

## **НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ**

### **«Дружно, смело, с оптимизмом – за здоровый образ жизни!»**

В МОУ «Железнодорожная СОШ №1» с 20.01.2025 года по 24.01.2025 года была проведена Неделя здоровья для 1-11 классов. Каждый день имел своё название и разнообразие мероприятий:

#### **20.01.2025**

Открытие Недели здоровья «Дружно, смело, с оптимизмом – за здоровый образ жизни!»

##### **День чистюль:**

- Акция «День чистых рук»
- Рейд «Мой внешний вид – лицо школы»
- Фотовыставка «Мы спортивная семья»

#### **21.01.2025**

##### **День подвижных игр:**

- Беседы «Движение – жизнь»
- Музыкальные физкультминутки/флешмобы «В здоровом теле- здоровый дух»
- Акция «Я хочу быть здоровым, потому что...» (необходимо обвести каждому свою руку, вырезать и написать продолжение)

#### **22.01.2025**

##### **Витаминный день/ День здорового питания:**

- Беседы «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»
- Составление проекта из рисунков детей «Овощи и фрукты – витаминные продукты».
- Составление слоганов по теме «Витамины, витамины...»

#### **23.01.2025**

##### **День настольных игр/День без интернета:**

- турнир по шашкам/шахматам
- акция «День без интернета»

#### **24.01.2025**

##### **День профилактики вредных привычек:**

- Беседы о вредных привычках
- Просмотр фильмов о вреде употребления психоактивных веществ (ПАВ).
- Конкурс плакатов «Я выбираю ЖИЗНЬ!»

В понедельник на общешкольной торжественной линейке были подведены итоги Недели здоровья, объявлены благодарности всем участникам.

Цель проведения такого мероприятия заключается в том, чтобы каждый из ребят вновь задумался, насколько ценно и важно здоровье и как важно его беречь.