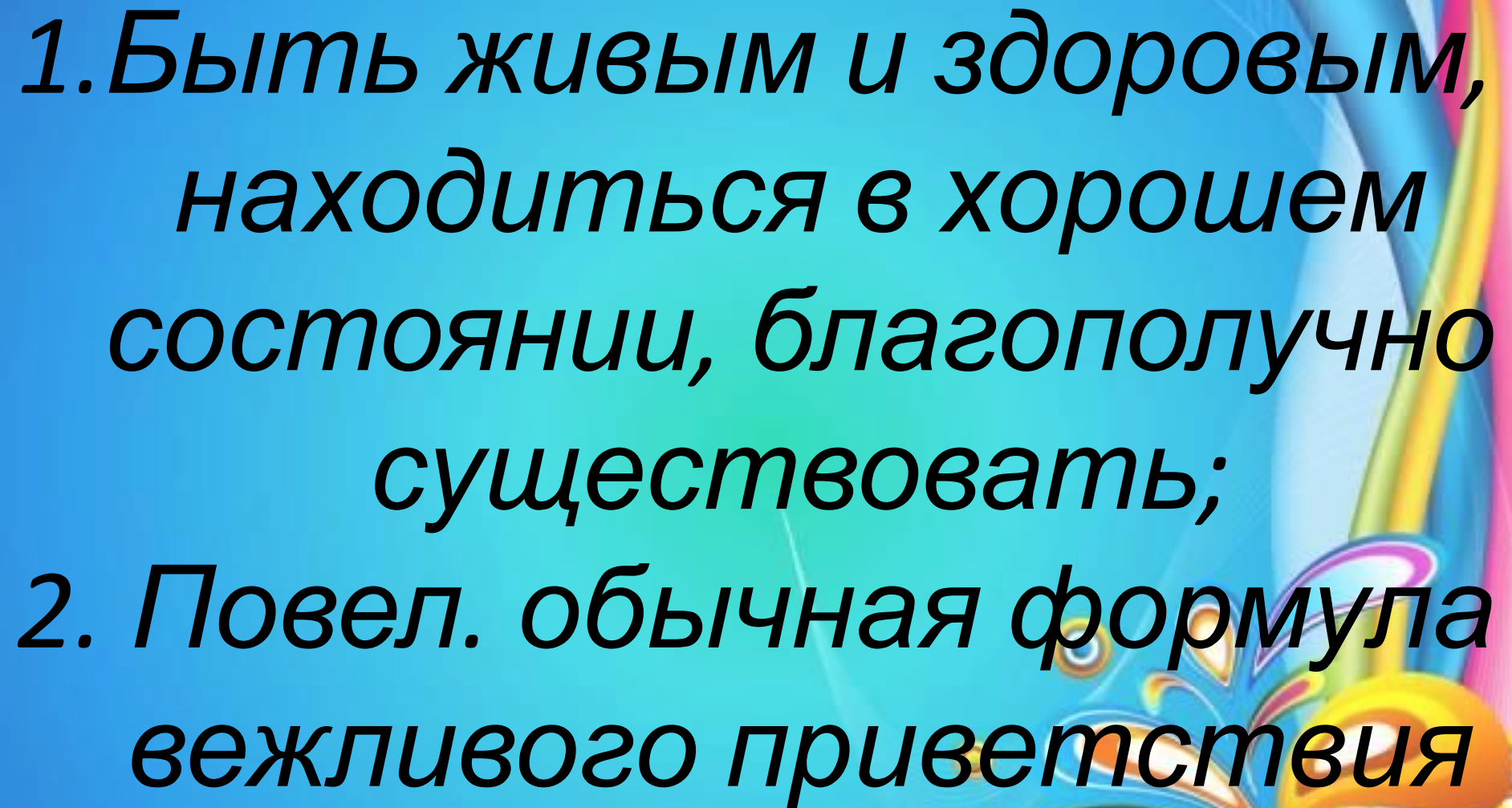


Час Здоровья



Здравствуйте!



- 
- 1. Быть живым и здоровым, находиться в хорошем состоянии, благополучно существовать;*
 - 2. Повел. обычная формула вежливого приветствия*

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ:



