

**Мектептегі
денсаулық
сақтау
технологиясы**

Жалпы денсаулыққа зиянды әсер ететін факторлар.

- Дұрыс тамақтанбау.**
- Зиянды әдеттерге үйірсектік.**
- Дене белсенділігінің шектеулілігі.**

ШЫНЫҒ

кабілетін
тұрақтандыра
ды

мақсатқа жету мен
дегеніне ұмтылуын
қалыптастырады;

адамның жігерлі
кабілетін дамытады;

сергек сезінуге
көмектеседі;

у

көңіл күйді
жақсартады;

ағзаның зат
алмасу процесін
жақсартады;

жұмыс істеу
кабілетін
жоғарлатады;

**Мектептегі
денсаулық
сақтау
жаттығулары**

Көз жаттығулары



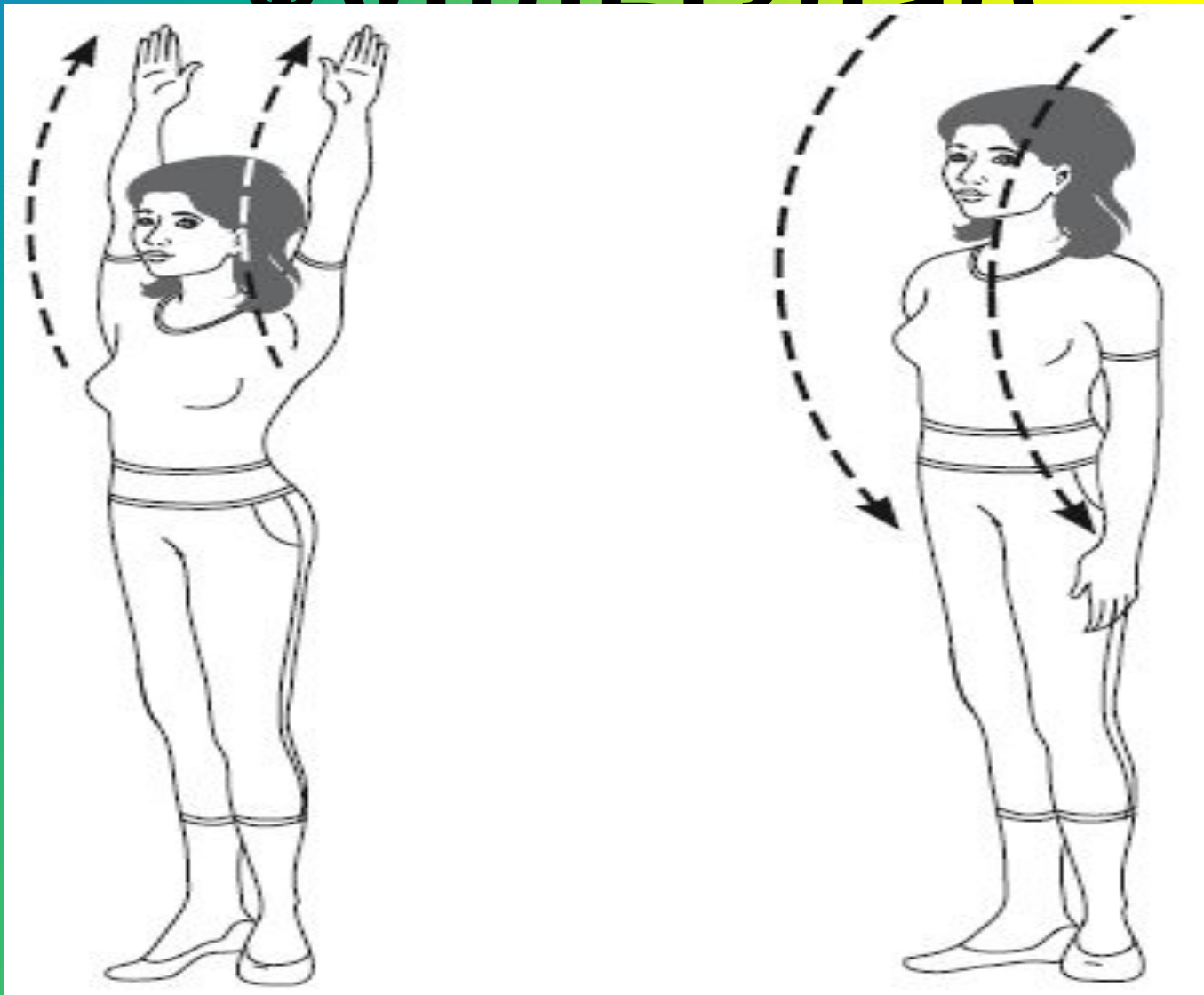
