


Без здоровья невозможно и счастье.

# Здоровье – ЭТО ЖИЗНЬ

Обзор мероприятий  
профилактической недели





Здоровье – это первая и важная потребность человека, определяющая способность его к деятельности и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. В настоящее время неотъемлемой частью здоровья, является важная составляющая – это психологическое состояние человека. В рамках мероприятий, посвященных Всемирному дню здоровья, пропаганды здорового образа жизни, профилактики тревоги, стрессовых состояний в образовательных организациях города прошла профилактическая неделя «Здоровье-это жизнь» с 4 по 8 апреля.

#### **Примерный план мероприятий в общеобразовательных учреждениях:**

4 апреля. Открытие недели. Информационное сообщение от организаторов, демонстрация социальных роликов о ЗОЖ для детей.

5 апреля. Поддержи олимпиаду на местах.

Пропаганда здорового образа жизни, через выступление ребят имеющих достижение в спорте или предложение информации о спортсменах Республики Хакасия.

Проведение коллективной зарядки, создание маршрута здоровья

6 апреля. Разумно есть — долго жить. День посвящается правильному питанию. Конкурс рецептов блюд «Мы – это то, что мы едим».

7 апреля. Папа, мама, я – здоровая семья! Конкурс фотографий «Спорт в нашей семье».

8 апреля. Акция «5 причин, почему я хочу быть здоровым»

Каждому участнику акции необходимо обвести раскрытую ладонь. На каждом пальчике написать - Я хочу быть здоровым, потому что...

Готовые ладошки оформляются плакатом.

#### **Примерный план мероприятий в дошкольных образовательных учреждениях:**

4 апреля. Открытие недели. Оформление холла – на видном месте поместить плакаты с пословицами и поговорками о здоровье, плакаты с изображением спортивного инвентаря.

5 апреля. Проведение опроса среди родителей и педагогов «Как я сохраняю свое здоровье».

Проведение коллективной зарядки, создание маршрута здоровья.

6 апреля. Творческая мастерская «Кто спортом занимается – с болезнями не знается»

7 апреля. День подвижных игр.

# ДЕНЬ ПЕРВЫЙ



# ДЕНЬ ВТОРОЙ



# ДЕНЬ ТРЕТИЙ



# ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ



# ДЕНЬ ПЯТЫЙ



Быть здоровым — это модно!  
Дружно, весело, задорно  
Становитесь на зарядку.  
Организму — подзарядка!

Знают взрослые и дети  
Пользу витаминов этих:  
Фрукты, овощи на грядке —  
Со здоровьем все в порядке!

Также нужно закаляться,  
Контрастным душем обливаться,  
Больше бегать и гулять,  
Не ленится, в меру спать!

Ну а с вредными привычками  
Мы простимся навсегда!  
Организм отблагодарит —  
Будет самый лучший вид!