Сбалансированное
питание



Активный
образ жизни



Психологическое
здоровье

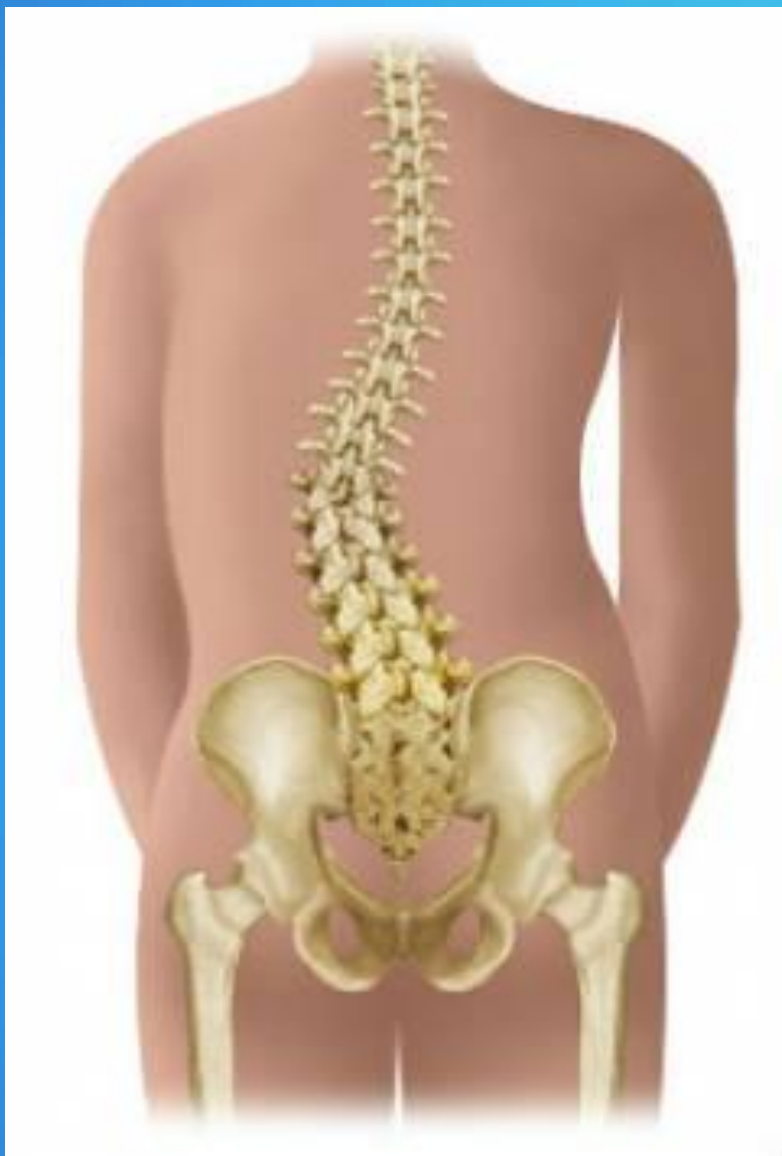


Основные

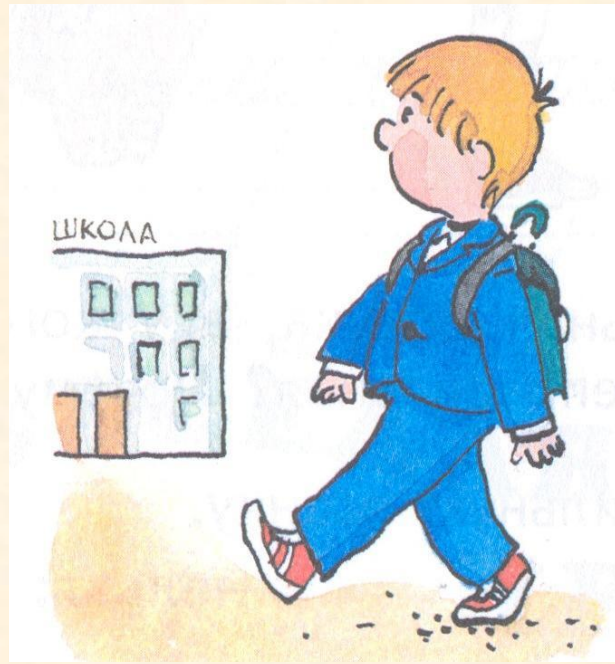
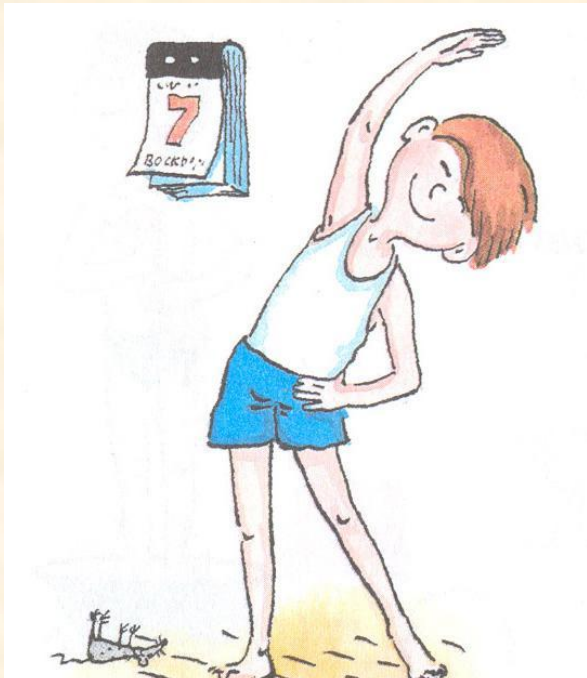
вопросы:

1. Что такое сколиоз?
2. Нарушение осанки и здоровья человека.
3. Пути решения проблемы нарушения осанки.





Сколиоз (греч. σκολιός — «кривой», лат. *scoliōsis*) — боковое искривление позвоночника у человека. Искривление может быть врождённым или приобретённым.





Физминутк

а



Правила правильной осанки!!!

1. Нужно спать на жесткой постели.
2. Нужно носить удобную одежду и обувь.
3. Нужно вести активный образ жизни.
4. Школьный рюкзак должен быть с жёсткой спинкой и не тяжёлым.
5. Правильная посадка при письме и чтении.



**СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ!**

