

## Информация

### о проведении внеклассного мероприятия

4 и 5 апреля 2019г. в рамках Декады Здорового образа жизни врач школы Гаврилова Ю.М. провела для учащихся **1а, 1 б классов** (65 человек) интерактивные лекции на тему **«Витамины и микроэлементы - принципы здорового питания»**.

Цель: рассказать аудитории о разнообразном питании и привлечь к правильному пищевому поведению.

Во время мероприятия ребятам было рассказано о необходимых витаминах, микроэлементах в ежедневном питании. Приведены примеры недостатка этих веществ в нашей пищи и последствия для организма. Представлены картинки о правильном, сбалансированном питании. Проведен конкурс рисунка на тему «Моё лучшее качество».

Для учащихся **5а, 5б класса** (57 человек) прошла лекция по теме **«Экология дыхания»**.

Цель: рассказать аудитории о рациональном и правильном дыхании

Учащимся было рассказано о анатомо –физиологических особенностях дыхания человека. Проведена совместная зарядка с элементами дыхательной гимнастики. Затронут вопрос влияния дыхания на эмоциональное состояние человека. Проведён конкурс рисунка «полезные привычки».



05.04.2019

Заместитель директора по ВР

М.С. Максимова