

Учебный проект

**СОХРАНИМ СВОЁ
ЗДОРОВЬЕ – ПРОДЛИМ
СЕБЕ ЖИЗНЬ**

**Выполнили
учителя начальных
классов**

МОУ «сош № 13» г.

Балаково

Что такое здоровье человека?

Здоровье – это ...



- отсутствие болезни;
- бесценное благо;
- достояние не только каждого человека, но и всего общества;
- залог полноценной и счастливой жизни;
- физическое и психическое благополучие человека;
- состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов (Всемирная Организация Здравоохранения).

Какие факторы определяют здоровье человека?

Сохраняют здоровье:

- правильное питание;
- соблюдение режима дня;
- занятия спортом;
- закаливание;
- соблюдение правил гигиены.

Разрушают здоровье:

- переедание;
- малоподвижный образ жизни;
- курение;
- алкоголизм;
- употребление наркотических веществ.

Какие привычки носят вред организму Вредные привычки: человека?

- табакокурение;
- алкоголизм;
- наркомания.



за сохранение здоровья человека?



Поработаем над учебным проектом

Сохраним своё
здоровье – продлим
себя жизнь



В чём секрет долголетия?



Разделимся на группы:

медики

спортсмен
ы

статисты

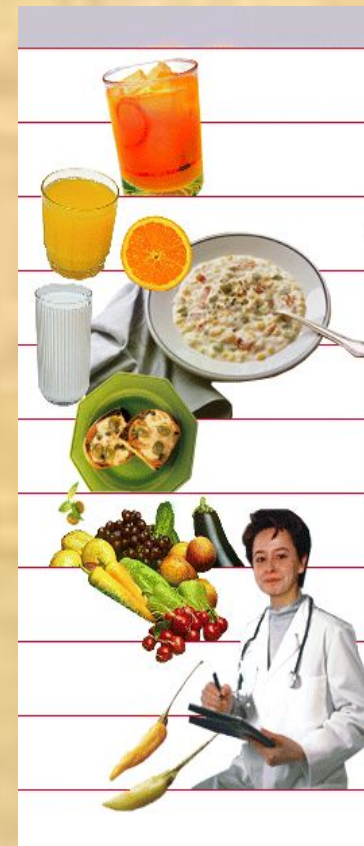
психологи



Как питание, режим дня, соблюдение личной гигиены способствуют сохранению здоровья?

План работы группы

1. Найти информацию о полезных продуктах.
2. Составить режим дня четвероклассника, сформулировать правила личной гигиены.
3. Оформить презентацию, изготовить памятку.
4. Познакомить одноклассников со своей работой.



Как занятия спортом и закаливание помогают сберечь здоровье человека?

План работы группы

1. Проанализировать, как различные виды спорта способствуют укреплению здоровья?
2. Найти информацию о правилах закаливания.
3. Изготовить буклет «Если хочешь быть здоров - закаляйся».



Как вредные привычки разрушают здоровье человека?

План работы группы

1. **Определить мотивы возникновения вредных привычек у молодых людей.**
2. **Найти информацию об опасности употребления алкоголя, никотина, наркотических веществ.**
3. **Оформить презентацию.**



Как противостоять вредным привычкам?

План работы группы

1. Выявить отношение детей и взрослых к проблемам табакокурения, алкоголизма, наркомании.
2. Определить, к каким последствиям приводят вредные привычки.
3. Дать рекомендации одноклассникам по профилактике вредных привычек.



Удачной работы!



Будьте здоровы!