

«ПИТАЕМСЯ ПРАВИЛЬНО!»

инсценированное представление
учащихся 7 класса, посещающих
драмкружок

Мы за здоровый образ жизни





Методическая тема:
*«Сохранение и укрепление
здоровья учащихся на
уроках русского языка и
литературы и во
внеурочной деятельности»*





Положительный эмоциональный фон на каждом уроке



Поход в Акбатырево

Велопоход



Турпоход



Общешкольный День здоровья



Участие в мероприятиях по ПДД



Экскурсия в Тукай - Кырлай



«Папа, мама, я - спортивная семья»



Умело сочетаем труд и отдых





Катаемся на коньках и на лыжах

Выступление драмкружка

«Бал Барсика и Мурки»



«Сказка про Машу и Митю»

инсценировка по ПДД



«Сказка о глупом мышонке на спортивный лад»





Здоровая пища

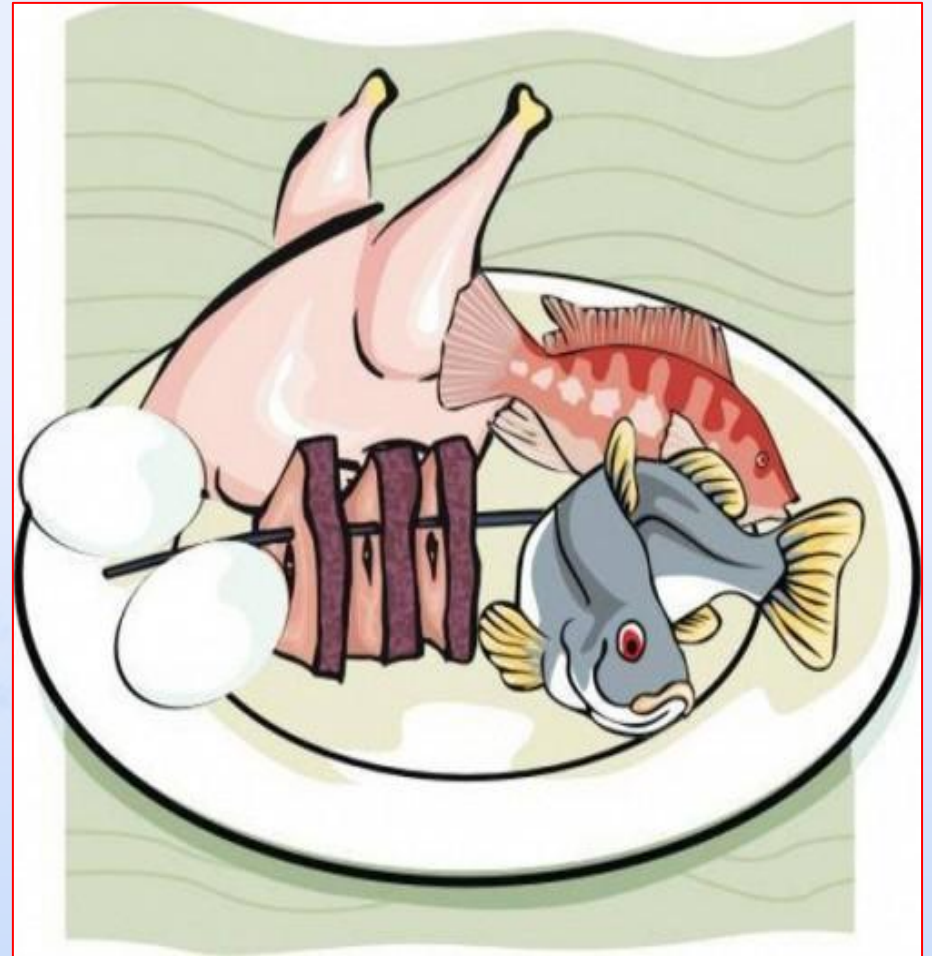
Белки

Прораб на стройке
организма

Белок – основа нашей
жизни.

Он отличает всё
живое,

И создает нас, и
строит!





Жиры

Хотите улыбаться чаще,
Добрее быть, дружить с
удачей?

Так о жирах не забывайте.

Умело их употребляйте!

