Здоровый образ жизни - образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья. ЗОЖ - это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек.

В школе интернате в рамках проекта «Школа здоровья» прошли мероприятия по плану:

**План мероприятий.**

Реализации проекта «Школа здоровья» с 1.04.2021 по 30.04.2021 г.

Цель: повышение мотивации школьников к здоровому образу жизни, популяризация ценностей физической культуры и спорта, развитие ответственного подхода к здоровью своему и окружающих.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Тема занятия, мероприятия, класс.** | **Ответственный** |
| 1.04.2021 | Беседа – презентация «Питание и здоровье», 3 А класс | Евсикова Е.А.  Сухомлинова Е.А. |
| 1.04.2021 | «Игры на свежем воздухе - путь к здоровью», 1 Б и 1 Б (доп)класс | Белякова Л.Ю.  Лозинская А.В. |
| 1.04.2021 | «7 правил здорового образа жизни», диспут, 8 А класс | Матюхина Т.Ю. |
| 1.04.2021 | Беседа – презентация «Здоровым быть – здорово», воспитательский час, 7 Б класс | Сухомлинова Е.А. |
| 1.04.2021 | «Гибкие, ловкие, здоровые», открытый урок, 3 «А» класс | Нестеренко Е.А.  Сухомлинова Е.А. |
| 01.04.2021 | «Овощи, ягоды, фрукты – витаминные продукты», классный час, 8Б класс | Погорелова С.С. |
| 02.04.2021 | Беседа «В период бурного созревания. Тебе, юноша», классный час, 9 А класс | Саакян Е.Ю. |
| 05.04.2021 | Беседа «Закаливание – шаг к здоровью», воспитательский час, 4 Б класс | Жермола И.В. |
| 05.04.2021 | Викторина по ОБЖ «Колесо безопасности», 8 б класс | Долгодушева Г.П.  Сидельникова Е.А. |
| 05.04.2021 | Беседа «Правила личной гигиены школьников», воспитательский час, 6 А класс | Бантюкова А.Н. |
| 05.04.2021 | «Спорт – залог здоровья», открытый урок в рамках ЛФК, 1Б класс | Голованева И.В.  Лозинская А.В.  Белякова Л.Ю. |
| 05.04.2021 | Беседа «Твоё здоровье в твоих руках» классный час , 5 Б класс | Литовченко Н.В. |
| 05.04.2021 | Презентация «Витамины для памяти», классный час, 5 А класс | Мошкина Т.Н. |
| 06.04.2021 | Беседа «Вкусно и полезно», классный час, 7 А класс | Перебейнос Н.А. |
| 06.04.2021 | «Веселая гимнастика», спортивное мероприятие, 5 А класс | Нестеренко Е.А. |
| 06.04.2021 | Час общения: «Вредным привычкам – нет!», 4 А класс | Дзюба Е.П.  Макарова Л.Н. |
| 06.04.2021 | Беседа «Почему важна утренняя гимнастика», воспитательский час, 1 А (доп) класс | Таран А.А. |
| 06.04.2021 | Беседа – презентация «Быть здоровыми хотим», воспитательский час,7 Б класс | Сухомлинова Е.А. |
| 07.04.2021 | Беседа «Вверх по лестнице жизни», воспитательский час, 8 Б класс | Долгодушева Г.П.  Сидельникова Е.А. |
| 07.04.2021 | Беседа – презентация «Режим дня», воспитательский час, 5 Б класс | Березнева М.В. |
| 07.04.2021 | Беседа «Режим дня», воспитательский час, 5 А класс | Харченко Е.Н. |
| 07.04.2021 | Всемирный день здоровья. Всероссийский флешмоб «Здоровье в порядке, спасибо зарядке!», 4 А класс | Дзюба Е.П.  Макарова Л.Н. |
