

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

Тематика классных часов по формированию здорового образа жизни, по профилактике наркомании, алкоголизма и табакокурения в 5-9 классах по МОАУ СОШ №14

№	Тема классного часа	Количество часов	Срок проведения
5 класс (ЗОЖ - 16 часов)			
1. Образ жизни и здоровье – 5 часов			
1.	Режим дня. Рациональное питание. Медиабезопасность. Информационно-психологическая безопасность.	1	сентябрь
2.	Курильщик – сам себе могильщик. Просмотр фильма «Правда о табаке».	1	сентябрь
3.	Профилактика простудных заболеваний. Медиабезопасность. Виды информации в Интернете. Техническая онлайн-компетентность.	1	декабрь
4.	Что значит: быть здоровым? Медиабезопасность. Три кита Интернета: социальные сети.	1	март
2. Профилактика табакокурения – 4 часа			
1.	Мы за здоровый образ жизни! (Просмотр фильма о вредных привычках)	1	октябрь
2.	Курить – значит вредить окружающим!	1	ноябрь
3.	Жизнь прекрасна! Медиабезопасность. Социальные сети.	1	январь
4.	Брейн-ринг «Я выбираю здоровье!»	1	апрель
3. Профилактика употребления алкоголя – 4 часа			
1.	Искоренение пьянства и алкоголизма. Просмотр фильма «Чижик-пыжик»	1	октябрь
2.	Здоровая семья.	1	ноябрь
3.	Последствия алкоголя. Приглашение фельдшера.	1	декабрь
4.	Развивайте силу воли!	1	февраль
4. Профилактика токсикомании и наркомании – 3 часа			
1.	Что же такое «наркотик»?	1	февраль
2.	Токсикомания и её последствия	1	март
3.	Умей сказать: «Нет!». Медиабезопасность. Коммуникативная	1	май

	компетентность и общение в Интернете.		
6 класс (ЗОЖ - 16 часов)			
1. Образ жизни и здоровье – 4 часа			
1.	Способы укрепления здоровья. Медиабезопасность. Виды и возможности интернет - коммуникации.	1	сентябрь
2.	Культура одежды. Медиабезопасность. Сетевые возможности для обучения.	1	сентябрь
3.	Культура питания. Медиабезопасность. Интернет – среда и средство потребления.	1	март
4.	Положительные эмоции. Медиабезопасность. Виды информации в Интернете.	1	апрель
2. Профилактика табакокурения – 4 часа			
1.	Курить – здоровью вредить!	1	октябрь
2.	Береги здоровье смолоду! Просмотр фильма «Береги себя!»	1	ноябрь
3.	Умственные и физические способности.	1	декабрь
4.	Роль спорта в жизни человека.	1	февраль
3. Профилактика употребления алкоголя – 4 часа			
1.	Если хочешь быть здоров!	1	январь
2.	Искалеченные жизни (знакомство с периодической печатью, примеры из жизни)	1	февраль
3.	Хочешь быть умным и сильным?	1	март
4.	Искоренение пьянства и алкоголизма (просмотр фильма «День рождения»)	1	октябрь
4. Профилактика токсикомании и наркомании – 4 часа			
1.	История распространения наркомании.	1	октябрь
2.	Искоренение наркомании	1	ноябрь
3.	О токсикомании. Беседа с психологом		апрель
4.	Умей сказать: «Нет!» (анкетирование)	1	май
7 класс (ЗОЖ - 16 часов)			
1. Образ жизни и здоровье – 4 часа			
1.	Распорядок дня. Труд и отдых. Медиабезопасность. Безопасное использование программного обеспечения.	1	сентябрь
2.	Гигиена и здоровье. Медиабезопасность. Достоверность информации, авторское право	1	октябрь
3.	Режим сна. Медиабезопасность. Сети. Интернет как инструмент коммуникации.	1	ноябрь
4.	Режим питания.	1	март
2. Профилактика табакокурения – 4 часа			
1.	Все пороки от безделья.	1	октябрь
2.	Губительная сигарета. Просмотр фильма	1	ноябрь

