

МКОУ СУККОЗЕРСКАЯ СОШ

Формирование здорового образа жизни у школьников

Ковалевская Наталья Владимировна



1 ЭТАП

**Создание программы
и утверждение её на
педагогическом
совете.**

28.08.2020

2 ЭТАП

Работа с родителями

СОСТАВЛЕНИЕ И СБОР СОГЛАСИЙ НА ПРОВЕДЕНИЕ ПРОГРАММЫ
"ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ШКОЛЬНИКОВ"

3 ЭТАП

ПРОВЕДЕНИЕ ОПРОСА "ИНДЕКС ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ"

В группе 11 человек. Все ребята прошли опрос. Анализ показал, что не все дети серьёзно относятся к своему здоровью.

4 ЭТАП ЗАНЯТИЯ

ПРОВЕДЕНО 5 ЗАНЯТИЙ

1. Здоровье и здоровый образ жизни.

Выяснили, что для ребят ассоциируется со словом ЗДОРОВЬЕ. Разобрались от чего зависит здоровье человека. Утвердили график мероприятий в области здоровья и спорта.

2. Регуляция сложных эмоций и здоровый образ жизни.

Разобрали способы, которые помогают справиться с гневом. Ребятам понравилась памятка "Как регулировать эмоции в школе". Принято решение повесить её в уголки каждого класса.

3. Режим дня школьника.

Разработали свои варианты режима дня.

4. Правильное питание школьников.

В ходе занятия ребята
собрали свои
полезные ленчбоксы.

5.Профилактика курения (часть 2).

Занятие прошло 19
ноября в
международный день
борьбы с курением.