**Работа по здоровьесберегающему воспитанию.**

**Тематика классных часов 1-11 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема классного часа | дата |
|  | **1 класс** |  |
| 1 | Уход за зубами | 4 неделя октября |
| 2 | Забота о глазах | 2 неделя ноября |
| 3 | В гостях у Мойдодыра | 3 неделя марта |
| 4 | Правильная посадка за партой | 2 неделя апрель |
|  | **2 класс** |  |
| 1 | Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья | 4 неделя октября |
| 2 | Правильное питание | 2 неделя ноября |
| 3 | О витаминах | 3 неделя марта |
| 4 | Правильная осанка | 2 неделя апрель |
|  | 1. **Класс** |  |
| 1 | Как предостеречь себя от вредных привычек | 4 неделя октября |
| 2 | Кто нас лечит? | 2 неделя ноября |
| 3 | Прививки от болезней. | 3 неделя марта |
| 4 | Что нужно знать о лекарствах | 2 неделя апрель |
|  | 1. **класс** |  |
| 1 | Утомление и переутомление. Учимся отдыхать | 4 неделя октября |
| 2 | Как сделать сон полезным. | 2 неделя ноября |
| 3 | Движение – это жизнь | 3 неделя марта |
| 4 | Как организовать свой отдых после уроков. Ожоги. Опасность при пользовании пиротехническими средствами | 2 неделя апрель |
|  | 1. **класс** |  |
| 1 | Принципы рационального питания. | 4 неделя октября |
| 2 | Здоровые привычки - здоровый образ жизни | 2 неделя ноября |
| 3 | Тренировка памяти. | 3 неделя марта |
| 4 | Чем заняться после школы. | 2 неделя апрель |
|  | 1. **класс** |  |
| 1 | От чего зависит рост и развитие организма. | 4 неделя октября |
| 2 | Физические особенности развития мальчика и девочки. | 2 неделя ноября |
| 3 | Твоя нервная система | 3 неделя марта |
| 4 | Нехорошие слова. | 2 неделя апрель |
|  | 1. **класс** |  |
| 1 | Питание и восстановление. | 4 неделя октября |
| 2 | Пищевые добавки и витамины | 2 неделя ноября |
| 3 | Стрессы и их влияние на здоровье. | 3 неделя марта |
| 4 | Правильное дыхание. | 2 неделя апрель |
|  | 1. **класс** |  |
| 1 | Мальчик или мужчина | 4 неделя октября |
| 2 | Великий женский секрет | 2 неделя ноября |
| 3 | Эмоции и двигательная активность. | 3 неделя марта |
| 4 | Здоровый образ жизни - главное условие профилактики возникновения вредных привычек | 2 неделя апрель |
|  | 1. **класс** |  |
| 1 | Никотин, алкоголь, наркотики. | 4 неделя октября |
| 2 | Кризисные состояния у подростков | 2 неделя ноября |
| 3 | "Экзамены без стресса". | 3 неделя марта |
| 4 | Чувство взрослости. Что такое? | 2 неделя апрель |
|  | **10 класс** |  |
| 1 | Профилактика и преодоление вредных привычек. | 4 неделя октября |
| 2 | Гипертония. | 2 неделя ноября |
| 3 | Компания в жизни старшеклассник | 3 неделя марта |
| 4 | Прекрасное и безобразное в нашей жизни | 2 неделя апрель |
|  | **11 класс** |  |
| 1 | Пивной алкоголизм - беда молодых | 4 неделя октября |
| 2 | Как подготовить себя к будущим экзаменам? | 2 неделя ноября |
| 3 | Видео-диспут по профилактике ранней беременности «Чья сторона» | 3 неделя марта |
| 4 | Компьютер в жизни человека. | 2 неделя апрель |