Запомнить правило
несложно:

Умеренность всегда
поможет!



Углевод – источник энергии



Витамины





ВИТАМИНЫ



РОСТ **ЗРЕНИЕ**

КРЕПКИЕ ЗУБЫ

СИЛА **АППЕТИТ**

ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ

БОДРОСТЬ

НЕТ ПРОСТУДЕ

ВИТАМИН



Расскажу Вам не тая,
Как полезен я, друзья!
Я морковке и томате,
В тыкве, в персике, в салате.
Съешь меня – и подрастешь,
Будешь ты во всем хорош!
Помни истину простую:
Лучше видит только тот,
Кто жует морковь сырую
Или пьет морковный сок!



ЖИРЫ, МАСЛА И СЛАДОСТИ

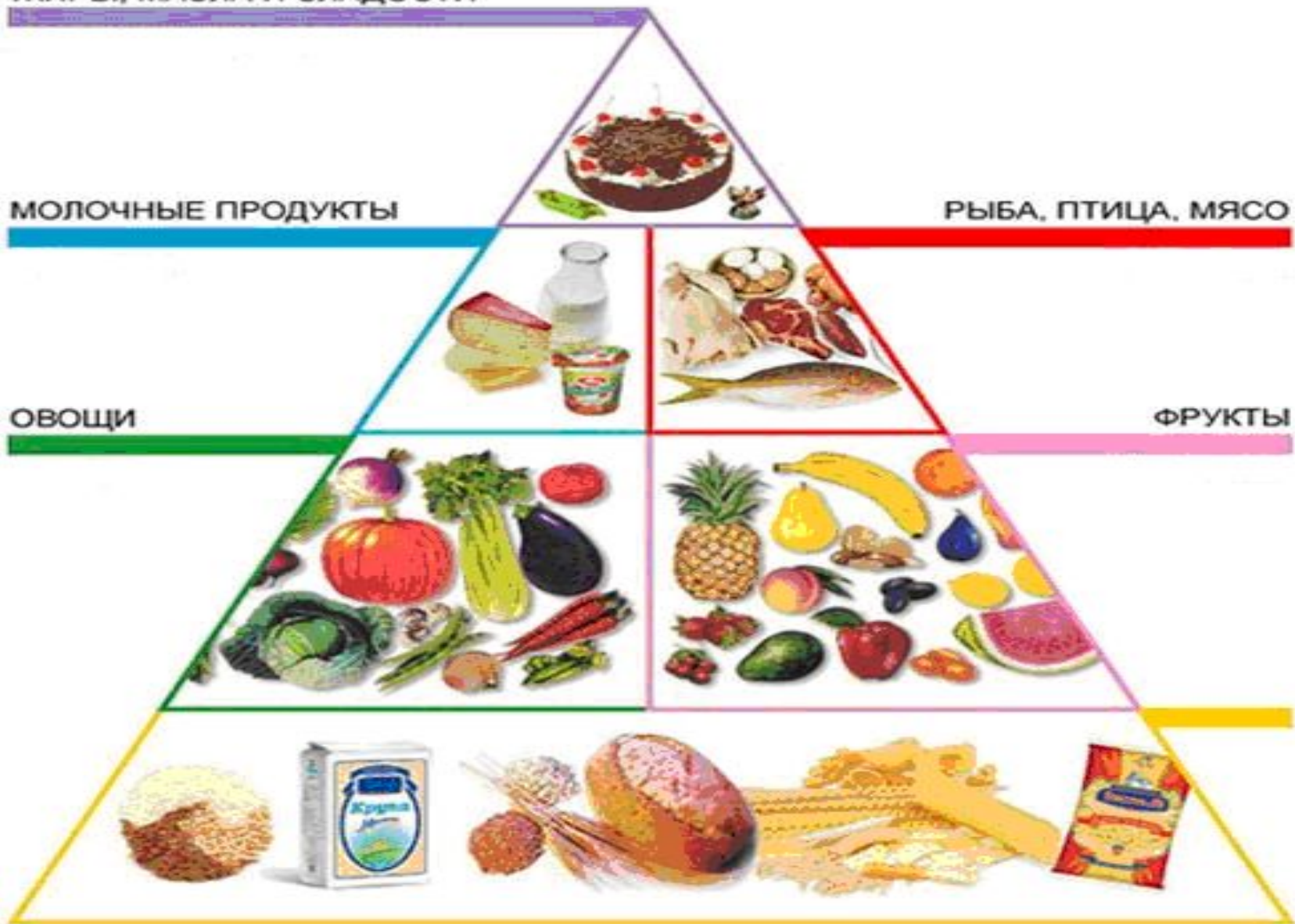
МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

