

Сергек жашоо образы боюнча сабактардын графикке

Ай	Класстар	Темалар	Видеосабактар
Аяк Оона	6	Мен жана менин ден соолугум	Мен жана менин ден соолугум https://www.youtube.com/watch?v=SHgrX_Ci9zk&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHWlugqNydH&index=1
	7	Ден соолук кандай болот?	
	8	Достук байлыктан кымбат	Адамдар эмне үчүн достошот жана достор кандай болушат https://www.youtube.com/watch?v=93ySjN84Mfg&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHWlugqNydH&index=5
Тогуздун айы	6	Мен чоңоюп жатам	Өткөөл курак https://www.youtube.com/watch?v=e4_sWlctrOo&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHWlugqNydH&index=2
	7	Өткөөл курак	
	8	Сүйүү жөнүндө сүйлөшөлү	Сүйүү жана мамиле куруу https://www.youtube.com/watch?v=oFOCVi6R9lk&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHWlugqNydH&index=10
Жетинин айы	6	Адамдын гигиенасы – ден соолуктун жана сулуулуктун ачкычы	Ден соолуктун сырлары же гигиена эмне үчүн https://www.youtube.com/watch?v=JoTR6NezizM&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHWlugqNydH&index=3
	7	Өспүрүм курактагы дене гигиенасы	
	8-9	АИВ инфекциясынын алдын алуу	АИВ. Ал тууралуу эмнелерди билүү керек? https://www.youtube.com/watch?v=o6yN73t7nOg&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHWlugqNydH&index=13
	10-11	АИВ, КИЖС жана коом	АИВ, КИЖС жана коом https://www.youtube.com/watch?v=H38vLCHfqS8&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHWlugqNydH&index=14
Бештин айы	6	Кир колдон тараган оорулар	Эмне үчүн оорулардын булагы-колдогу микробдор? https://www.youtube.com/watch?v=vjv6TJNcyNU&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHwlugqNydH&index=4
	7	Бруцеллездун алдын алуу	
	7	Аба аркылуу жугуучу оорулардын алдын алуу	Аба аркылуу жугуучу оорулар жана андан кантип коргонуу керек https://www.youtube.com/watch?v=QlcniIaqVoY&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHwlugqNydH&index=9

	8	Көңүл бургула! Коркунучтуу компания!	Көз карандылык жана кантип андан сактануу керек https://www.youtube.com/watch?v=CFayZ36Z5mc&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHWlugqNydH&index=24
	9	Кубанычтын иллюзиясы	
	10	ПАЗ колдонуу	
	11	Кечелердин падышасы	Чечимдерди кантип кабыл алуу керек https://www.youtube.com/watch?v=3re0XNsRsgU&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHWlugqNydH&index=17
Учтун айы	6	Баарлашуу алиппеси	Байланыш жана чыр-чатактар https://www.youtube.com/watch?v=G8sSCUqMfgw&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHWlugqNydH&index=16
	7	Чыр-чатаксыз жашоого үйрөнүү	
	8	Жыныстык өнүгүү жана гендер же Жыныстардын өз ара мамилеси	Жыныс жана гендер https://www.youtube.com/watch?v=B83J7BLv7Js&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHwlugqNydH&index=18
	9	Толеранттуу мамилелер	Башкаларды кабыл алуу жана толеранттуу мамиле https://www.youtube.com/watch?v=uFrsGyTsPY8&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHwlugqNydH&index=6
	10	«Мен-концепциясынын» калыптанышы	Кантип өзүңүздү өнүктүрүп, ишенимдүү боло аласыз https://www.youtube.com/watch?v=FFOmMoqYR4A&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHWlugqNydH&index=19
	11	Ар кимдин өз кыялы бар же Бакыт деген эмне?	Кантип максат коюп жана ийгиликке жетүүгө болот? https://www.youtube.com/watch?v=AAi7vO6ALx0&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHWlugqNydH&index=20
Бирдин айы	6	Мен чоңоюп жатам. Зомбулук	Зомбулук жана чагымчылдык. Кантип коргонуп жана токтотууга болот https://www.youtube.com/watch?v=kj0tTcrKwTA&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHwlugqNydH&index=21
	7	Кантип зомбулуктан коргонуу керек?	Интернеттеги чагымчылдык. Кантип алдын алуу жана сактануу керек https://www.youtube.com/watch?v=lkrxs8F90Tk&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHwlugqNydH&index=22

