

День здоровья в МОУ – СОШ пос. Чайковского



Автондилова Л.Н. –
учитель биологии
МОУ – СОШ пос. Чайковского



*«ДОБЫТЬ ЗДОРОВЬЕ
СМОЖЕТ ТОЛЬКО
САМ ЧЕЛОВЕК»*

Н.М.Амосов



План проведения «Дня здоровья»

- *Линейка, посвященная Дню здоровья с театрализованным представлением.*
- *Соревнования по подвижным играм.*
- *Проведение кружка по программе «Все цвета, кроме черного» по теме: «Кто жить умеет по часам».*
- *Классные часы о здоровье.*
- *Игра «Туристическая тропа».*
- *Выставка творческих работ на тему: «Мы за здоровый образ жизни».*
- *Итоговая линейка.*

Линейка, посвященная дню здоровья

Хорошее здоровье – один из главных источников счастья и радости человека.



Общее построение



На линейке 9 класс



Выступление агитбригады

Соревнования по подвижным играм

*Организм совершенствуется и развивается
при выполнении физических нагрузок.*



мальчики

Соревнования
по мини-футболу
между
9-10 классами



девочки



Веселые старты в начальной школе и среднем звене

Заседание кружка «Все цвета, кроме черного»

Тема: «Кто жить умеет по часам»

Привычка соблюдать режим не складывается сама по себе и требует от человека волевых усилий. И это – еще один «плюс» в пользу режима.

Помимо укрепления здоровья подросток усваивает навык планирования и реализации намеченного, учится быть настойчивым, последовательным.



Заседание кружка в 5 классе.

Руководитель – Автондилова Л.Н.

Заседание кружка «Все цвета, кроме черного»

Рекомендуемый режим дня для уч-ся 5-6 классов

1. Пробуждение 7.00 – 7.102.
2. Физические упражнения 7.10 – 7.203.
3. Утренний туалет 7.20 – 7.404.
4. Завтрак 7.40 – 8.005.
5. Занятия в школе 8.30 – 14.106.
6. Обед 14.30 – 15.007.
7. Сон для уч-ся с ослабленным здоровьем 15.00 – 16.008.
8. Прогулка на воздухе, подвижные игры 16.00 – 17.009.
9. Домашние учебные занятия 17.00 – 19.0010.
10. Ужин 19.30 – 20.0011.
11. Свободное время, занятия по интересам 20.00 – 21.3012.
12. Подготовка ко сну, сон 21.30 – 22.00

Классные часы о здоровье

- 1 класс «Беседа о режиме дня»
- 2 – 3 класс «Разговор о правильном питании»
- 4 классы «Две недели в лагере здоровья»



Беседа о режиме дня в 1 классе



Основы правильного питания



Лучшие моменты в лагере здоровья
рисуют 4-е классы

Классные часы о здоровье «Табак приносит вред телу, разрушает разум, оупляет целые нации»

Оноре Де Бальзак

7 класс – «Не наноси вред себе и окружающим»

8 класс – «Курение и подростки»



Прокофьев Алексей говорит о вреде курения



Курбатова Алена говорит о ВИЧ-инфекциях

Игра «Туристическая тропа»

Ваше здоровье в ваших руках

- Оказание первой медицинской помощи
- «Аптека под ногами»
- Сбор природного материала и составление поделки на тему: «Здоровье»



Умение накладывать шину



Поделки из природного материала



Викторина по лекарственным
растениям

Выставка творческих работ на тему: «Мы за здоровый образ жизни»



Детские рисунки



Поделка 9 класса



Выставка газет

Подведение итогов



1 место в конкурсе рисунков

1 место в конкурсе поделок – 9 класс



1 место в мини-футболе – 10 класс



Библиография

1. Андрианова-Голицина И.А. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Театр. – М. 2000
2. Зверев И.Д. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека. – М., Просвещение. 1983
3. Колесов Д.В. Предупреждение вредных привычек у школьников. – М., Просвещение. 2001
4. Макнаб Дж. Скотт Все о здоровом образе жизни. – Ридерз Дайджест
5. Уроков И.Г. Наркомания: мифы и действительность. – М., Просвещение. 1992
6. <http://www.specialschool.ru/health/?id=129>
7. <http://festival.1september.ru/articles/511454/>

Спасибо
за
внимание