	«Правда о табаке».		
3.	Школьные годы –это годы роста как физического, так и умственного .	1	декабрь
4.	В здоровом теле – здоровый дух. (разработка памятки)	1	февраль
3. Профилактика употребления алкоголя – 4 часа			
1.	Алкоголь и его отрицательное действие на организм.	1	декабрь
2.	Меры борьбы с алкоголем.	1	март
3.	Алкоголь и школьник несовместимы.	1	апрель
4.	Развивайте мужество, твердость характера и здравый ум.	1	январь
4. Профилактика токсикомании и наркомании – 4 часа			
1.	Человек часто сам себе злейший враг (Цицерон)	1	октябрь
2.	Разрушение личности. Просмотр фильма «Конвейер смерти. Никотин».	1	январь
3.	Творите хорошие дела!	1	февраль
4.	Хорошее отношение к своему телесному «Я» (тестирование)	1	май
8 класс (ЗОЖ - 16 часов)			
1. Образ жизни и здоровье – 3 часа			
1.	Основы здорового образа жизни Медиабезопасность. Сетевые возможности для обучения.	1	сентябрь
2.	Рациональное питание. Медиабезопасность. Безопасность коммуникации в Интернете.	1	сентябрь
3.	Профилактика близорукости. Приглашение окулиста. Медиабезопасность. Интернет – среда и средство потребления.	1	март
2. Профилактика табакокурения – 4 часа			
1.	Курение, как социальная проблема в обществе.	1	октябрь
2.	Умей выбирать друзей! Медиабезопасность. Достоверность информации, авторское право.	1	ноябрь
3.	Губительная сигарета.	1	декабрь
4.	Сигареты и семейный бюджет.	1	февраль
3. Профилактика употребления алкоголя – 4 часа			
1.	Последствия пьянства и алкоголизма.	1	декабрь
2.	Алкоголь – яд для любой живой клетки! Просмотр социальных роликов «Береги себя»	1	март
3.	Степень алкогольной зависимости.	1	апрель
4.	Искалеченные жизни (примеры из жизни, из	1	январь

	периодической печати)		
4. Профилактика токсикомании и наркомании – 5 часа			
1.	Особенности развития наркомании и токсикомании в подростковом возрасте. Способы противостояния отрицательному давлению среды.	1	октябрь
2.	Токсические и наркотические вещества как средство поражающие личность. Просмотр фильма «Предназначение человека».	1	январь
3.	Наркомания – страшный недуг современного мира. Просмотр фильма «Правда о наркотиках»	1	февраль
4.	Духовное и нравственное здоровье без наркотика. Медиабезопасность. Потребительская компетентность пользователя Интернета.	1	май
9 класс (ЗОЖ - 16 часов)			
1. Образ жизни и здоровье – 3 часа			
1.	Основы психогигиены, этика взаимоотношений. Медиабезопасность. Достоверность информации, авторское право.	1	сентябрь
2.	Как одеваться: стильно, модно, удобно? Медиабезопасность. Интернет – среда и средство потребления.	1	ноябрь
3.	Система питания старшеклассника. Медиабезопасность. Основные законы России в области компьютерного права и защиты детей.	1	март
2. Профилактика табакокурения – 4 часа			
1.	Экономические, социальные и биологические последствия табакокурения. Медиабезопасность. Безопасность коммуникации в Интернете.	1	октябрь
2.	Никотин – опасный яд. Приглашение фельдшера.	1	ноябрь
3.	Правильно организуй свой досуг.	1	декабрь
4.	Здоровье девушки, юноши.	1	февраль
3. Профилактика употребления алкоголя – 4 часа			
1.	Социальные и психологические последствия пьянства и алкоголизма	1	декабрь
2.	Негативные последствия алкоголизма. Просмотр фильма «День рождения»	1	март
3.	Новое о пиве.	1	апрель
4.	Меры борьбы с алкоголизмом.	1	январь

4. Профилактика токсикомании и наркомании – 5 часов			
1.	Психологические и социальные последствия наркомании.	1	октябрь
2.	Имя беды – наркотики.	1	январь
3.	Проблема зависимости от психоактивных веществ среди молодежи. Просмотр фильма «Правда о наркотиках»	1	февраль
4.	Сохраним здоровую семью.	1	апрель
5.	Как противостоять давлению среды?	1	май

Заместитель директора по ВР

Хафизова А. И.

