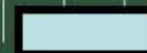
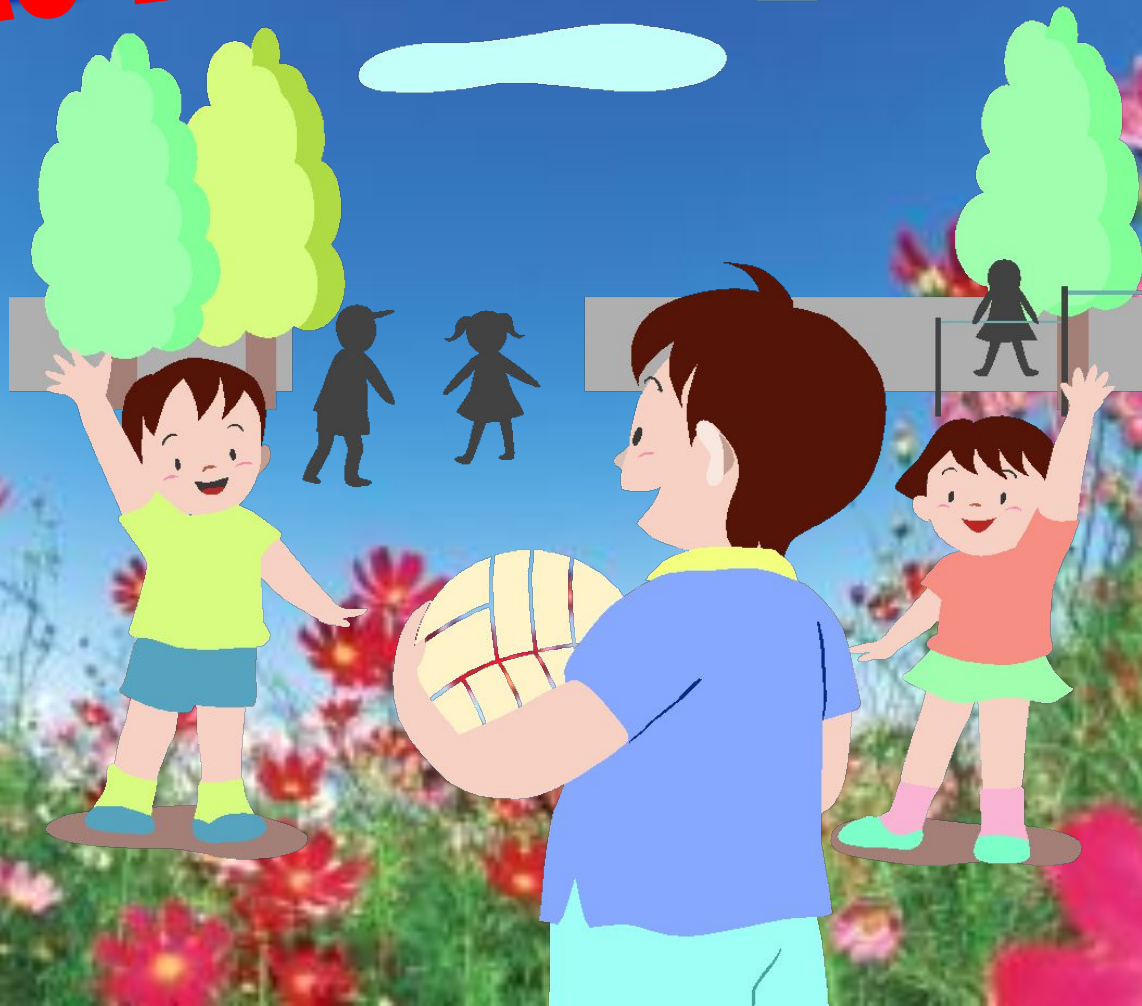


Тема: ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ «Здоровые дети - в здоровой семье» МОБУ ЦДО ЦИТ



