



Утверждаю
Директор школы
Г.Ахметова

**План работы
Физическое воспитание и здоровый образ жизни
на 2024-2025 уч год**

☐ **Сентябрь — «Здоровье — мой выбор»**

- Линейка открытия направления
- Анкетирование «Мой ЗОЖ»
- Челлендж «10 000 шагов»

☐ **Октябрь — «Движение — это жизнь»**

- Утренняя зарядка
- Турнир по мини-футболу
- Классный час «Зачем нужно движение?»

☐ **Ноябрь — «Питание и здоровье»**

- Мастер-класс «Полезный перекус»
- Стенд «Моё меню»
- Конкурс рисунков: «Мы – за правильное питание!»

☐ **Декабрь — «Скажи вредным привычкам — нет»**

- Классный час о вреде курения/вейпов
- Акция «День без экрана»
- Конкурс плакатов «Я выбираю здоровье»

☐ **Январь — «Здоровый старт года»**

- Спортивные перемены
- Памятка для родителей
- Челлендж: «Меньше гаджетов — больше движения»

☐ **Февраль — «Зимний спорт»**

- Лыжная прогулка / снежные игры
- Соревнования «Весёлые старты»
- Беседа о безопасности зимой

☐ **Март — «Природа и здоровье»**

- Эко-день здоровья
- Прогулка на свежем воздухе
- Классный час «Экология и здоровье»

☐ **Апрель — «Национальные традиции и спорт»**

- Соревнования по асық ату
- Выставка о казахских спортивных традициях
- Семейный день национальных игр

□ **Май — «ЗОЖ — мой выбор»**

- Спортивный фестиваль
- Награждение активистов ЗОЖ
- Рефлексия: «Как изменился мой образ жизни?»