентябрь
3	Анкета «Основа здорового образа жизни»	Узнать начальное представление детей о ЗОЖ	Получение информации для дальнейшей работы	Октябрь
4	«Здоровый образ жизни»	Дать общее представление о здоровом образе жизни.	Получение и осмысление информации	Октябрь
5	Месячник «Жизнь без сигарет»: Лекция на тему «Еще раз о курении»	Повторение пройденного материала	Обобщение материала	Ноябрь
6	Игра «Суд над сигаретой»	Закрепление материала	Осмысление проблемы табакокурения	Ноябрь
7	Рисование плакатов «Ребёнок и сигарета»	Закрепление материала	Осмысление проблемы табакокурения	Декабрь
8	Защита плакатов «Ребёнок и сигарета»	Закрепление материала	Осмысление проблемы табакокурения	Декабрь
9	Месячник «Детский алкоголизм» Заполнение анкеты «Вредные привычки»	Выявление детей, склонных к употреблению спиртных напитков	Получение информации и данных о знаниях проблемы алкоголизма.	Декабрь
10	Лекция на тему «Детский алкоголизм»	Получение новой информации	Представление о проблеме детского алкоголизма	Январь
11	Викторина «Что такое алкоголь?»	Закрепление материала	Осмысление проблемы алкоголизма среди детей.	Январь
12	Защита презентации	Закрепление материала	Осмысление проблемы	Февраль

	«Детский алкоголизм»		алкоголизма среди детей.	
13	Месячник «Осторожно, наркотики!»	Сформировать у детей представления об опасности наркотических веществ	Знание о наркомании как о социально-значимом заболевании.	Февраль
14	Лекция на тему «Наркотики и человек»	Сформировать у учащихся представление о добрых и недобрых делах	Усвоение учащимися информации о разрушающем действии на человека как личности	Февраль
15	Конкурс рисунков «Скажи наркотикам НЕТ»	Осознание детьми важности проблемы наркомании через рисунок	Осмысление проблемы наркомании среди детей.	Март
16	Рисование плакатов на тему «Живи ЗДОРОВО!»	Закрепление материала	Осмысление проблемы вредных привычек в жизни человека	Март
17	Круглый стол «Что может человек - что могу я?»	Обобщение полученной информации о ЗОЖ как комплексное понятие	Формирование положительного отношения к ЗОЖ	Апрель
18	«Отдых. Способы профилактики утомляемости.»	Научить распознавать признаки утомления и иметь навыки переключения на различные виды деятельности для избегания утомления.	Знания об отдыхе и профилактике утомляемости.	Апрель
19	«Сон – лучшее лекарство»	Дать представление о важности сна.	Представление понятия сна	Май
20	Активный отдых: «Подвижные игры на улице».	Развивать стремление использовать активные формы восстановления	Активный отдых на улице	Май