

Отчет о проведении тематического часа «Побереги свое здоровье»

Здоровый образ жизни сегодня - это требование времени. Быть здоровым стало модно и престижно. Одно из основных направлений воспитательной деятельности в ДДТ ст. Советская – пропаганда здорового образа жизни. 18.06.2024 г. с воспитанниками в количестве 40 человек был проведен тематический час «Побереги свое здоровье», целью которого являлось -Формирование сознательной установки на здоровый образ жизни. Педагог Богомолова И.П. рассказала ребятам, что курение является самой распространённой из всех вредных привычек, что никотин - один из самых опасных ядов, который наносит вред не только самому курильщику, но и окружающим его людям - пассивным курильщикам. Ребята пришли к единому мнению, что курение вообще и электронные сигареты в частности пагубно влияют на здоровье и проголосовали за отказ от курения и за здоровый образ жизни.

Во время беседы педагог рассказала и об опасности употребления наркотических веществ, о том, как они агрессивно воздействуют на весь организм человека и стремительно формируют зависимость, обсудила с ребятами причины, из-за которых подростки начинают принимать наркотики. Также она поведала ребятам о том, как важно отказаться от вредных привычек и сохранить своё здоровье.

Ребята узнали, сколько в мире страдает и гибнет людей от этой пагубной привычки.

О роли витаминов в жизни человека, о правилах личной гигиены рассказала ребятам, с кроссворд о здоровом образе жизни, обсуждались разные способы поддержания здоровья.

Дети пришли к выводу как важно в современном мире заниматься спортом и вести здоровый образ жизни.

