

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 102
А.А. Подберезина
«01» сентября 2021 г.

Тематический план занятий (классных часов)
для обучающихся 1-11 классов
в рамках программы «Здоровый образ жизни»
на 2021 – 2022 учебный год

№ п/п	Наименование темы	Дата проведения	Ответственный*
<i>1-й класс</i>			
1.	Основы безопасного поведения первоклассника в школе.	сентябрь	Классный руководитель
2.	О хороших привычках.	октябрь	Классный руководитель
3.	Твой режим дня.	Ноябрь	Классный руководитель
4.	Как уберечься от гриппа.	декабрь	Классный руководитель
5.	Беречь глаз как алмаз.	январь	Классный руководитель
6.	Витамины и мы.	февраль	Классный руководитель
7.	Компьютер и Я.	март	Классный руководитель
8.	Смейся на здоровье. Улыбка и хорошее настроение.	апрель	Классный руководитель
9.	Лето – пора закаливания.	май	Классный руководитель
<i>2-й класс</i>			
1.	Твое здоровье в твоих руках.	сентябрь	Классный руководитель
2.	Твой режим дня во втором классе.	октябрь	Классный руководитель
3.	Овощи и фрукты – полезные продукты.	ноябрь	Классный руководитель
4.	Глаза – окно в прекрасный мир чудес.	декабрь	Классный руководитель
5.	Народный фольклор и здоровый образ жизни.	январь	Классный руководитель
6.	Твои привычки.	февраль	Классный руководитель
7.	Гигиена – основа здоровья человека.	март	Классный руководитель
8.	Правила ухода за зубами.	апрель	Классный руководитель

9.	Мы пришли во владения природы.	май	Классный руководитель
3-й класс			
1.	В здоровом теле – здоровый дух!	сентябрь	Классный руководитель
2.	«Здоровый позвоночник.	октябрь	Классный руководитель
3.	Учимся отдыхать.	ноябрь	Классный руководитель
4.	"Ты и телевизор.	декабрь	Классный руководитель
5.	Медицина для нас.	январь	Классный руководитель
6.	Я и мой организм.	февраль	Классный руководитель
7.	Иммунитет. Формула здоровья.	март	Классный руководитель
8.	«Посеешь привычку – пожнешь характер.	апрель	Классный руководитель
9.	Лето– пора закаливания.	май	Классный руководитель
4-й класс			
1.	Что такое здоровый образ жизни школьника?	сентябрь	Классный руководитель
2.	Режим дня школьника.	октябрь	Классный руководитель
3.	Профилактика инфекционных заболеваний. Микробы.	ноябрь	Классный руководитель
4.	Часы в желудке.	декабрь	Классный руководитель
5.	Ухо – пропуск в мир звуков.	январь	Классный руководитель
6.	Умей сказать: «нет».	февраль	Классный руководитель
7.	Вред табачного дыма.	март	Классный руководитель
8.	Мои спортивные достижения.	апрель	Классный руководитель
9.	Здоровый отдых.	май	Классный руководитель
5-й класс			
1.	Спорт – здоровье – мы.	сентябрь	Классный руководитель
2.	Мой организм – мое богатство.	октябрь	Классный руководитель
3.	Компьютерное зазеркалье.	ноябрь	Классный руководитель
4.	Как защититься от простуды и гриппа.	декабрь	Классный руководитель
5.	Сон на службе у здоровья.	январь	Классный руководитель

