**Календарно-тематический план Проекта «Возраст – активности не помеха!» на июль - декабрь 2018г**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Форма проведения | Раздел программы | Теория | Практика | Сроки |
| 1-2 | Зачем нужна зарядка | Беседа, практические упражнения | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | 1 | Июль 2018г |
| 3-4 | Что такое режим дня и для чего он нужен? | Беседа - практикум | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | 1 | Июль 2018г |
| 5-6 | «В здоровом теле – здоровый дух» | Беседа, разгадывание кроссворда | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | 1 | Июль  2018г |
| 7-8 | Сон – лучшее лекарство | Беседа. Практикум | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | 1 | Июль 2018г |
| 9-10 | Мы за здоровый образ жизни | Конкурс рисунков | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | 1 | Июль 2018г |
| 11 | Наши лучшие друзья – мыло, щётка и вода | Беседа | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | - | Июль 2018г |
| 12-13 | «Я и моё здоровье» | Беседа. Чтение стихотворений | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | 1 | Июль 2018г |
| 14 | «Старость – что это? Принципы долголетия. Здоровый образ жизни в любом возрасте» | Лекция | «Культура здоровья» | 1 | - | Июль 2018г |
| 15-16 | «Быть здоровым – значит жить в радости» | Беседа. Конкурс рисунков | «Культура здоровья» | 1 | 1 | Август  2018г |
| 17 | Продолжи предложение Здоровье – это.. | Практическое занятие | «Культура здоровья» | - | 1 | Август  2018г |
| 18-19 | Чистота – залог здоровья | Беседа. Практикум | «Культура здоровья» | 1 | 1 | Август  2018г |
| 20-21 | «Здоровое питание в «золотом» возрасте. | Лекция | «Культура здоровья» | 1 | 1 | Август  2018г |
| 22-23 | Если хочешь быть здоровым? | Встреча с мед работником.  КВН | «Культура здоровья» | 1 | 1 | Август  2018г |
| 24-25 | Какие бывают привычки. | Беседа. Просмотр видеоролика | « Профилактика вредных привычек» | 1 | 1 | Август  2018г |
| 26-27 | «Движение – это жизнь. Физическая и двигательная активность в пожилом возрасте» | Лекция | « Профилактика вредных привычек» | 1 | 1 | Август  2018г |
| 28-29 | «Курить - здоровью вредить!» | Беседа. Конкурс рисунков | « Профилактика вредных привычек» | 1 | 1 | Август  2018г |
| 30-31 | Что мы знаем об алкоголе. | Беседа. Просмотр кинофильма по данной проблеме | « Профилактика вредных привычек» | 1 | 1 | Сентябрь  2018г |
| 32-33 | « Злой враг - алкоголь» | Коллаж. Чтение стихов | « Профилактика вредных привычек» | 1 | 1 | Сентябрь  2018г |
| 34-35 | Что мы знаем о наркотиках | Беседа. Разбор ситуаций | « Профилактика вредных привычек» | 1 | 1 | Сентябрь  2018г |
| 36 | « Психическое здоровье. Психогигиена» | Лекция | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | - | Сентябрь  2018г |
| 37-38 | « Профилактика травматизма у пожилых инвалидов» | Лекция | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | - | Сентябрь  2018г |
| 39-40 | . «Остеопороз – что это такое?» | Лекция | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | - | Сентябрь  2018г |
| 41 | . «Стрессы в пожилом возрасте» | Лекция | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | - | Сентябрь  2018г |
| 42-43 | Мы за здоровый образ жизни | Беседа. Практикум. | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | 1 | Сентябрь  2018г |
| 44 | «Можно ли предупредить диабет?» | Лекция | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | - | Октябрь 2018г |
| 45 | «Как сохранить память» | Лекция | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | - | Октябрь 2018г |
| 46 | «Чем опасен холестерин?» | Лекция | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | - | Октябрь 2018г |
| 47-48 | С чего начинается здоровье? | Комплексное занятие. Встреча с врачом. | «Основы знаний о здоровом образе жизни» | 1 | 1 | Октябрь 2018г |
| 49 | Путешествие в страну Здоровья | Игровая программа | «Культура здоровья» | - | 1 | Октябрь 2018г |
| 50-51 | Я и моё здоровье | Беседа. Разгадывание кроссворда | «Культура здоровья» | 1 | 1 | Октябрь 2018г |
| 52-53 | Что значит быть здоровым? | Путешествие по станциям. Конкурс рисунков | «Культура здоровья» | 1 | 1 | Октябрь 2018г |
| 54 | Огонёк здоровья | КВН | «Культура здоровья» | - | 1 | Октябрь 2018г |
| 55-56 | Чистота залог - здоровья | Устный журнал. Чтение обсуждение журнальных публикаций | «Культура здоровья» | 1 | 1 | Ноябрь  2018г |
| 57-58 | Повседневная гигиена | Комплексное занятие. Просмотр видеоролика. «Культура здоровья» | «Культура здоровья» | 1 | 1 | Ноябрь  2018г |
| 59-60 | Мой режим дня | Тематическая викторина. Конкурс рисунков | «Культура здоровья» | 1 | 1 | Ноябрь  2018г |
| 61-62 | «Быть здоровым – значит жить в радости» | Беседа | «Культура здоровья» | 1 | 1 | Ноябрь  2018г |
| 63-64 | Как проводить свободное время | Беседа. Разбор ситуаций по данной проблеме | «Культура здоровья» | 1 | 1 | Ноябрь  2018г |
| 65-66 | Что такое культура здоровья | Устный журнал. КВН | «Культура здоровья» | 1 | 1 | Ноябрь  2018г |
| 67 | Мы за здоровый образ жизни | Конкурс рисунков. | «Культура здоровья» | - | 1 | Ноябрь  2018г |
| 68-69 | Я умею говорить «нет» | Ролевая игра.  Разбор ситуаций | «Профилактика вредных привычек» | 1 | 1 | Ноябрь  2018г |
| 70-71 | Наши друзья витамины | Подбор материала для выпуска буклета | «Профилактика вредных привычек» | 1 | 1 | Декабрь  2018г |
| 72-73 | 10 советов, которые не составляют основу ЗОЖ | Беседа. Практическая работа | «Профилактика вредных привычек» | 1 | 1 | Декабрь  2018г |
| 74 | Скажем курению «НЕТ!» | Устный журнал. КВН | «Профилактика вредных привычек» | - | 1 | Декабрь  2018г |
| 75-76 | Алкоголь и его последствия | Беседа. Конкурс рисунков | «Профилактика вредных привычек» | 1 | 1 | Декабрь  2018г |
| 77-78 | Берегись – Наркотики! | Комплексное занятие. Разбор ситуаций | «Профилактика вредных привычек» | 1 | 1 | Декабрь  2018г |
| 79 | «Курить, значит здоровью вредить» | Показ слайдов | «Профилактика вредных привычек» | 1 | - | Декабрь  2018г |
| 80-81 | Мои любимые игры | Разгадывание кроссворда. Конкурс рисунков | «Профилактика вредных привычек» | 1 | 1 | Декабрь  2018г |
| 82 | День здоровья | Праздник | «Профилактика вредных привычек» | - | 1 | Декабрь  2018г |