

*МОУ «Гимназия №29»
г.Саранск*

«Береги здоровье смолоду!»

Классный час

Автор: Арзамаскина Елена Геннадьевна
учитель начальных классов





ХОТИМ БЫТЬ
ЗДОРОВЫМИ!

Здоровый образ жизни





Хочу забыть, что мне совестно, - признался пьяница и повесил голову. "Да, без сомнения, взрослые очень странный народ",
- думал он, продолжал путь.



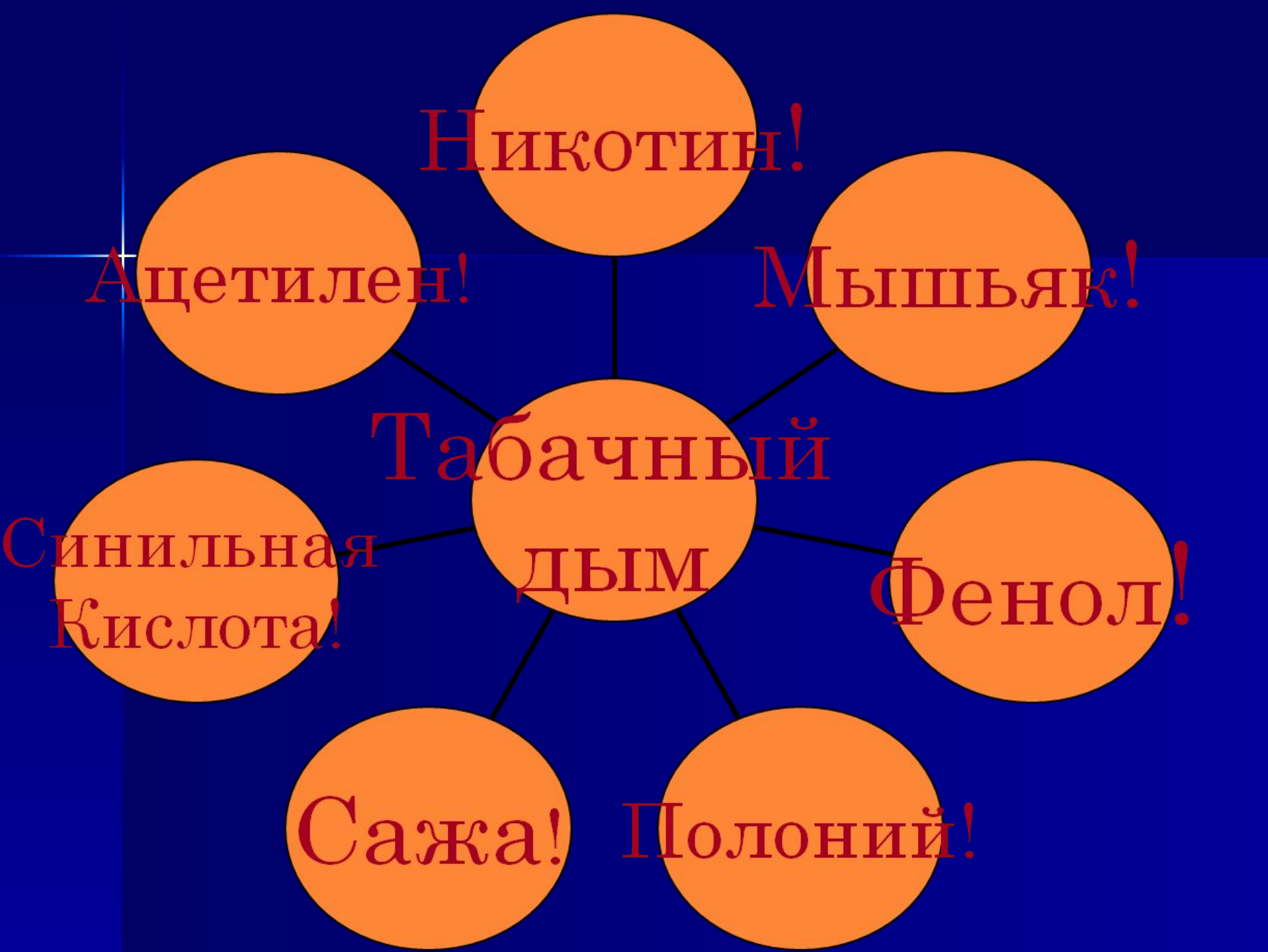
Самое важное, что должен знать ребёнок:

- Алкоголь для растущего организма – опасный яд.
- Алкоголь – враг умственной работе.
- Алкоголь и спорт абсолютно не совместимые вещи.
- Алкоголь, как правило, спутник безделья.
- Алкоголь – прямая дорога к правонарушениям.
- Алкоголь вызывает привыкание к нему, которое переходит в опаснейшую болезнь – алкоголизм