**"Если хочешь быть здоров"**



Правильное  
питание

Соблюдение  
режима  
дня

Закаливание,  
физическая  
культура,  
зарядка

Правильная  
организация  
отдыха и  
труда

**Здоровый  
образ  
жизни**

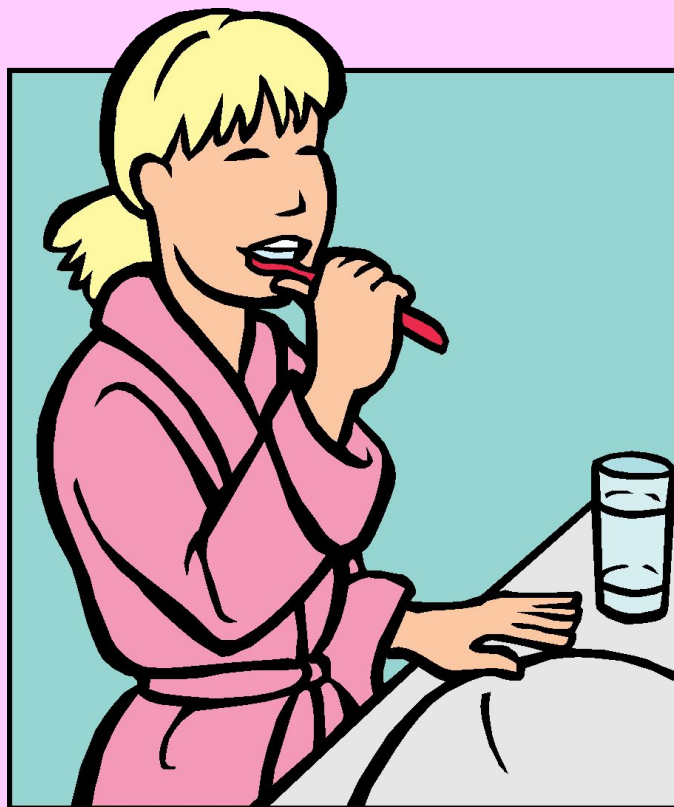
Соблюдение  
правил  
гигиены

Доброе  
отношение  
к природе,  
людям

Употребление  
Нет  
вредным  
привычкам

# Режим дня школьника

- **Учеба**
- **Отдых**
- **Труд**
- **Питание**
- **Сон**





«Дерево держится своими  
корнями, а человек пищей»



## Полезные продукты

## Неполезные продукты

капуста

"Сникерс"

морковь

шоколадные конфеты

подсолнечное масло



торты

груши

геркулес

фанта

кефир



жирное мясо

яблоки

пепси

чипсы

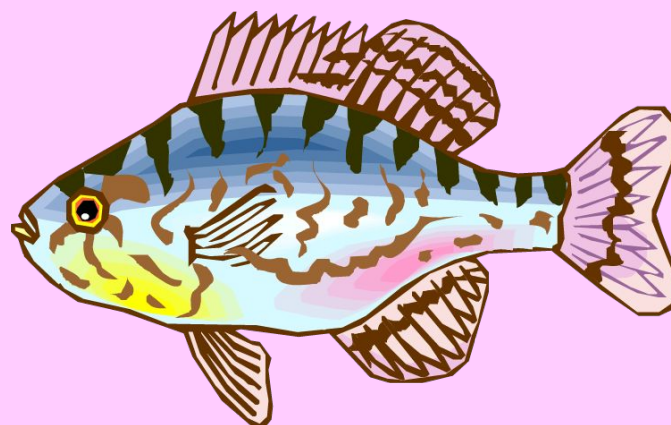
# Дают человеку энергию



МЁД

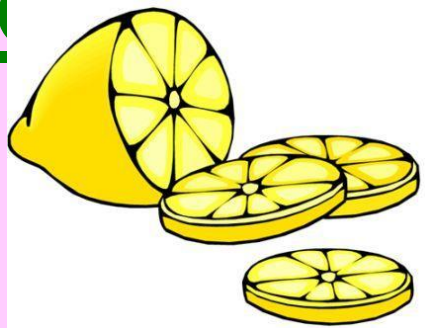


# Помогают сделать организм сильным

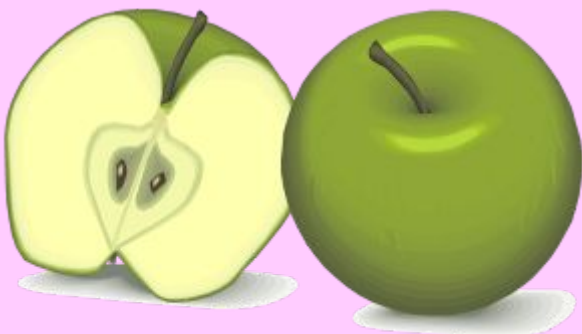




# Помогает организму расти



## Витамины



# Закаливание





# Зарядка

я здоровье сберегу,  
себя я берегу!