	8	Сезимдер дүйнөсүндө	Кантип өзүңүздү жана башкаларды түшүнүп, эмоцияларды башкарууга болот https://www.youtube.com/watch?v=B83J7BLv7Js&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHwLugqNydh&index=18
	9	Жүрүм-турумдар жана тобокелдиктер	Жоопкерчиликтүү жүрүм-турум жана ЖЖЖИлердин алдын алуу https://www.youtube.com/watch?v=VifZVB6tkVE&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHwLugqNydh&index=12
	10	ЖЖЖИлердин алдын алуу	
Жалган Куран	6	Тамеки тартуу керекпи же жокпу, өзүң чеч!	Жакындабай турган жаман адаттар https://www.youtube.com/watch?v=54wxAWRV_Hw&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHwLugqNydh&index=23
	7	Ким күнөөлүү жана биз кандай болушубуз керек?	
	9	Үй-бүлө мамилелеринин баалуулугу: «Үй-бүлө, бул сөздө канча нерсе бар?...» <i>же</i> Эрте үйлөнүү, ала качуу	Үй-бүлө жана нике. Бакытты эмне алып келет жана ага эмне тоскоол болот? https://www.youtube.com/watch?v=Ry8vvi1ldE&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHwLugqNydh&index=7
Чын Куран	6	Бактылуу болгуң келсе – өзүңдү танда	Өзүңө болгон ишенимди кантип өнүктүрүүгө болот? https://www.youtube.com/watch?v=luULbyiwjrQ&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHwLugqNydh&index=15
	7	Менин тандоом	
	9	Өспүрүм кездеги кош бойлуулук: жоопкерчилик жана тандоо <i>же</i> Үй-бүлөнү пландаштыруу	Үй-бүлөнү пландаштыруу: бул эмне жана эмне үчүн маанилүү? https://www.youtube.com/watch?v=w1GEFefqX4k&list=PLyjVMFi4TYVfnBWh3Wz1b8RHwLugqNydh&index=11

Видео үйрөткүчтү көрүү үчүн курсорду шилтеменин үстүнө алып барып, Ctrl баскычын басып, чычкандын сол баскычын басуу керек. Бардык видеосабактарды жана колдонмолорду жана аларды кантип колдонууну шилтемеден көчүрүп алсаңыз болот:
<https://iite.unesco.org/ru/publications/videouroki-po-zdorovomu-obrazu-zhizni-dlya-shkol-kyrgyzstana/>

График проведения классных часов по ЗОЖ

Месяц	Классы	Темы	Видеоуроки
Сентябрь	6	Я и мое здоровье	Я и мое здоровье https://www.youtube.com/watch?v=z2AntkFG8eg&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN
	7	Каким бывает здоровье?	
	8	Дружба дороже богатства	Почему люди дружат и какие бывают друзья https://www.youtube.com/watch?v=tSrCl8qpgpQ&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=6
Октябрь	6	Я расту	Возраст перемен https://www.youtube.com/watch?v=UsV0BFUItvw&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=2
	7	Подростковый возраст	
	8	Поговорим о любви	Любовь и отношения: как это бывает https://www.youtube.com/watch?v=iixwiEBjIoI&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=10
Ноябрь	6	Гигиена человека – залог здоровья и красоты	Секреты здоровья и красоты или зачем нужна гигиена https://www.youtube.com/watch?v=LgQpK Dgu2so&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=3
	7	Гигиена тела в подростковом возрасте	
	8-9	Профилактика ВИЧ	ВИЧ. Что нужно о нем знать https://www.youtube.com/watch?v=phH9Zs6ExB8&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=13
	10-11	ВИЧ, СПИД и общество	ВИЧ, СПИД и общество https://www.youtube.com/watch?v=YBQEfImNRZc&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=14
Декабрь	6	Болезнь грязный рук	Микробы. Почему важно мыть руки https://www.youtube.com/watch?v=bfF2MWUJqck&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=4
	7	Профилактика бруцеллеза	
	7	Профилактика болезней, передающихся воздушно-капельным путем	Инфекции по воздуху и как от них защититься https://www.youtube.com/watch?v=X-gdGuBiooc&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=9