РЫБА, ПТИЦА, МЯСО

ОВОЩИ

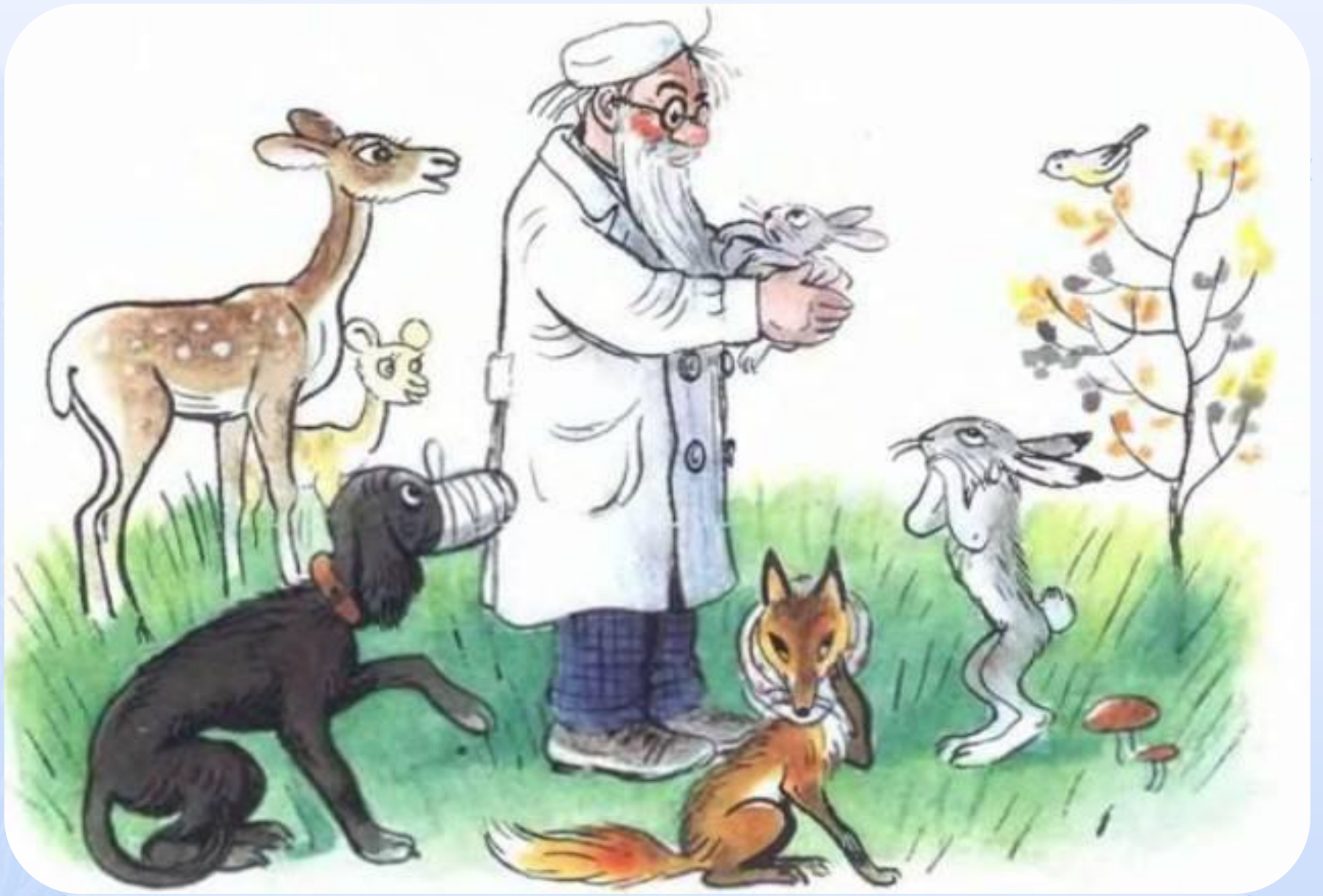
ФРУКТЫ

