

**План
заходів зі здорового способу життя
на жовтень-квітень 2019-2020 рр. по Коростенській міській гімназії
в рамках участі у Всеукраїнській програмі «Helsi schools: заради здорових і радісних школярів»**

№	Активність	Зміст заходу	Категорія учасників	Відповідальний	Дата
		Жовтень			
		Перевірка санітарного стану кабінетів черговим класом (провітрювання, освітлення,	2-11		
		Розробити і розповсюдити серед батьків пам'ятку про гігієнічні рекомендації під час навчання	2-4		
		День без сматрфонів. Флешмоб з книжками			
	Рациональне харчування	Виховна година «Культура харчування та харчових звичок»	2-Б		
		Встановлення кулерів по класах і облаштування місця пам'ятками про користь якісної води	10-ті класи		
		Фруктовий день			
		Флешмоб «Мій здоровий сніданок»		Учителі ОБЖ	
		Листопад			
		Перевірка санітарного стану кабінетів черговим класом			
		Руханка на перерві «Флешмоб у середу» для учнів 2-их класів			
	Організація здорового середовища	Облаштування приміщення початкової школи ростомірами.	2-гі класи		
		Встановлення відповідності зросту та робочого місця			
		Грудень			
		Перевірка санітарного стану кабінетів черговим класом			
	Фізична активність	Руханка на перерві «Флешмоб у середу» для учнів 2-их класів			

		Спортивні змагання на встановлення рекордів серед хлопчиків	2-10		
		Встановлення крокомірів на сматрфони та визначення рейтингу найбільш рухливого класу			
		Спортивні змагання у 1-В класі			
		Січень			
		Перевірка санітарного стану кабінетів черговим класом			
		Руханка на перерві «Флешмоб у середу» для учнів 2-их класів	5-11 класи		
	Раціональне харчування	Тиждень раціонального харчування. Оформлення куточків з пам'ятками			
		Тиждень «Питний режим». Оформлення куточків пам'ятками			
		Семінар з дієтології			
		Лютий			
		Перевірка санітарного стану кабінетів черговим класом			
		Руханка на перерві «Флешмоб у середу» для учнів 2-их класів			
	Фізична активність	Активні ігри на підлозі у початковій школі			
		Екскурсії до зимового парку	1-11		
		Фотомарафон «Здоровий спосіб життя»	5-11		
		Тиждень фізичної активності.	2-11		
		Березень			
		Перевірка санітарного стану кабінетів черговим класом			
		Спортивні змагання на встановлення рекордів серед дівчаток			
		Руханка на перерві «Флешмоб у середу» для учнів 2-их класів			
	Організація здорового середовища	Похід в парк на канікулах	2-9		
		Визначення рівня психологічного клімату в класі	2-11		
		Квітень			
		Перевірка санітарного стану кабінетів черговим класом			

		Визначення рейтингу найбільш рухливого учня за крокоміром			
		Квест по міському парку	8-Б		
		Флешмоб з йоги			
		Створення галереї емоційних станів			
		Музичні перерви			
		Єдині виховні години до Всесвітнього дня здоров'я	1-11		