сам



# Соблюдение правил личной гигиены

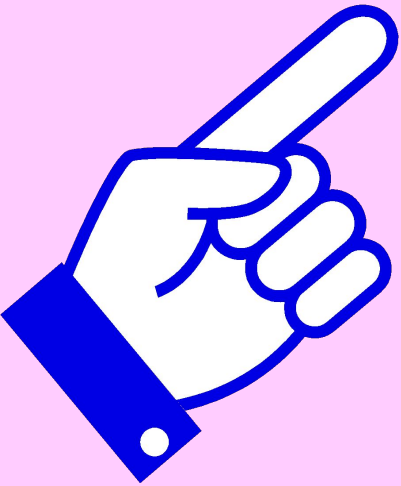
**Привитие школьникам  
навыков личной  
гигиены – залог  
сохранения и  
укрепления здоровья,  
предохранение от  
болезней.**





# Микробы!





**«От простой воды  
и мыла у микробов  
тает сила.»**



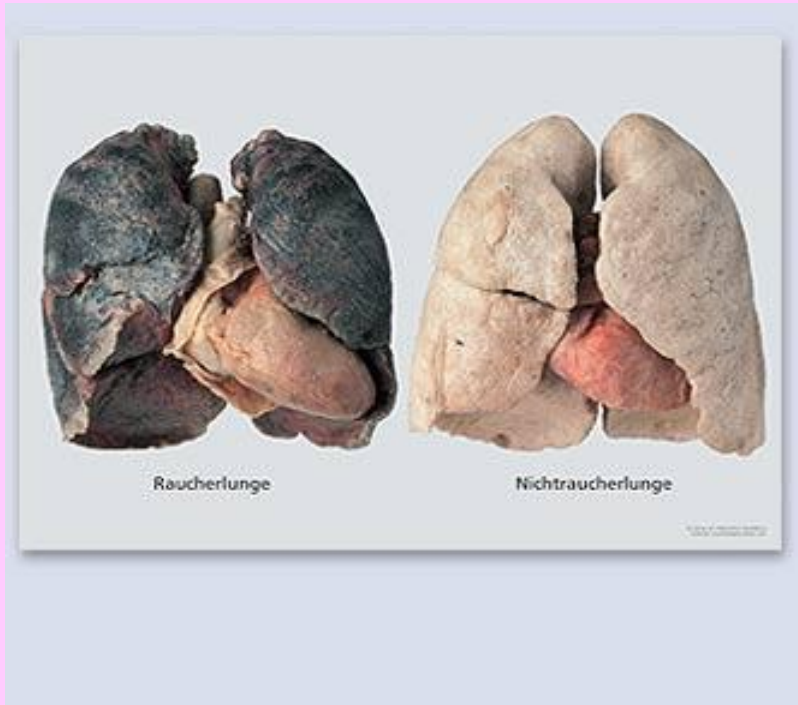
# Моем руки



# Пагубные привычки вредящие нашему здоровью



# Куриль - здорввью вредит!



# АЛКОГОЛЬ





Труд - здоровье, лень - болезнь

Слабеет тело без дела.



*Здоровье дороже*

*Болезнь человека*

*Любящий чистоту*

*Быстрого и здорового*



*будет здоровым*

*не красит*

*болезнь не догонит*

*богатства*

# Выберите слова для характеристики здорового человека:

1 - красивый

2 - сутулый

3 - толстый

4 - крепкий

5 - ловкий

6 - бледный

7 - румяный

10 - сильный

9 - стройный



8 - подтянутый

11 - неуклюжий

# Будьте здоровы!

