

Круглый стол «Сохранить и уберечь»

11 октября прошло общешкольное мероприятие, посвященное здоровому образу жизни, для учащихся 9-11 классов.

Мероприятие было организовано с целью комплексного подхода к теме здоровья, охватывая как теоретические, так и практические аспекты. Лекция/презентация "Мифы и реальность о здоровом питании": были рассмотрены основные принципы сбалансированного питания, польза и вред различных продуктов, а также развеяны распространенные мифы. Учащиеся активно задавали вопросы, касающиеся диет, спортивного питания и влияния еды на самочувствие.

"Вредные привычки: последствия и пути преодоления": в рамках этой сессии обсуждались актуальные проблемы курения, употребления алкоголя и наркотиков. Были представлены статистические данные, истории из жизни, а также предложены стратегии профилактики и помощи в случае возникновения зависимости. Активное участие старшеклассников в дискуссии свидетельствовало о их заинтересованности в данной теме.

Конкурс плакатов "Мое здоровье – мой выбор": Учащиеся представили свои творческие работы, отражающие их видение здорового образа жизни. Лучшие плакаты были отмечены грамотами.

Мероприятие завершилось подведением итогов, награждением победителей конкурсов и вручением грамот. Была выражена благодарность всем участникам. Учащиеся получили памятные буклеты с информацией о здоровом образе жизни.