	8	Внимание! Опасная кампания!	Зависимости и как их избежать https://www.youtube.com/watch?v=Tuil3yBylXY&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=23
	9	Иллюзия радости	
	10	Употребление ПАВ	
	11	Король вечеринок	Как принимать решения https://www.youtube.com/watch?v=QOYOYcwRkfU&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=17
Январь	6	Азбука общения	Общение и конфликты https://www.youtube.com/watch?v=WUdvx1bKHsE&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=16
	7	Учимся жить без конфликтов	
	8	Половое развитие и гендер <i>или</i> Взаимоотношение полов	Пол и гендер https://www.youtube.com/watch?v=W61g76UKdtA&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=8
	9	Толерантные отношения	Принятие других и толерантные отношения https://www.youtube.com/watch?v=OhW6HGOBwAw&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=7
	10	Формирование «Я – концепции»	Как развивать себя и становиться увереннее https://www.youtube.com/watch?v=nwzUj9M08c&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=15
	11	У каждого свои «Алые паруса» <i>или</i> Что такое счастье?	Как ставить цели и добиваться успеха https://www.youtube.com/watch?v=TsoK0rCrF2c&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=20
Февраль	6	Я взрослею. Насилие	Насилие и травля. Как их не допустить и как от них защититься https://www.youtube.com/watch?v=DyM_sdX8znY&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=24
	7	Как защитить себя от насилия	Травля в Интернете. Как ее не допустить и как от нее защититься https://www.youtube.com/watch?v=QvQMh5U9hb8&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=21

	8	В мире чувств	Как понимать себя и других и управлять эмоциями https://www.youtube.com/watch?v=n3dh6pCWYUc&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=18
	9	Поведение и риски	Ответственное поведение и профилактика ИППП https://www.youtube.com/watch?v=Q8DKYHZq_ko&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=12
	10	Профилактика ИППП	https://www.youtube.com/watch?v=Q8DKYHZq_ko&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=12
Март	6	Курить или нет, решай сам!	Привычки, которых лучше не иметь https://www.youtube.com/watch?v=eDd9WKD-xzQ&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=22
	7	Кого же обвинять и как нам быть?	https://www.youtube.com/watch?v=eDd9WKD-xzQ&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=22
	9	Ранние браки, кража невест <i>или</i> Ценность семейных отношений	Семья и брак. Что приносит счастье и что ему мешает https://www.youtube.com/watch?v=mJC8euBYDlk&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=5
Апрель	6	Хочешь быть счастливым – познай себя	Как развивать уверенность в себе https://www.youtube.com/watch?v=nwzUj9M08c&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=15
	7	Мой выбор	https://www.youtube.com/watch?v=nwzUj9M08c&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=15
	9	Подростковая беременность: ответственность и выбор <i>или</i> Планирование семьи	Планирование семьи: что это такое и почему это важно https://www.youtube.com/watch?v=q4gGfzwLudg&list=PLyjVMFi4TYVcpW-fGY_V_EKQzki2UWyuN&index=11

Для просмотра видеурока нужно навести курсор на ссылку, нажать на клавишу Ctrl и кликнуть левой клавишей мышки.

Пособие «Разработки классных часов по здоровому образу жизни для учащихся 6-11 классов» доступно по [ССЫЛКЕ](#)

Видеоуроки по ЗОЖ доступны на YouTube канале Санарип Сабак в плейлисте «Дополнительное образование» по [ССЫЛКЕ](#)

Пособие «Использование видеуроков для проведения классных часов по ЗОЖ в 6-11 классах» доступно по [ССЫЛКЕ](#)

Все видеоуроки и пособия по их использованию на кыргызском и русском языках можно скачать по ссылке: <https://iite.unesco.org/ru/publications/videouroki-po-zdorovomu-obrazu-zhizni-dlya-shkol-kyrgyzstana/>