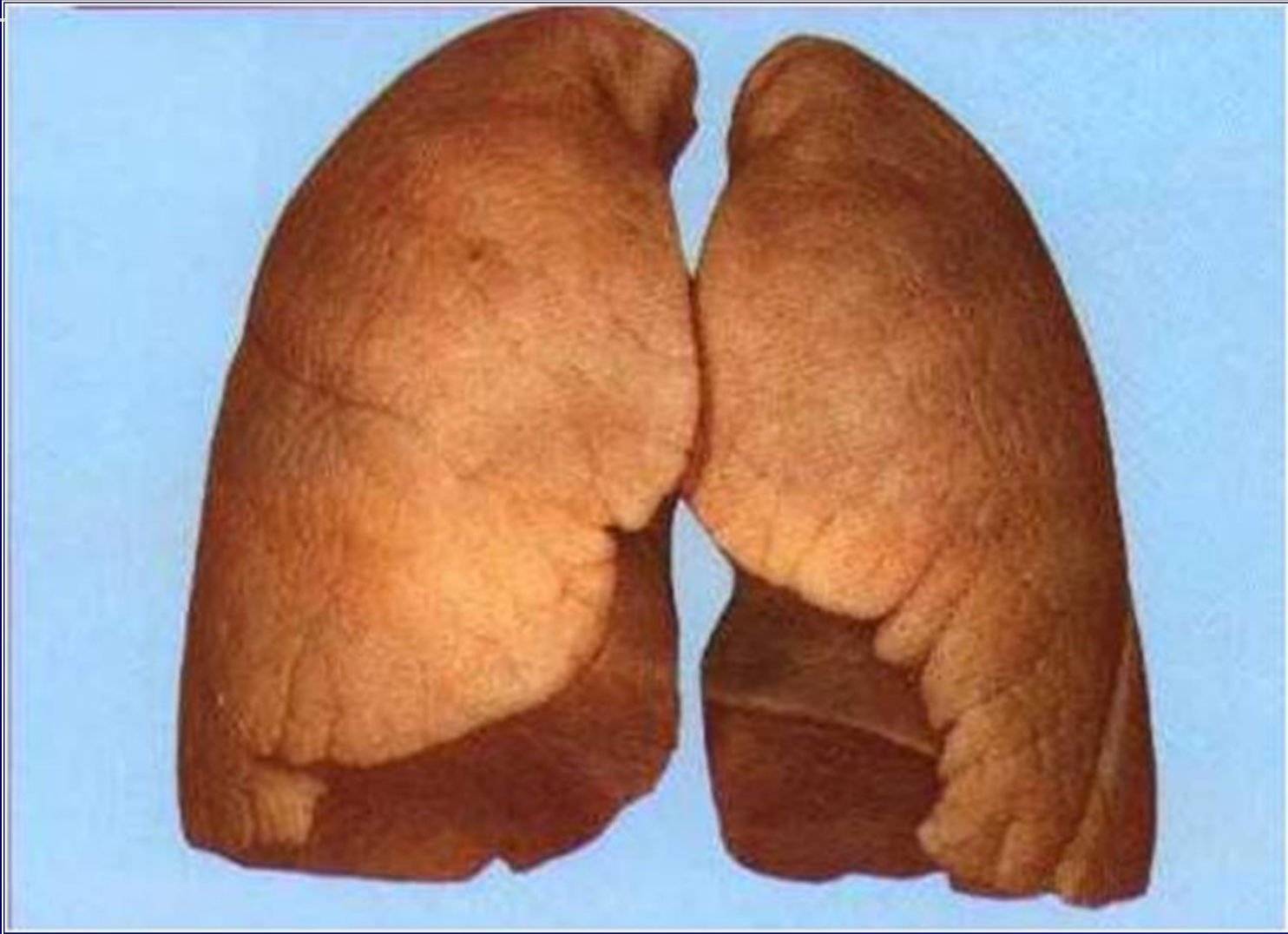




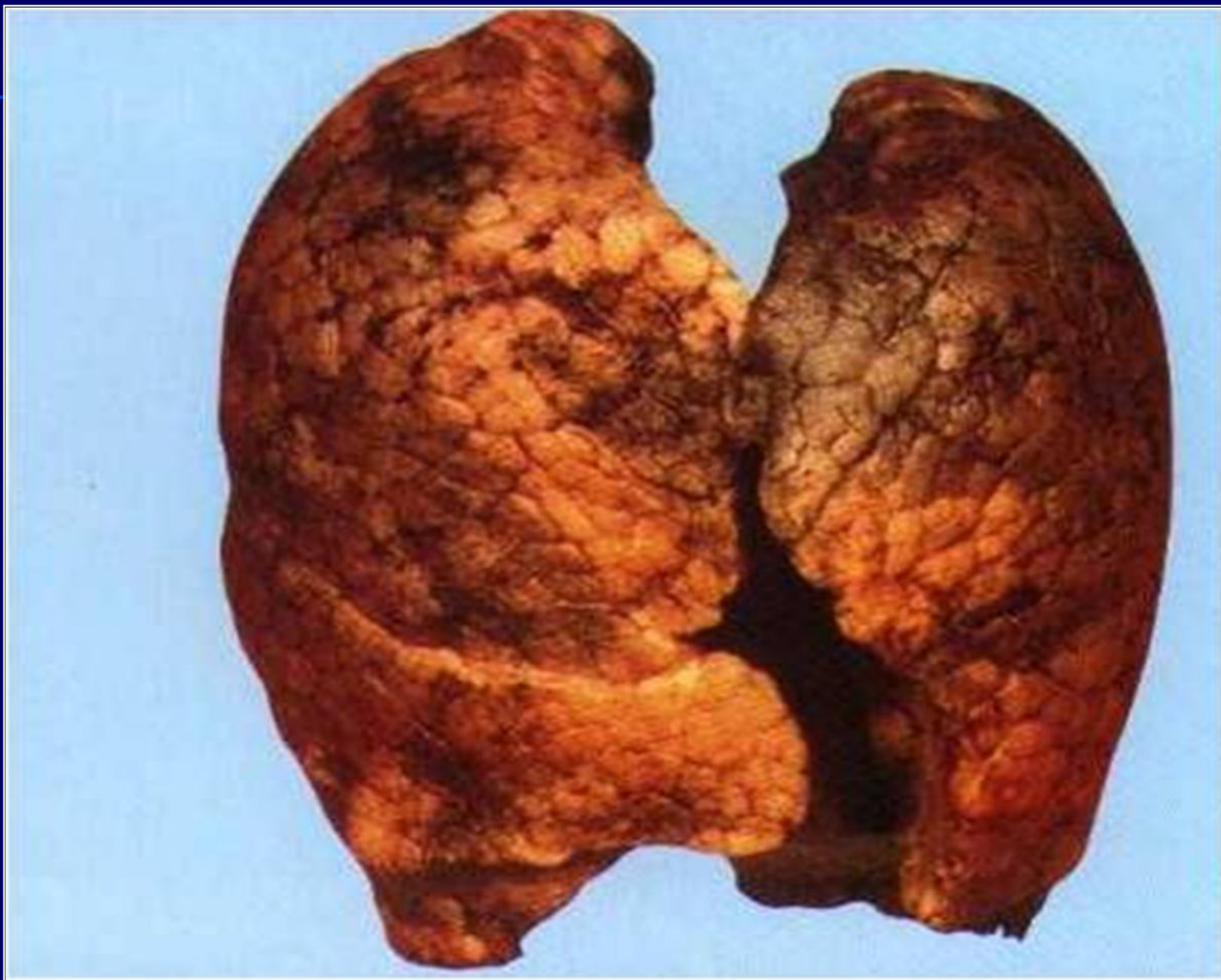




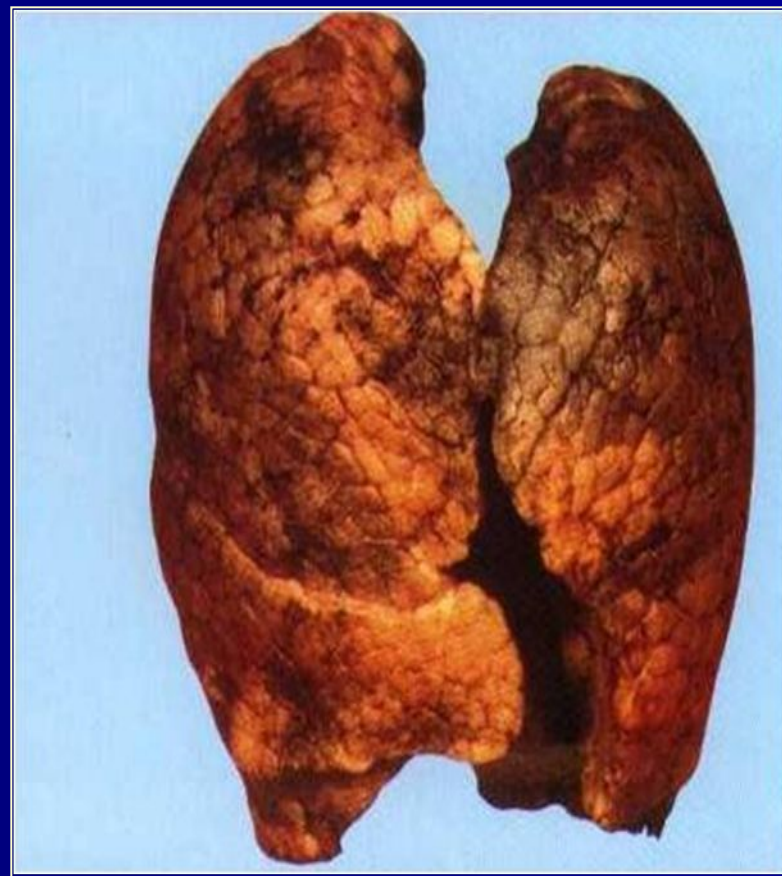
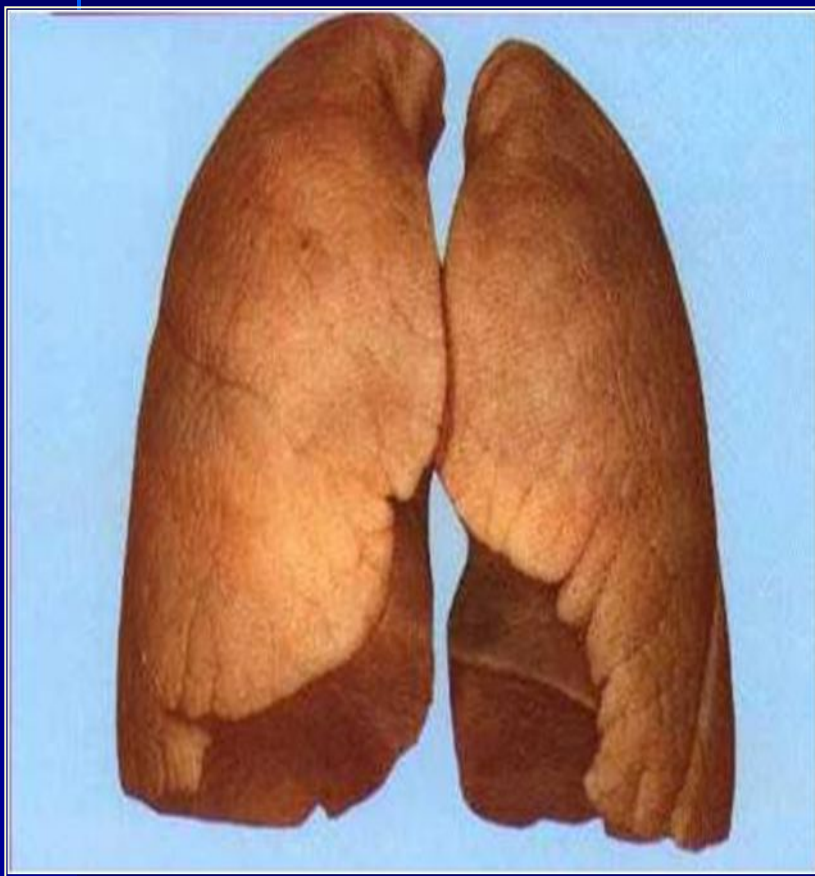
Такие лёгкие у некурящего человека



Такие – у курильщика



Сравните:



Ребята,
берегите
зрение!



**Ребята,
берегите
зрение!**



Полезные и вредные привычки



Что выбираем?

Тьму

ИЛИ

Свет



C e m



Желаю вам:

- *никогда не болеть;*
- *правильно питаться;*
 - *быть бодрыми;*
- *вершить добрые дела.*

*В общем, вести
здоровый образ жизни!*



Список используемых источников.

- http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BA%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%D0%BC%D0%B0%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%BD%D1%86%D0%B0%20%D1%8D%D0%BA%D0%B7%D1%8E%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B8&img_url=http%3A%2F%2Fs009.radikal.ru%2Fi308%2F1104%2F7f%2F3ad18ebf40fa.jpg&pos=2&rpt=simage&lr=47&noreask=1&source=wiz
- http://images.yandex.ru/yandsearch?p=2&text=%D0%BA%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D0%B9%20%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%20%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B8%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9&fp=2&pos=83&uinfo=ww-1351-wh-667-fw-1126-fh-461-pd-1&rpt=simage&img_url=http%3A%2F%2Fcs4449.userapi.com%2Fu37052453%2F118018878%2Fs_8e03e1b2.jpg