

«Мастерская здоровья»

Разработка урока в 4 классе

по

здоровьесбережению

Учитель начальных классов

Шуганова Фуза Хатифовна

Валеологическая модель человека

В человеке все должно быть прекрасно:

Здоровье личности



физическое



психическое



нравственное

Что определяют здоровье?

Человек

наследственность

ЭКОЛОГИЯ

**здоровая
психика**

питание



образ жизни

спорт

Здоровый образ жизни

**Здоровый образ жизни -ЭТО
КОМПЛЕКС ДЕЙСТВИЙ ВО ВСЕХ
ОСНОВНЫХ ФОРМАХ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА.**

**З
Д
О
Р
О
В
Ь
Е**

ЗАРЯДКА, ЗАКАЛИВАНИЕ

ДИЕТ

ОТДЫ

РЕЖИ

**М
ОЧКИ**

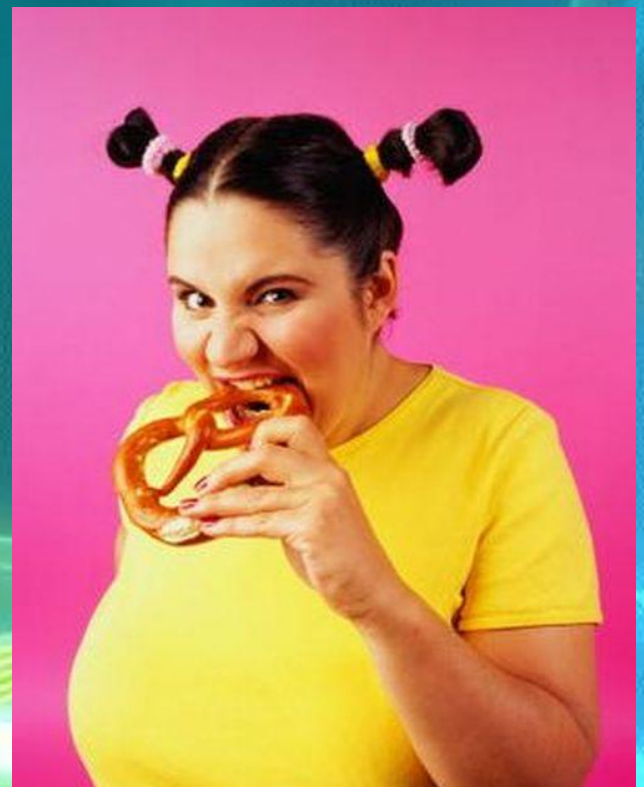
**ВИТАМИН
Ы**

ЕДА





**Я люблю покушать сытно,
Много, вкусно, аппетитно.
Ем я всё и без разбора
Потому что я обжора.**

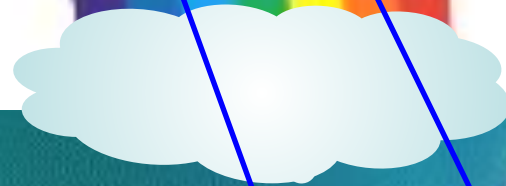


Интеллект школьника



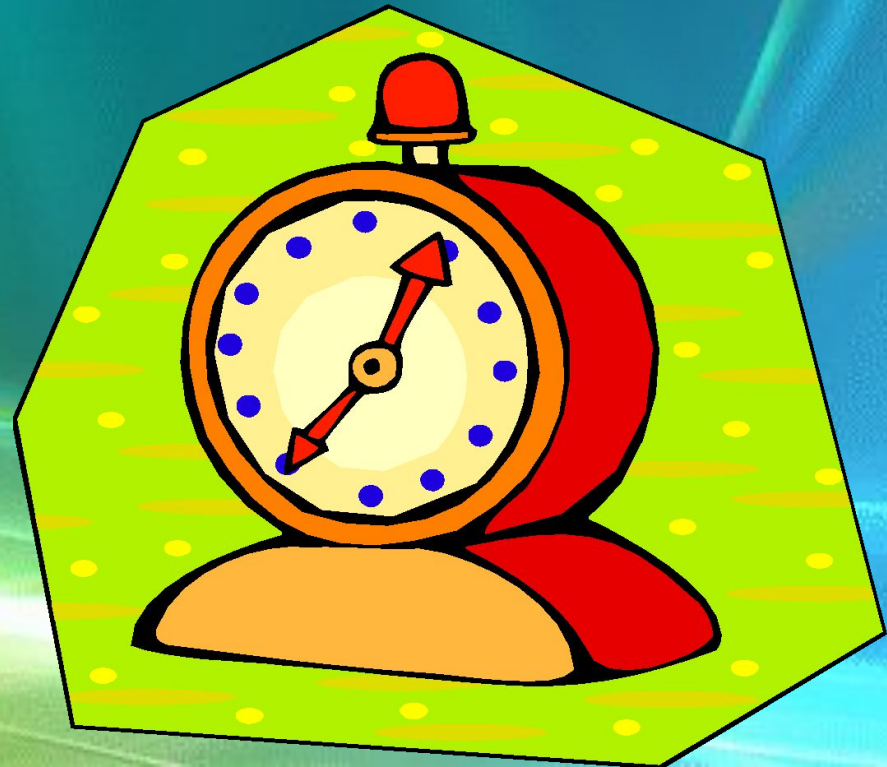
НЕЛЬЗЯ!





РЕЖИМ ДНЯ

Знай дружок, что в семь
утра,
Хватит спать, вставать
пора.
А проснувшись не лежи,
Зарядку сделай,
постель застели.





21⁰⁰



Воспитывать
означает «питать» духовно
помнить о нравственных
заповедях:

- **не лукавь**
- **не завидуй**
- **не иди на сделку со своей совестью**

«Закон вечности»

Свое тело человек в
состоянии носить сам.

А вот, чтобы он выпрямился,
нужен кто-то, кто поднимет
его душу.

Нодар Думбадзе



**БУДЬТЕ
ЗДОРОВЫ!**