Жақ сүйегін демалту



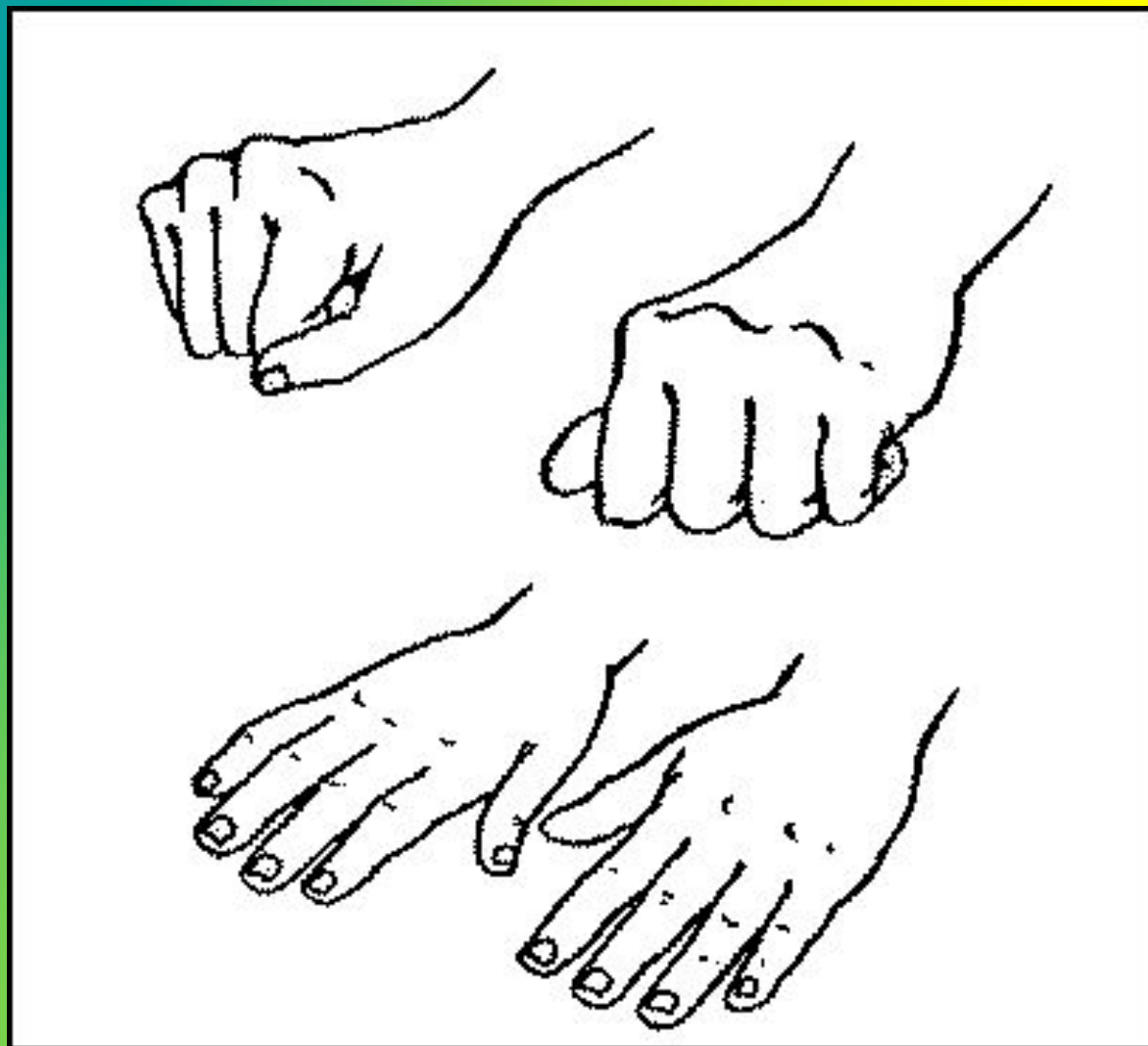
Құлақ жаттығулары



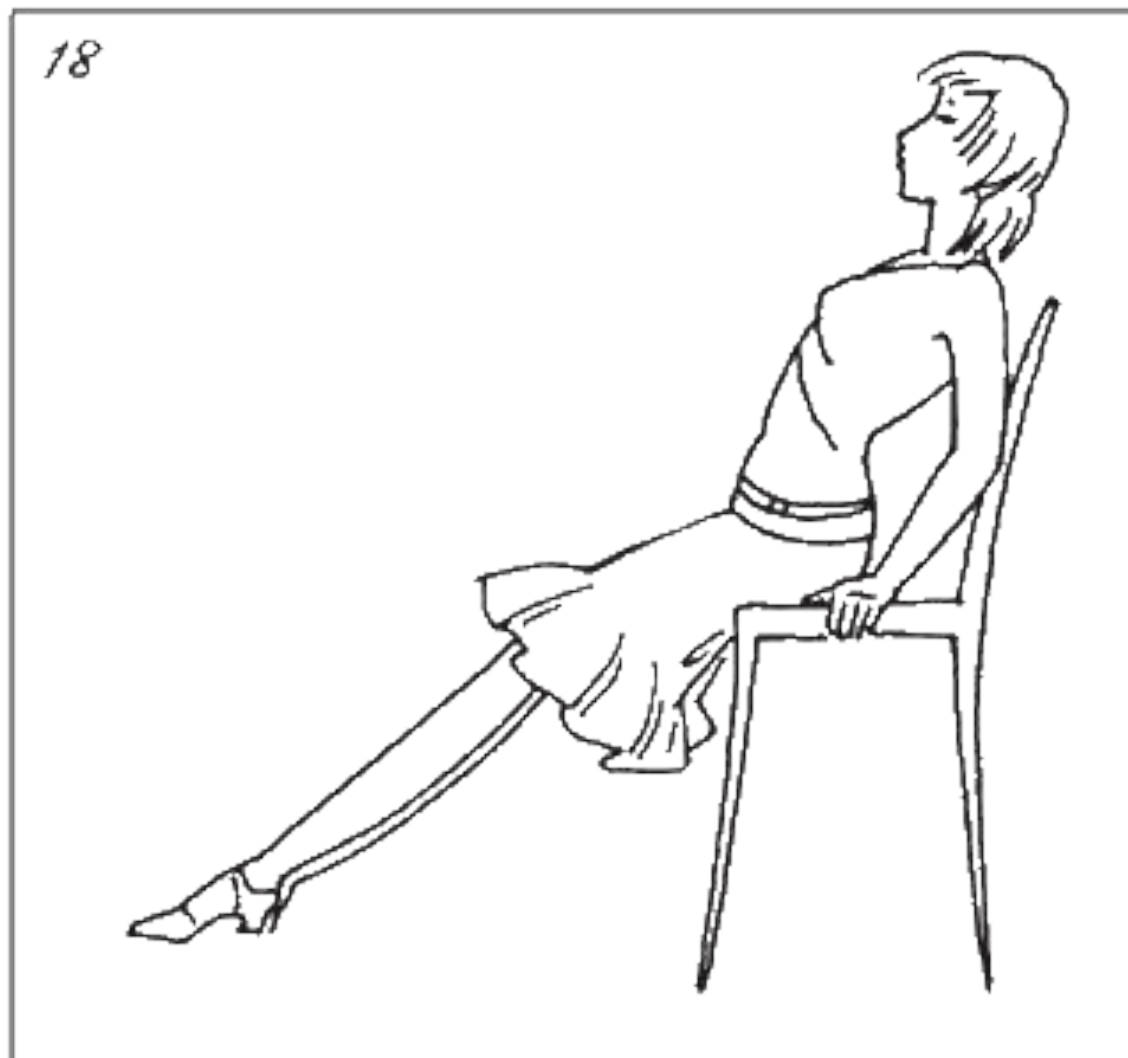
Аспандағы жұпды іздер



Мықты қолдар



Аяқ жаттығулары



**«Қыран түлегіне -қайырылмас
қанат сыйлайды,
ұстаз түлегіне - алға бастар
талап сыйлайды».**