| 08.04.2021 | Час общения «Вредным привычкам – нет», 8 Б класс | Долгодушева Г.П.  Сидельникова Е.А. |
| 08.04.2021 | Беседа «Образ жизни и здоровье», воспитательский час, 6 А класс | Бантюкова А.Н. |
| 09.04.2021 | «Зачем зарядка по утрам?», открытый урок, 1 А (доп) класс | Шаркова Н.В.  Седова Л.Н.  Таран А.А. |
| 09.04.2021 | Беседа «В период бурного созревания. Тебе, девушка», классный час, 9 А класс | Саакян Е.Ю. |
| 09.04.2021 | «Правила личной гигиены. Советы Мойдодыра», классный час, 4 Б класс | Линник Е.Н. |
| 09.04.2021 | «Весёлые старты», спортивное мероприятие, 5 А класс | Лободина О.Н. |
| 09.04.2021 | Беседа «Для чего человеку сон», воспитательский час, 9 А класс | Литовченко Н.В. |
| 12.04.2021 | Презентация «Правила личной гигиены», воспитательский час, 6 А класс | Бантюкова А.Н. |
| 13.04.2021 | Беседа «Основы личной безопасности», 3 А класс | Евсикова Е.А.  Сухомлинова Е.А. |
| 13.04.2021 | Презентация «Чистота – залог здоровья», воспитательский час, 1 А (доп) класс | Таран А.А. |
| 13.04.2021 | Беседа «Что нужно знать о здоровых зубах каждому», классный час, 7 А класс | Перебейнос Н.А. |
| 13.04.2021 | Беседа «Микробы», классный час, 1 А класс | Разинькова Т.А. |
| 13.04.202 | Видеофильм «Почему мы болеем? Что такое иммунитет», 4 А класс | Дзюба Е.П.  Макарова Л.Н. |
| 14.04.2021 | «Распорядок дня», комбинированный урок (ОСМ и ИЗО), 7 Б класс | Новоселова С.А. |
| 14.04.2021 | «Быть здоровыми хотим», игровая программа, 5 А класс | Мошкина Т.Н.  Качальян Е.Д. |
| 14.04.2021 | Беседа «Как надо беречь зрение», воспитательский час, 9 А класс | Литовченко Н.В. |
| 15.04.2021 | Беседа «Гигиена умственного труда», воспитательский час, 8 Б класс | Долгодушева Г.П.  Сидельникова Е.А. |
| 15.04.2021 | Беседа «Гигиена зубов и полости рта», воспитательский час, 6 А класс | Бантюкова А.Н. |
| 15.04.2021 | Беседа – презентация «Про вредные привычки», воспитательский час, 5 Б класс | Березнева М.В. |
| 15.04.2021 | Викторина «Сохрани себя сам», 5 А класс | Григорьян З.В. |
| 16.04.2021 | Презентация «Полезные продукты», воспитательский час, 4 Б класс | Жермола И.В. |
| 16.04.2021 | Беседа «Кухня народов мира», «Что вокруг может быть опасным», воспитательский час, 8 Б класс | Долгодушева Г.П.  Сидельникова Е.А. |
| 16.04.2021 | «Здоровому – все здорово», комбинированный урок, 5 А класс | Русенко И.В. |
| 16.04.2021 | Беседа «Гаджеты – твои друзья или враги?», классный час, 9 А класс | Саакян Е.Ю. |
| 19.04.2021 | Рисунки на асфальте «Полезные продукты», 5 А класс | Харченко Е.Н. |
| 19.04.2021 | Беседа «Гигиена кожи», воспитательский час, 6 А класс | Бантюкова А.Н. |
| 19.04.2021 | Беседа «Посеешь привычку – пожнешь характер», классный час, 5 Б класс | Литовченко Н.В. |
| 19.04.2021 | Классный чемпионат по мини футболу: «Улыбка», 4 А класс | Дзюба Е.П.  Макарова Л.Н. |
| 20.04.2021 | «Мойдодыр», внеклассное мероприятие для 1 Б (доп) и 1 Б класса | Овчарова И.Е. |
| 20.04.2021 | «Путешествие в город чистоты и порядка», беседа, 3 б класс | Харитонюк Е.В.  Тиханкова Л.Д. |
