

## МЫ – ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

### 1. Я и моё здоровье

(Изучение основ ЗОЖ, правил гигиены, профилактика инфекционных и простудных заболеваний)

Мероприятие	Форма проведения	Сроки проведения	Место проведения	Ответственный	Участники
Путешествие в страну ЗОЖ	Игра по станциям	Сентябрь	Школа	Шапиро Е.Н. Классные руководители	Учащиеся 1-5 классов
Что такое ЗОЖ?	Командная игра	Сентябрь	Школа	Шапиро Е.Н. Воспитатели старших групп	Воспитанник и старших групп
Питание – основа жизни	Размышление за круглым столом	Сентябрь	Группы	Воспитатели	Воспитанник и
«Советы доктора Пилюлькина»	Игровая программа	Октябрь	Школа	Шапиро Е.Н. Мед.работник и	Учащиеся 1-5 классов
Повторяем правила личной гигиены	Воспитательский час	Октябрь	Группы	Воспитатели	Воспитанник и
Все ли продукты полезны?	Вечер вопросов и ответов	Октябрь	Группы	Воспитатели	Воспитанник и
О простудных и инфекционных заболеваниях	Лекторий	Ноябрь	Актовый зал	Мед.работник и	Воспитанник и
Глаза – главные помощники человека	Информационная беседа	Ноябрь	Группы	Воспитатели	Воспитанник и
«Откуда берутся грязнули?»	Игровая программа	Декабрь	Актовый зал	Шапиро Е.Н. Классные руководители	Учащиеся 1-5 классов
«Взаимосвязь чистоты и здоровья человека»	Круглый стол	Декабрь	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 5-9 классов
Будьте здоровы!	Конкурс творческих работ	Январь	Школа	Воспитатели	Воспитанник и
Чтобы уши	Беседа	Январь	Группы	Воспитатели	Воспитанник

слышали					и
Предупредить болезнь легче, чем с ними бороться	Устный журнал	Февраль	Группы	Воспитатели	Воспитанники
Осанка – стройная спина	Час общения с элементами практического занятия	Февраль	Группы	Воспитатели	Воспитанники
Что такое авитаминоз?	Беседа	Март	Группы	Мед.работники	Воспитанники
Связь питания и заболевания	Аукцион мнений	Март	Группы	Воспитатели	Воспитанники
Цикл занятий по уходу за кожей, руками, ногами, телом, волосами	Беседы с элементами практических занятий	Март-апрель	Группы	Воспитатели	Воспитанники
Кладовая здоровья в лесу и на грядке	Классный час – заочное путешествие	Апрель	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов
Гигиена – основа ЗОЖ	Итоговое контрольное занятие	Май	Актовый зал	Шапиро Е.Н. Мед.работники	Воспитанники
Срок годности продуктов и моё здоровье	Практическое занятие с продуктовыми упаковками	Май	Группы	Воспитатели	воспитанники

## 2. Спорт – это жизнь

(физкультурно-оздоровительные мероприятия)

Мероприятие	Форма проведения	Сроки проведения	Место проведения	Ответственный	Участники
Утренняя гимнастика	Разучивание и выполнение комплекса утренней гимнастики	В течение года	Группы, спортивный зал	Контиев В.М.	Воспитанники
Спортивные секции	Занятия в спортивных секциях	В течение года	Школа, спортивная школа	Воспитатели Классные руководители Контиев В.М.	Воспитанники
Спортивные	Участие в	В течение		Контиев В.М.	Воспитанники

соревнованиях района и города	спортивных соревнованиях района и города	года			ки
Дни здоровья	Спортивные игры, игры по станциям, подвижные игры, спортивные соревнования	Один раз в четверть	Школа	Контиев В.М.	Воспитанники
Значение утренней зарядки и физкультуры для укрепления здоровья, для получения положительных эмоций и приобретения необходимых моральных качеств	Беседы за круглым столом	Сентябрь-октябрь	Группы	Воспитатели Контиев В.М.	Воспитанники
Значение физических нагрузок для укрепления здоровья. Пагубные последствия гиподинамии	Беседы за круглым столом	Ноябрь-декабрь	Группы	Воспитатели Контиев В.М.	Воспитанники
Сон, его значение для сохранения здоровья. Гигиена сна.	Информационная беседа	Январь	Группы	Воспитатели. Медицинские работники	Воспитанники
Русские народные подвижные игры	Неделя русских подвижных игр	Февраль	Школа, спортивный зал	Воспитатели Контиев В.М.	Воспитанники
Смейтесь больше, смейтесь чаще!	Игровая программа о пользе смеха для здоровья	Март	Актовый зал	Шапиро Е.Н. Збышевская Т.Н.	Воспитанники
Всемирный День Здоровья	Общешкольная Спартакиада	Апрель	Школа	Контиев В.М.	Воспитанники
Отдых, его значение в поддержании здоровья и высокой	Дискуссия	Апрель	Группы	Воспитатели	Воспитанники

