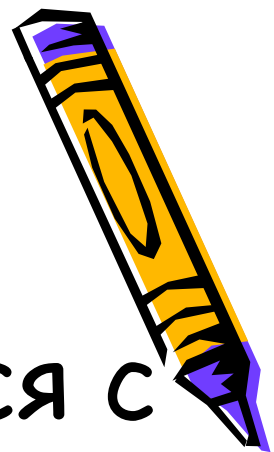




Наше здоровье в наших руках

Цель проекта: Познакомиться с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению нашего здоровья.



Задачи:

Сформировать ответственность
за своё здоровье.

Направить на здоровый образ
жизни.

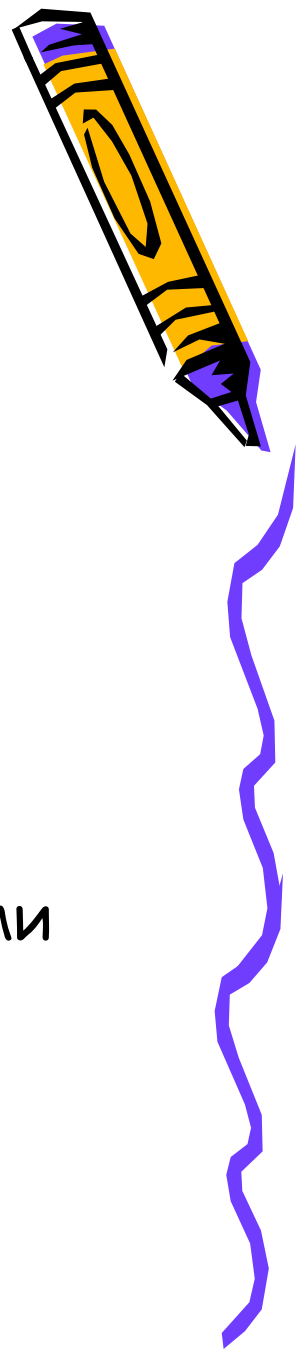


Этапы проекта:

1. выбор темы и задачи проекта;
2. выбор идеи;
3. планирование проектной деятельности;
4. реализация проекта;
5. самооценка проекта;
6. презентация проекта.



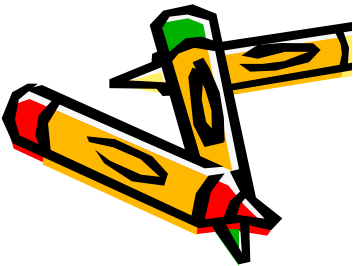
ЗОЖ - здоровый образ жизни:



- рациональное питание
- личная гигиена
- гигиена труда и отдыха
- подвижный образ жизни
- закаливание организма
- здоровый сон
- доброжелательное отношение между людьми
- охрана окружающей среды



Правила здорового образа жизни



Будешь правильно питаться – со
здоровьем будешь знаться!



Рациональное питание



Чтобы сильным, стройным быть
– надо овощи любить!



ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

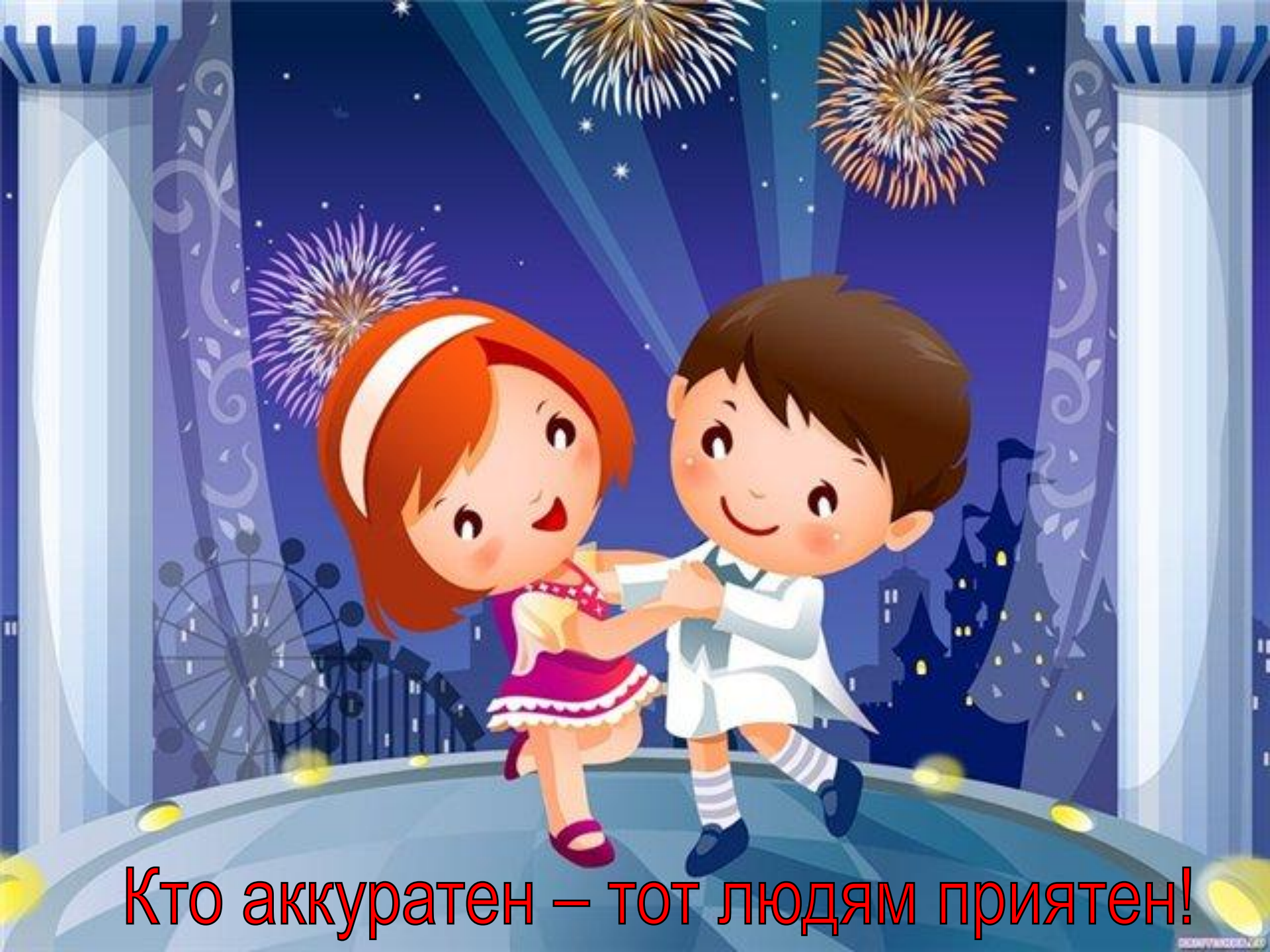


**Запомнить нужно навсегда:
залог здоровья – чистота!**



Гигиена труда и отдыха





Кто аккуратен – тот людям приятен!

Смолоду закалиться всем
пригодиться!



Двигайся больше – проживёшь
дольше!



ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ



**Здоровье - царство смеха,
Сам смех – тропа к успеху,
И все нам удастся,
когда душа смеется.**

**Больше улыбайтесь,
каждым днем вы наслаждайтесь!**

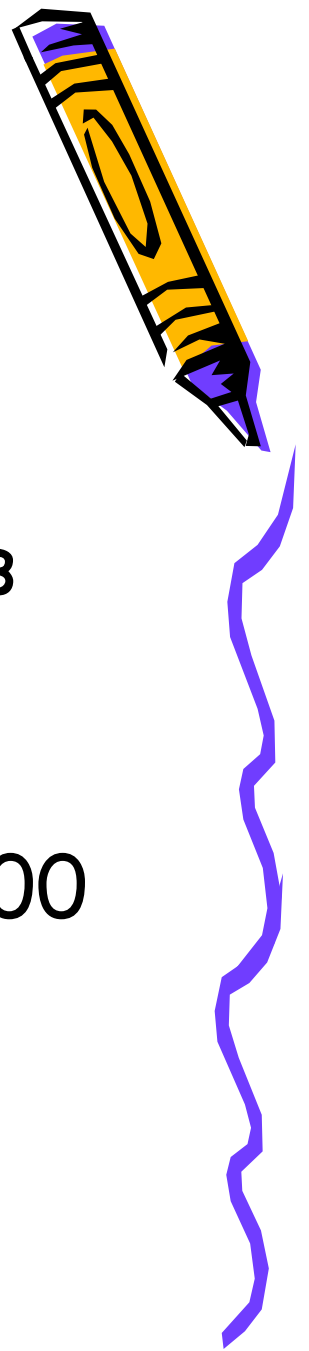
Здоровый сон!



ЛЮБИТЕ И ОХРАНЯЙТЕ ПРИРОДУ!



ВЫВОД:



- Быть здоровым в наших руках
- Только мы выбираем какой образ жизни нам вести
- Давайте будем вести здоровый образ жизни, чтобы прожить до 100 лет

