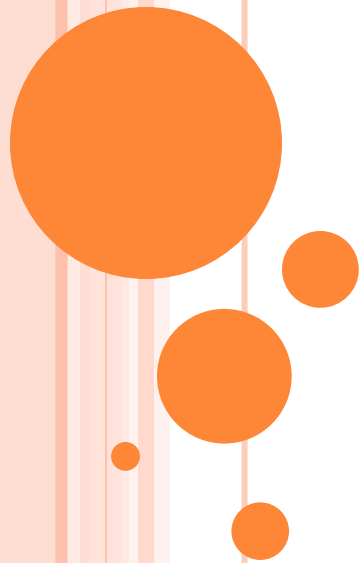


Здоровый образ жизни



Вопросы для обсуждения.

Что такое здоровье?

От чего зависит здоровый образ жизни?

Что нужно знать и уметь, чтобы быть здоровым?



Здоровый человек

красивый , бледный,

стройный, сильный, ловкий,

слабый, румяный,

болезненный, крепкий



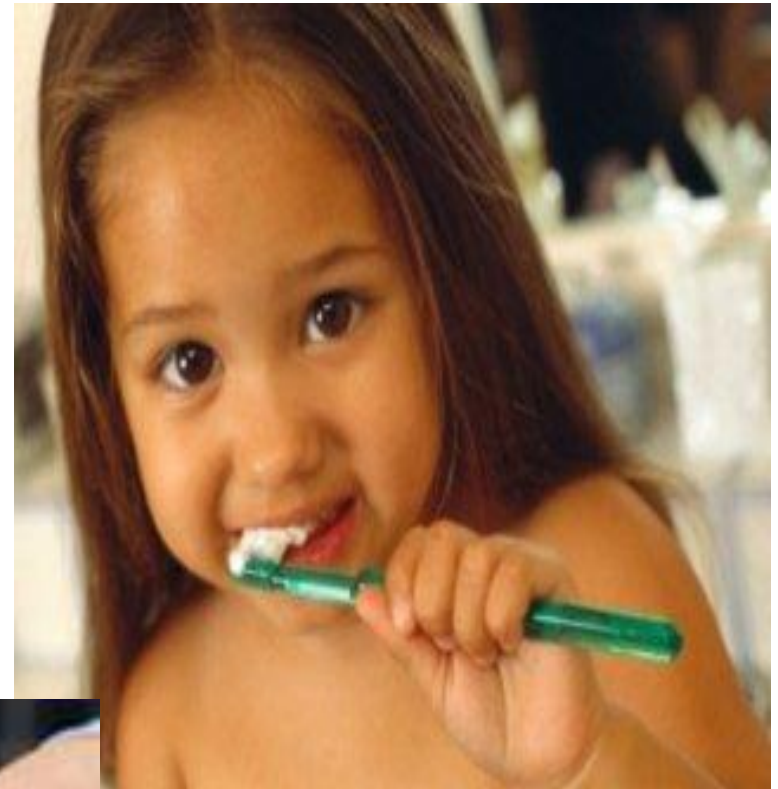
**Здоровый
человек -
красивый,
стройный,
сильный,
ловкий,
румяный,
крепкий.**





Чисто жить – здоровым быть.





Слабеет тело без дела.

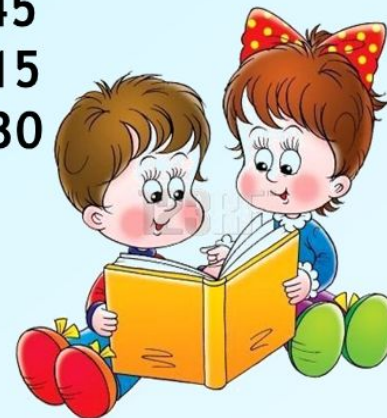




Режим дня школьника



Подъём, зарядка	7 - 00
Гигиенические процедуры	7 - 15
Завтрак	7 - 30
Дорога в школу	7 - 50
Пребывание в школе	8 - 30
Дорога из школы	12 - 30
Обед	13 - 00
Прогулка на свежем воздухе	13 - 30
Выполнение домашних заданий	16 - 00
Полдник	17 - 00
Помощь по дому	17 - 15
Ужин	18 - 30
Свободное время	18 - 45
Подготовка ко сну	21 - 15
Сон	21 - 30



Движение – жизнь.





