

АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ





Путешествие в страну «Здоровый образ жизни»

Компоненты здорового образа жизни



Станция «Спортивная»





ФИЗКУЛЬТУРА – ЭТО КЛАСС! ВСЕ ЗДОРОВЫЕ У НАС!



Физкультминутка

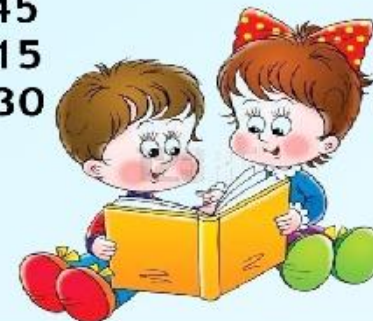


Станция «Успевай-ка»



Режим дня школьника

Подъём, зарядка	7 - 00
Гигиенические процедуры	7 - 15
Завтрак	7 - 30
Дорога в школу	7 - 50
Пребывание в школе	8 - 30
Дорога из школы	12 - 30
Обед	13 - 00
Прогулка на свежем воздухе	13 - 30
Выполнение домашних заданий	16 - 00
Полдник	17 - 00
Помощь по дому	17 - 15
Ужин	18 - 30
Свободное время	18 - 45
Подготовка ко сну	21 - 15
Сон	21 - 30





**РЕЖИМ
ДНЯ**

Пантомима «Режим дня»



Станция «Мойдодыр»

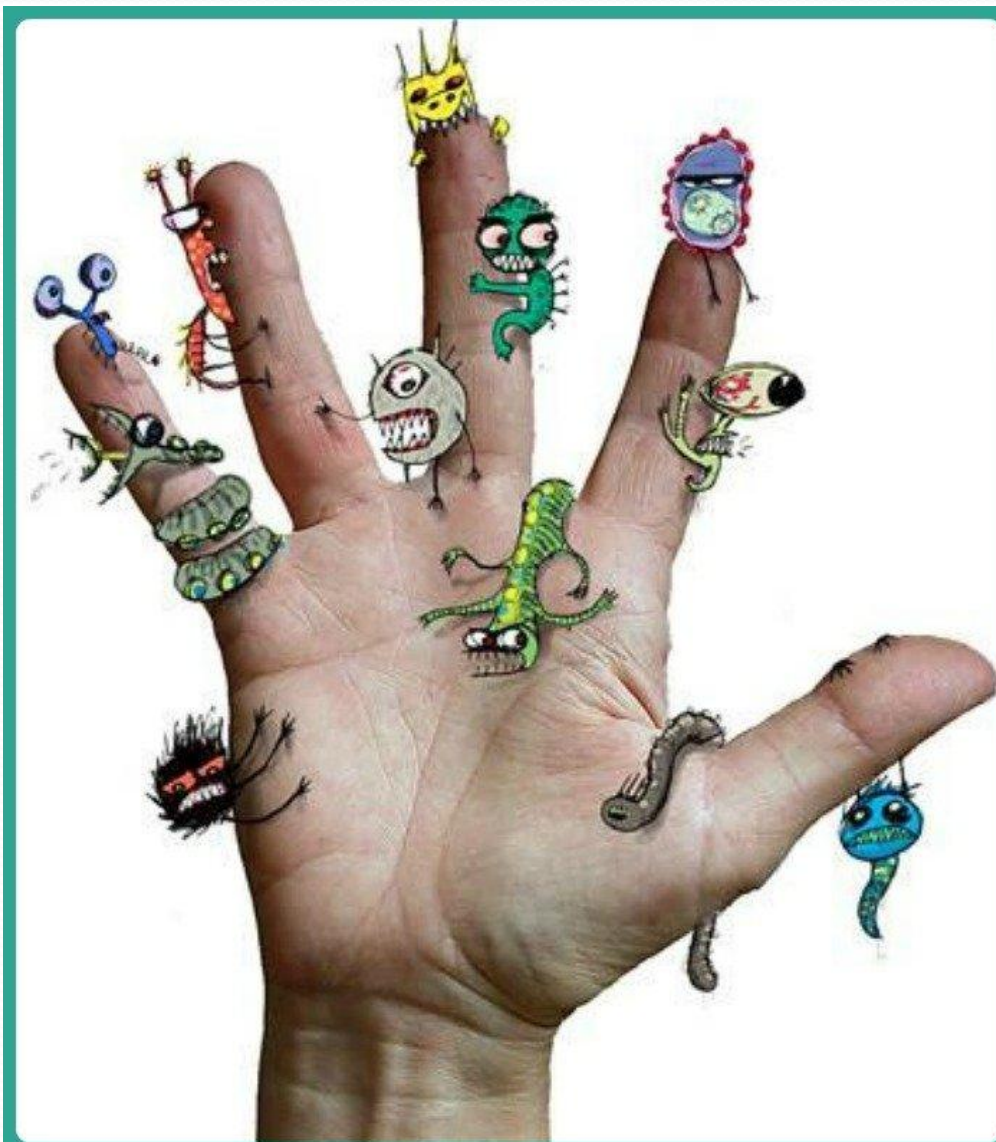


ЧИСТЫЙ



ГРЯЗНЫЙ





Чистые руки -
залог
здоровья!

Игра «Веселые загадки»



Игра «Хорошо – плохо»



Станция «Витаминная»

А

В



С

Правильное питание

овощи



молоко и молочные продукты

фрукты



соки



ягоды



мясо

хлеб



Что разрушает здоровье, что укрепляет ?



Станция «Ромашка»



*Будьте
всегда*

здоровы!

