

# *Расти здоровым*

*Всем известно и понятно,  
Что здоровым быть  
приятно.*

*Только надо знать.  
Как здоровым стать.*



Выполнил:  
ученик 6 класса МКОУ  
Круглоозёрной средней школы  
Бурий Александр  
Руководитель:  
Учитель физической культуры,  
воспитатель ГПД  
Децик Н.В.

# Цели:

- повторить условия, необходимые для жизни на Земле;
- подвести учащихся к пониманию важности здоровья для человека;
- сформировать начальные представления о том, как следует заботиться о своем здоровье;
- воспитывать ответственное отношение к своему здоровью.

# Универсальные учебные действия

## Предметные:

### Знать:

- *средства сохранения и укрепления здоровья человека (личная гигиена, режим труда и отдыха, физкультура, правила безопасного поведения в природе);*

### Уметь:

- *соблюдать режим питания, правила личной гигиены.*

# Универсальные учебные действия

## **Личностные:**

- самоконтроль и саморегулирование своего самочувствия для сохранения здоровья, осознанное выполнение режима дня.

## **Регулятивные:**

- способность соблюдать правила рационального питания и личной гигиены.

## **Познавательные:**

- установление зависимости здоровья от питания и режима дня.
- обсуждение проблемы, связанной со здоровьем детей.

## **Коммуникативные:**

- умение работать в группе и индивидуально.

**СВЕТ**  
(искусственное  
освещение)

**ЗДОРОВАЯ  
ПИЦА**

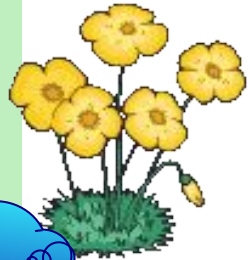
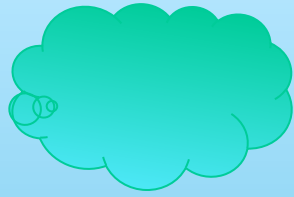
**ТЕПЛО**  
(использование  
тёплой одежды)

**ЗДОРОВЬЕ**

**СВЕЖИЙ  
ВОЗДУХ**

**ЗАНЯТИЯ  
СПОРТОМ**

**ЧИСТАЯ  
ВОДА**



СУТУЛЫЙ  
КРЕПКИЙ  
НЕУКЛЮЖИ  
И  
ВЫСОКИЙ  
ХУДОЙ

ГОРБАТЫЙ  
БЛЕДНЫЙ  
ХИЛЫЙ  
НИЗКИЙ  
ТОЛСТЫЙ

СТРОЙНЫЙ  
СИЛЬНЫЙ  
ЛОВКИЙ  
БОДРЫЙ  
ЭНЕРГИЧНЫ  
И  
ВЕСЕЛЫЙ

**ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК – ЭТО ... ЧЕЛОВЕК**

# Формула здоровья

Соблюдай

Больше

Нет вредным

Правильно

Закаляйся

Сочетай

**двигайся!**

**труд и  
отдых!**

**питайся!**

**чистоту!  
привычкам**

**!**

**КРУГЛЫЙ ГОД!**





# *Соблюдай чистоту!*



*«От простой воды и мыла  
У микробов тают силы»*



# Что же нужно делать, чтобы победить микробы?

ПОДРОБНОСТИ В ВИДЕО:



# Занимайся спортом!

*«Здоровье – это круто,  
Здоровье – это класс!  
И если вы хотите,  
То спорт – это для вас.»*



# Нет вредным привычкам!



*«Я здоровье берегу,  
Сам себе я помогу»*



**Привычка - это то, что человек  
привык делать не задумываясь,  
почему он это делает и как.**

ЧИТАТЬ ПРИ ХОРОШЕМ ОСВЕЩЕНИИ  
СИДЯ НЕ СНАЖАЯСЬ И НЕ ДАВЯСЬ  
ГРЯЗНЫМИ ПЕРЧАТКАМИ  
2 ПЕРВАЯ ДУМКА

Вредные привычки

Полезные привычки



*Всю азбуку здоровья  
нужно крепко знать  
И в жизни эти знания  
повсюду применять!*



**дороже**

**здоровье**

**золота**

**В**

**ЗДОРОВОМ**

**ТЕЛЕ**

**ЗДОРОВЫЙ**

**ДУХ**



**здоровья**

**чистота**

**залог**

**руках**

**моё**

**здоровье**

**в**

**моих**