работоспособности. Роль активного отдыха.					
Летние каникулы – лучшее время для оздоровления	Беседа	Май	Группы	Воспитатели	воспитанники

### 3. Твой выбор

(профилактика вредных привычек)

Мероприятие	Форма проведения	Сроки проведения	Место проведения	Ответственный	Участники
Что такое вредная привычка?	Аукцион мнений	Сентябрь	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов
Где таится опасность?	Размышления о вредных привычках	Октябрь	Группы	Воспитатели	Воспитанники
Курильщик – сам себе могильщик	Классный час	Ноябрь	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов
Сам здоровье берегу и себе я помогу	Игра-путешествие в страну Здоровья	Декабрь	Актовый зал	Шапиро Е.Н.	Учащиеся 1-5 классов
Детский и подростковый алкоголизм	Беседа с просмотром презентации	Январь	Актовый зал	Мед.работник	Учащиеся 6-9 классов
Наркотическая зависимость	Беседа с просмотром презентации	Февраль	Актовый зал	Мед.работники	Учащиеся 6-9 классов
Токсикомания и подросток	Беседа с просмотром презентации	Февраль	Актовый зал	Мед.работники	Учащиеся 6-9 классов
Употребление ПАВ как слабость воли	Беседа с просмотром презентации	Март	Актовый зал	Мед.работники	Учащиеся 6-9 классов
Алкоголь в компании	Дискуссия	Апрель	Группы	Воспитатели	Воспитанники
Мы против	Конкурс рисунков	Апрель	Школа	Воспитатели	Воспитанники
Учись сам делать правильный выбор	Час вопросов и ответов с привлечением мед.работников	Май	Группы	Воспитатели	воспитанники

**4. Сохрани себе жизнь**  
(изучение ПДД и ППБ)

<b>Мероприятие</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Ответственный</b>	<b>Участники</b>
«Твой путь в школу» (самый безопасный маршрут).	Беседа с элементами практического занятия. Составление схемы-маршрута	Сентябрь (3-7)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов
Если чужой приходит в дом	Беседа	Сентябрь (10-14)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов
Знакомство с улицей	Беседа с элементами практического занятия	Октябрь (1-5)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-4 классов
«Регулируемый перекресток». Практическое занятие: «Светофор: красный, желтый, зеленый».	Беседа с элементами практического занятия	Октябрь (1-5)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 5-9 классов
Осторожно-электроприборы	Беседа	Октябрь (8-12)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов
Пора не пора – не ходи со двора	Беседа с просмотром презентации	Ноябрь (12-16)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-4 классов
Дорожные знаки и их группы	Беседа с просмотром презентации Тестирование.	Ноябрь (12-16)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 5-9 классов
Правила перехода улиц и дорог	Практическое занятие	Ноябрь (19-25)	Группы	Воспитатели	воспитанники
Кухня – не место для игр	Беседа	Декабрь (3-7)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов
Посмотри налево – посмотри направо	Беседа с просмотром презентации	Декабрь (10-14)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-4 классов

Виды транспортных средств	Беседа с просмотром презентации	Декабрь (10-14)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 5-9 классов
Улица полна неожиданностей . Опасность зонтов и капюшонов	Беседа	Декабрь (3-7)	Группы	Воспитатели	Воспитанники
Пусть ёлка новогодняя нам радость принесёт	Беседа	Декабрь (24-28)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов
Безопасность на дорогах	Беседа с просмотром презентации	Январь (14-18)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-4 классов
Правила поведения на улице	Беседа	Январь (14-18)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 5-9 классов
Особенности движения транспорта и пешеходов	Беседа	Февраль (4-10)	Группы	Воспитатели	Воспитанники
Правила поведения в транспорте	Беседа с просмотром презентации	Февраль (11-15)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-4 классов
Дорожные знаки. Обязанности пешеходов.	Беседа	Февраль (11-15)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 5-9 классов
Дорожные знаки. «Проверь себя»	Практическое занятие	Февраль (18-24)	Группы	Воспитатели	Воспитанники
Пожар в квартире	Беседа	Февраль (18-24)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов
Регулировщик	Беседа с просмотром презентации	Март (4-8)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-4 классов
Мы – пассажиры	Беседа	Март (4-8)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 5-9 классов
Пожарный – герой, он с огнём вступает в бой	Беседа	Март (11-15)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов
Соблюдай правила дорожного движения	Игра по станциям	Апрель (22-26)	Школа Улицы Зеленогорска	Шапиро Е.Н. Азаренков Ю.Г.	Учащиеся 1-9 классов
Детские шалости с огнём	Беседа	Апрель (8-12)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов

Личная безопасность на улице	Беседа	Май (6-10)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов
Железнодорожный переезд – источник повышенной опасности. Шалости на ж/д недопустимы	Статистика по району, наглядные примеры по жизни	Май (13-17)	Учебные кабинеты	Классные руководители	Учащиеся 1-9 классов