**Неделя ЗОЖ**

**Цель:** формирование культуры здорового образа жизни, сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, воспитание культурно-гигиенических навыков.

**Задачи:**

1 Формирование у учащихся положительной мотивации к выбору здорового образа жизни, негативного отношения к вредным привычкам.

2.Пропаганда среди участников образовательного процесса спорта, здорового образа жизни.

3.Приобщение детей и подростков к активным занятиям физкультурой и спортом.

4 Формирование у обучающихся привычки заботиться о своем здоровье, стремления быть здоровым.

|  |  |
| --- | --- |
| День недели | Мероприятия |
| Понедельник  *День чистюль* | 1. Линейка, посвященная открытию Недели здоровья. 2. Общешкольная зарядка. 3. Выставка- обзор книг по ЗОЖ «Здоровое поколение – богатство России. 4. Акция «День чистых рук» 5. Рейд «Мой внешний вид – лицо школы» |
| Вторник | 1. Общешкольная зарядка. 2. Беседы «Движение – жизнь» 3. Акция «Я хочу быть здоровым, потому что…» (необходимо обвести каждому свою руку, вырезать и написать продолжение). |
| Среда  *Витаминный день* | 1. Общешкольная зарядка. 2. Беседы «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу» 3. Составление проекта из рисунков детей «Овощи и фрукты – витаминные продукты». |
| Четверг  *День профилактики вредных привычек* | 1. Общешкольная зарядка. 2. Просмотр фильмов о вреде употребления психоактивных веществ (ПАВ). 3. Конкурс плакатов «Я выбираю ЖИЗНЬ!» |
| Пятница  *Информационный день* | 1. Общешкольная зарядка. 2. Соревнования по футболу. 3. Закрытие Недели здоровья. |

 

  