

Утверждаю:
 Директор МОАУ СОШ №14
 _____ Р.Р. Нуртдинов
 Приказ № 144 от 01.09.2025г

Тематика классных часов по формированию здорового образа жизни, по профилактике вредных привычек у учащихся 1-4 классов по МОАУ СОШ №14

№ п/п	Тема классного часа	Количество часов	Срок проведения
1 класс (ЗОЖ - 16 часов)			
1.	Режим дня школьника. Правильная осанка. Медиабезопасность. Информационно-психологическая безопасность.	1	сентябрь
2.	Чистые руки, чистое тело – смело берись за любое дело!	1	сентябрь
3.	Правильное питание.	1	октябрь
4.	Учеба и отдых. Медиабезопасность. Три кита Интернета: социальные сети.	1	октябрь
5.	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься!	1	ноябрь
6.	Закаливание организма. Медиабезопасность. Виды информации в Интернете.	1	ноябрь
7.	Медиабезопасность. Культура поведения в общественных местах и в компьютерных сетях.	1	декабрь
8.	Профилактика простудных заболеваний	1	декабрь
9.	Мой друг – Мойдодыр.	1	январь
10.	Профилактика гриппа.	1	февраль
11.	Чтобы расти и учиться. Медиабезопасность. Компьютерные игры: за и против.	1	февраль
12.	Культура одежды.	1	март
13.	Здоровое питание – залог хорошей учёбы. Медиабезопасность. Правила пользования сотовыми телефонами.	1	март
14.	Берегите зубы.	1	апрель
15.	Спорт – это здоровье!	1	апрель
16.	Берегите здоровье смолоду. Медиабезопасность. Каникулы без гаджетов!	1	май
2 класс (ЗОЖ - 16 часов)			
1.	Что значит: быть здоровым человеком?	1	сентябрь
2.	Режим дня. Медиабезопасность. Информационно-психологическая безопасность.	1	сентябрь
3.	Утренняя зарядка, её польза.	1	октябрь
4.	Культура питания.	1	октябрь

5.	Шалости и травмы.	1	ноябрь
6.	Чем можно отравиться?	1	ноябрь
7.	Вредные привычки. Медиабезопасность . Три кита Интернета: аппаратные средства, программное обеспечение.	1	декабрь
8.	Окружающий мир и здоровье.	1	декабрь
9.	Профилактика гриппа.	1	январь
10.	Культура поведения в общественных местах. Медиабезопасность . Информационная этика и право.	1	февраль
11.	Берегите зрение. Медиабезопасность . Компьютерные игры : за и против.	1	февраль
12.	Будь осторожен! Медиабезопасность . Три кита Интернета: социальные сети.	1	март
13.	Здоровое питание – здоровый ребенок	1	март
14.	Спорт и здоровье!	1	апрель
15.	Путешествие в страну Здоровья.	1	май
16.	Солнце, воздух и вода – наши верные друзья. Медиабезопасность . Каникулы без гаджетов!	1	май
3 класс (ЗОЖ - 16 часов)			
1.	Чистота – залог здоровья.	1	сентябрь
2.	Режим дня. Утренняя зарядка.	1	сентябрь
3.	Сам себе я помогу и здоровью сберегу. Медиабезопасность . Виды информации в Интернете.	1	октябрь
4.	Рост и развитие человека.	1	октябрь
5.	Поведение на улице и в общественных местах. Медиабезопасность . Информационно-психологическая безопасность.	1	ноябрь
6.	Гигиена тела.	1	ноябрь
7.	Правильный выбор одежды и обуви.	1	декабрь
8.	Сон как наиболее эффективный отдых.	1	декабрь
9.	Гигиена органов зрения, факторы, приводящие к утомлению. Медиабезопасность . Безопасное использование программного обеспечения.	1	январь
10.	Профилактика инфекционных заболеваний.	1	февраль
11.	Роль положительных эмоций. Медиабезопасность . Компьютерные игры : за и против.	1	февраль
12.	Питание – основа жизни.	1	март
13.	Вред табачного дыма.	1	март
14.	Вредные привычки. Медиабезопасность . Использование сотовых телефонов по назначению.	1	апрель
15.	Активный образ жизни.	1	май

16.	Полезные везде и всегда солнце, воздух и вода. Медиабезопасность. Каникулы без гаджетов.	1	май
4 класс (ЗОЖ - 16 часов)			
1.	Говорим мы вам без смеха, чистота – залог успеха.	1	сентябрь
2.	Режим дня. Труд и отдых. Медиабезопасность. Компьютер: мой друг или враг?	1	сентябрь
3.	Правила поведения с незнакомыми людьми.	1	октябрь
4.	Вредные привычки. Медиабезопасность. Делу время, а потехе – час. Компьютерные игры.	1	октябрь
5.	Здоровье девочки.	1	ноябрь
6.	Здоровье мальчика.	1	ноябрь
7.	Первая помощь при обморожениях .	1	декабрь
8.	Профилактика простудных заболеваний.	1	декабрь
9.	В здоровом теле - здоровый дух.	1	январь
10.	Красивая улыбка.	1	04 февраль
11.	Режим учебы, отдыха и сна. Медиабезопасность. Три кита Интернета: социальные сети.	1	февраль
12.	Режим питания. Медиабезопасность. Сетевые возможности для обучения.	1	март
13.	Ядовитые грибы и растения.	1	март
14.	Что такое алкоголь, и чем опасно его употребление. Просмотр фильма о вреде алкоголя.	1	апрель
15.	Правила безопасности при экскурсиях, в походах, экипировка туриста. Походная аптечка.	1	май
16.	Игры и соревнования по ЗОЖ. Медиабезопасность. Каникулы без гаджетов!	1	май

Заместитель директора по ВР

Хафизова А. И.