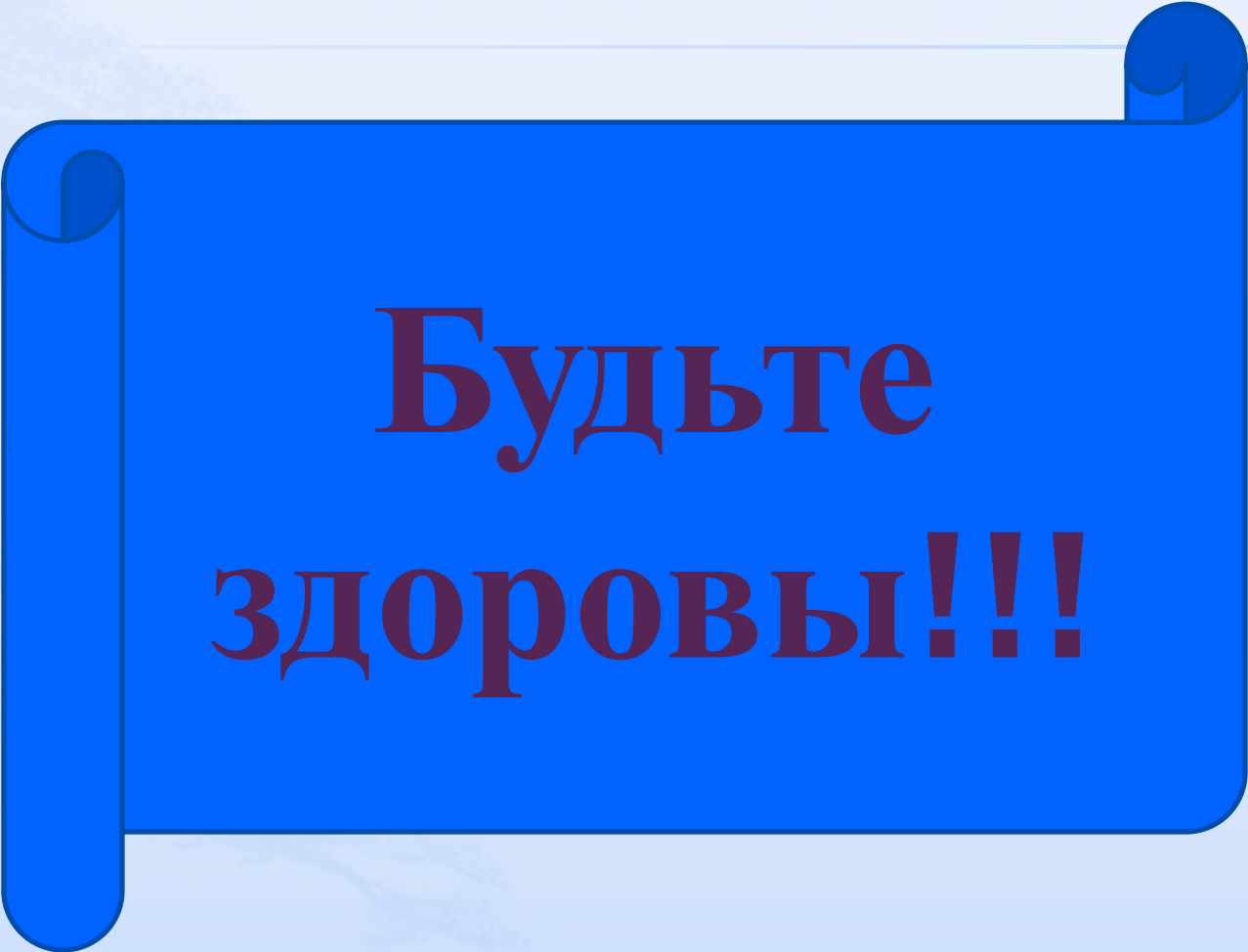
ХЛЕБ, МАКАРОНЫ, КРУПЫ











**Будьте
здоровы!!!**