Не в меру еда – болезнь и беда

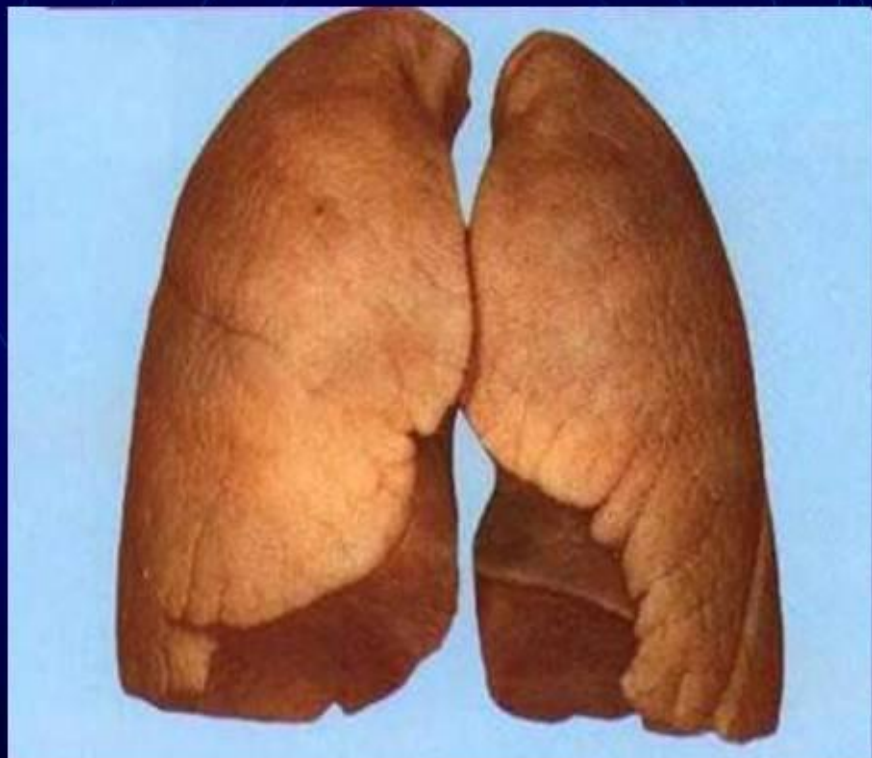




Вредные привычки



- Легкие некурящего человека



- Легкие курящего человека



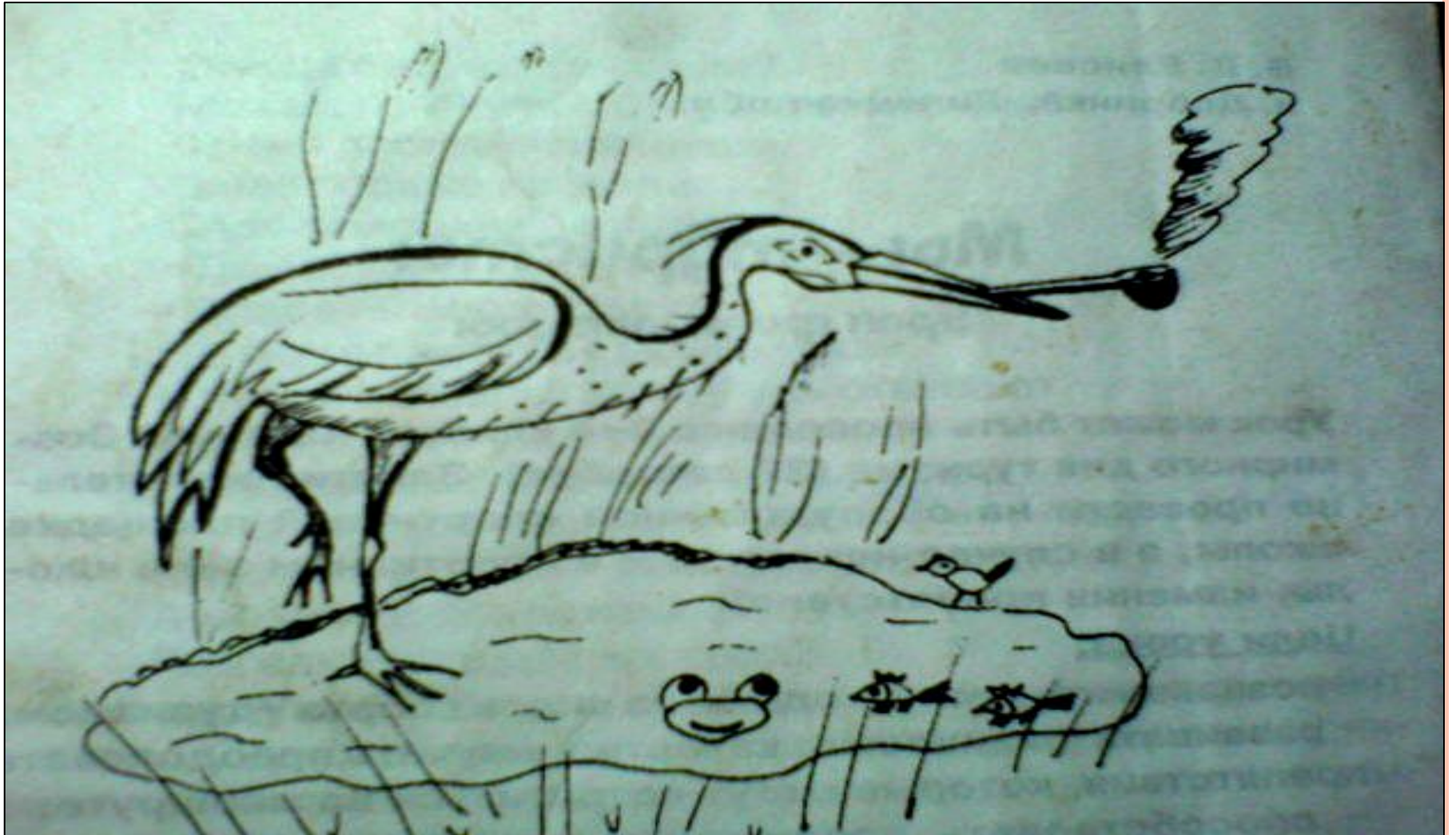
**Жила цапля на болоте
Выходила на охоту:
Свежей травки пощипать
Да лягушек погонять.**



**И могла стоять носатая
Целый день в воде, как статуя.**



**Скучно стало цапле жить
Цапля начала курить...
Выйдет цапля на болото-
Ну какая тут охота?!**



**Стал у цапли бледный вид,
И пропал вдруг аппетит!
Так курила цапля лето,
Хоть и знала: Вредно это!**



**Стало вскоре цапле плохо:
Цапля чахла, цапля сохла.
К осени бедняга сдохла...**



**А могла бы долго жить
И зачем было курить?**





**МЫ ЗА
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!**