

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

№ п/п	Название мероприятия	Форма проведения	Краткое описание	Ответственный	Примечание
1.	«Друзья здоровья - полезные и вредные продукты»	Познавательное путешествие	Рассказ о правильном питании, вредных и полезных продуктах в рационе, важности полноценного питания, витаминах и о ЗОЖ в целом.	Читальный зал	Начальные классы
2.	«Сегодня модно быть здоровым!»	Квиз-игра	Игра превратит изучение правил здорового образа жизни в увлекательное соревнование, где участники будут отвечать на вопросы о правильном питании и спорте. Дети проявят свою эрудицию, заработают баллы за самые быстрые ответы и узнают главные секреты бодрости и хорошего настроения!	Филиал «Победа»	Начальные классы
3.	«Простые правила здоровья»	Познавательная программа	На мероприятии ребята узнают о том, что здоровье человека складывается из следующих составляющих: занятия спортом, правильное питание, режим дня, соблюдение гигиены, здоровый сон, а также о том, что здоровье нужно беречь с самого детства.	Отдел «Гармония»	Начальные классы
4.	«Витаминная радуга»	Урок здоровья	Мероприятие о том, какую роль играют витамины в жизни человека, в каких продуктах содержатся.	Отдел «Гармония»	Начальные классы
5.	«Без привычек вредных жить на свете здорово!»	Беседа-игра	Мероприятие о том, как формируются привычки, какие они бывают, что делать, чтобы не попасть в плен вредных привычек.	Отдел «Гармония»	Начальные классы
6.	«Здоровый сон – всему голова»	Час общения	Для чего мы спим? Какое значение имеет сон в жизни человека? Что нужно делать, чтобы сон был крепким и непрерывным? Об этом идет речь на мероприятии.	Отдел «Гармония»	Начальные классы
7.	«Чем опасен Интернет: проблема интернет-зависимости»	Урок-познание	На мероприятии ребята узнают о том, что такое интернет-зависимость, как она формируется, как влияет на состояние здоровья.	Отдел «Гармония»	Начальные классы
8.	«Невидимый	Устный журнал	На мероприятии ребята	Отдел «Гармония»	Начальные

	мир микробов»		узнают о том, кто такие микробы, какую роль играют в жизни человека, как они были обнаружены, как человек может защититься от них.		классы
9.	«Картошка да лук – от десятка недугов»	Час информации	На мероприятии ребята узнают об истории появления картофеля в России, а также о пользе лука и картошки.	Отдел «Гармония»	Начальные классы
10.	«Здоровое сердце»	Час здоровья	На мероприятии ребята узнают о том, что сердце – важнейший орган нашего тела, что от состояния сердечно - сосудистой системы напрямую зависит здоровье и продолжительность жизни человека.	Отдел «Гармония»	Начальные классы
11.	«32 богатыря» (про здоровье зубов)	Час здоровья	Ребята узнают о том, как важно следить за здоровьем зубов, о том, как правильно чистить зубы и ухаживать за полостью рта. А также о том, кто первый создал зубную щетку и пасту.	Отдел «Гармония»	Начальные классы
12.	«Чистые руки - здоровая жизнь»	Час здоровья	Ребята узнают о том, почему важно соблюдать гигиену, как правильно мыть руки, а также, есть ли связь между чистыми руками и здоровьем человека.	Отдел «Гармония»	Начальные классы
13.	«Мы за ЗОЖ. Спорт во все времена»	Познавательный час	Ребята узнают, что такое ЗОЖ, что в него входят много компонентов: сон, питание и физическая культура. Почему так много людей на планете являются поклонниками его величества, имя которому – спорт? Узнают о том, какие спортивные состязания были в далекие времена.	Отдел «Гармония»	Начальные классы
14.	«О вредных привычках в шутку и всерьез»	Интеллектуально-познавательный час	На мероприятии ребята разбирают, понятие «привычка», и какие бывают привычки. О негативном влиянии вредных привычек на здоровье, и о том, как избежать этого.	Отдел «Гармония»	Начальные и средние классы
15.	«Формула здоровья»	Мультимедийная игра	Участники выводят формулу здорового образа жизни и знакомятся с «Треками ЗОЖ».	Абонемент	Начальные и средние классы
16.	«Тайна ЗОЖ»	Беседа-игра	Рассказ о значении здорового образа жизни. В ходе мероприятия ребята участвуют в игре «Спортивная викторина» и разгадывают загадки-рифмы о здоровом образе	Абонемент	Средние классы

			ЖИЗНИ И ПИТАНИИ.		
--	--	--	------------------	--	--