

Отчет о проведении тематического часа «Здоровье- норма жизни».

31 июля 2025 г. педагогом дополнительного образования Черновой О.В. проведен тематический час «Здоровье-норма жизни», для учащихся в количестве 12 человек, в возрасте 9-10 лет.

Задачи:

1. Уточнить полезные и вредные привычки человека.
2. Осознать влияние привычек на общее состояние здоровья человека.
3. Определить соотношение понятий "здоровый образ жизни" и "привычки человека"

Прослушав предварительную беседу, дети обсудили и нашли ответы на следующие вопросы: Что такое привычка? Какие бывают привычки? Какие ценностные установки человека, его воля, разум способствуют укоренению в человеке потребности в полезных привычках и способности отказаться от вредных? Каким образом могут повлиять привычки на судьбу человека? Рассмотрели факторы, негативно влияющие на здоровье человека. К каким последствиям могут привести полезные и вредные привычки? Рассмотрели последствия полезных привычек и последствия вредных привычек.

Сформулировали выводы. Привычки бывают полезные и вредные. Привычки влияют на формирование здоровья.

Итог мероприятия: Ребята решили, что наше здоровье в наших руках, если мы осознанно формируем полезные привычки.