

СОГЛАСОВАНО

Приложение

И. о. директора ММАУ ЦМЗОЖ «Веста»

Дозорцев И.Б.

« 18 »  2019 год



План занятия «ПроЗдоровье»

Цель занятия: формирование культуры здорового образа жизни среди молодежи.

Аудитория: учащиеся 14 – 16 лет

Формат проведения: занятие с презентацией проводится в образовательном учреждении г. Красноярска 1 раз в год.

1. Понятие здоровье.
2. Строение организма человека.
3. Факторы, оказывающие влияние на организм:
 - экология;
 - наследственность;
 - медицинское обеспечение;
 - образ жизни.
4. Вредные привычки.
5. Основы здорового образа жизни:
 - соблюдение режима дня;
 - правильное питание;
 - физическая активность;
 - полезные привычки.
6. ВИЧ-инфекция. Пути передачи. Влияние на организм.
7. Интерактивная игра «Сектор риска».