| 20.04.2021 | Презентация «Секреты здоровья», воспитательский час, 1 А (доп) класс | Таран А.А. |
| 20.04.2021 | Беседа «Вредные привычки и здоровье человека», воспитательский час, 8 Б класс | Долгодушева Г.П.  Сидельникова Е.А. |
| 20.04.2021 | «Песни о здоровье», комбинированный урок, 5 А класс | Колесникова Я.Л. |
| 21.04.2021 | Игра «Сто к одному» «Мы за здоровый образ жизни», 7 А, 8 Б класс | Перебейнос Н.А.  Долгодушева Г.П. |
| 21.04.2021 | Квест «Здоровье – здорово», для учащихся 5-9 классов | Матюхина Т.Ю.  Перебейнос Н.А. |
| 21.04.2021 | Выставка плакатов «Быть здоровыми – здорово». | Классные руководители  Воспитатели  Ралдугина Н.В.  Кретова Л.Н. |
| 22.04.2021 | Рисование «Мой режим дня», 4 Б класс | Жермола И.В. |
| 22.04.2021 | Беседа «Гигиена одежды и обуви», воспитательский час, 6 А класс | Бантюкова А.Н. |
| 22.04.2021 | «Руки мыть – за здоровьем следить», урок – презентация, 1 А (доп) класс | Шаркова Н.В.  Седова Л.Н.  Таран А.А. |
| 22.04.2021 | «Чистый дом – залог здоровья», воспитательский час, 5 А класс | Григорьян З.В. |
| 22.04.2021 | «Быть здоровыми хотим», читательский час, 5а, 6а класс | Библиотека им.Ильича  Перебейнос Н.А.  Березнева М.В. |
| 23.04.2021 | Беседа – презентация «Гигиена – основа здоровья», воспитательский час, 7 Б класс | Сухомлинова Е.А. |
| 23.04.2021 | Беседа «Экзамены без стресса», воспитательский час, 8 Б класс | Долгодушева Г.П.  Сидельникова Е.А. |
| 26.04.2021 | Выставка детских работ, 3 А класс | Евсикова Е.А.  Сухомлинова Е.А. |
| 26.04.2021 | Беседа «Двигательная активность», воспитательский час, 6 А класс | Бантюкова А.Н. |
| 26.04.2021 | «Чтоб здоровье сохранить – научись его ценить», спортивный праздник, 1 А класс | Разинькова Т.А.  Назаренко Н.Н. |
| 27.04.2021 | Беседа «Польза утренней гимнастики», воспитательский час, 4 Б класс | Жермола И.В. |
| 27.04.2021 | Беседа «Лекарства в лесу», воспитательский час, 1 А (доп) класс | Таран А.А. |
| 28.04.2021 | Рисование «Витамины с грядки», 1 А класс | Разинькова Т.А.  Назаренко Н.Н. |
| 29.04.2021 | Экскурсия в парк (подвижные игры на свежем воздухе), 1 А класс | Разинькова Т.А.  Назаренко Н.Н. |
| 29.04.2021 | Беседа «Закаливание», воспитательский час, 6 А класс | Бантюкова А.Н. |
| 30.04.2021 | Выставка детских работ, 1 А класс | Разинькова Т.А.  Назаренко Н.Н. |
| 30.04.2021 | Презентация «День пожарной охраны», воспитательский час, 8 Б класс | Долгодушева Г.П.  Сидельникова Е.А. |
| 30.04.2021 | Презентация «О правильном питании», 4 А класс | Дзюба Е.П.  Макарова Л.Н. |
| Апрель | «Здоровый образ жизни», беседа, воспитательский час, 9 Б класс | Ступакова Е.Г. |
| Апрель | «Хочу быть здоровым», беседа, воспитательский час, 9 Б класс | Ступакова Е.Г. |
| Апрель | «Правильное питание», беседа, воспитательский час, 9 Б класс | Ступакова Е.Г. |
| Апрель | «Полезные привычки», презентация 7-9 классы | Педагог - психолог |
| Апрель | «Личная гигиена», лекция, 5-9 классы | Медицинский работник |