6.	Когда не стоит быть, как все?	февраль	Классный руководитель
7.	Память: как ее тренировать.	март	Классный руководитель
8.	О спорт, ты - мир!	апрель	Классный руководитель
9.	Досуг – дело серьезное.	май	Классный руководитель
6-й класс			
1.	Здоровые привычки - здоровый образ жизни.	сентябрь	Классный руководитель
2.	Сотвори сам себя.	октябрь	Классный руководитель
3.	Здоровым быть модно!	ноябрь	Классный руководитель
4.	Меры предупреждения заболеваний, передающихся от домашних животных.	декабрь	Классный руководитель
5.	Жевательная резинка. История. Вред и польза - сделай свой выбор.	январь	Классный руководитель
6.	Слобоалкогольные напитки, энергетики и организм подростка.	февраль	Классный руководитель
7.	Вейп-что это?	март	Классный руководитель
8.	Компьютерное зазеркалье.	апрель	Классный руководитель
9.	Чем заняться после школы?	май	Классный руководитель
7-й класс			
1.	От чего зависит рост и развитие организма.	сентябрь	Классный руководитель
2.	Утомление и переутомление.	октябрь	Классный руководитель
3.	Твоя нервная система.	ноябрь	Классный руководитель
4.	Твое здоровье и алкоголь.	декабрь	Классный руководитель
5.	Стрессы и их влияние на здоровье.	январь	Классный руководитель
6.	Что такое здоровое питание?	февраль	Классный руководитель
7.	Мир без наркотиков - территория жизни!	март	Классный руководитель
8.	Я - дома, я - в школе, я - среди друзей.	апрель	Классный руководитель
9.	Как сохранить и преумножить здоровье летом.	май	Классный руководитель
8-й класс			
1.	Мой образ жизни.	сентябрь	Классный руководитель
2.	Вредные привычки и их преодоление.	октябрь	Классный руководитель

3.	Бросай курить - ты уже не маленький.	ноябрь	Классный руководитель
4.	Здоровый человек – это модно и красиво.	декабрь	Классный руководитель
5.	Причины агрессивного поведения.	январь	Классный руководитель
6.	Алкоголизм – повод, причина и последствия.	февраль	Классный руководитель
7.	Рациональное питание.	март	Классный руководитель
8.	Гигиена тела и одежды.	апрель	Классный руководитель
9.	Я могу и умею говорить «нет».	май	Классный руководитель
9-й класс			
1.	Time менеджмент (организация личного времени).	сентябрь	Классный руководитель
2.	Движение это жизнь!	октябрь	Классный руководитель
3.	ЕГЭ без стрессов.	ноябрь	Классный руководитель
4.	Зависимость здоровья человека от окружающей среды.	декабрь	Классный руководитель
5.	«Компьютер и Я.	январь	Классный руководитель
6.	Законы памяти.	февраль	Классный руководитель
7.	Употребление психоактивных веществ как слабость воли	март	Классный руководитель
8.	Режим труда и отдыха.	апрель	Классный руководитель
9.	Здоровье нации в твоих руках.	май	Классный руководитель
10-й класс			
1.	Режим дня и оптимальные условия функционирования организма человека.	сентябрь	Классный руководитель
2.	Психоактивные вещества как фактор риска в жизни человека.	октябрь	Классный руководитель
3.	Внимание, СПИД!	ноябрь	Классный руководитель
4.	Не оборви свою песню!	декабрь	Классный руководитель
5.	Диеты, лечебное питание, голодание, пост.	январь	Классный руководитель
6.	Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения.	февраль	Классный руководитель
7.	Умей быть собой или как отстоять свою точку зрения.	март	Классный руководитель
8.	Краткие сведения о болезнях, передающихся по наследству.	апрель	Классный руководитель
9.	Ответственность за будущее.	май	Классный

			руководитель
<i>11-й класс</i>			
1.	Как сохранить здоровье при подготовке к экзаменам.	сентябрь	Классный руководитель
2.	Стресс, срывы, депрессия.	октябрь	Классный руководитель
3.	Питание во время подготовки к экзаменам.	ноябрь	Классный руководитель
4.	Чувство взрослости. Что такое?	декабрь	Классный руководитель
5.	Занятие по профилактике наркомании.	январь	Классный руководитель
6.	Внимание, СПИД!	февраль	Классный руководитель
7.	Time менеджмент (организация личного времени).	март	Классный руководитель
8.	Бады, витамины и здоровое питание.	апрель	Классный руководитель
9.	Нет жизни без воды.	май	Классный руководитель

Заместитель директора по ВР

С.В. Трофименко