
ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ – ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК

РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ

Здоровье - это

**Состояние полного
физического, психического и
социального благополучия, а не
просто отсутствие болезней или
физических дефектов**

**(по определению Всемирной
организации здравоохранения)**

ПОСЛОВИЦЫ О ЗДОРОВЬЕ

В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ...

...ЗДОРОВЫЙ ДУХ

ДЕРЖИ ГОЛОВУ В
ХОЛОДЕ,...

...А НОГИ - В ТЕПЛЕ

ВСЯКОЕ ДЕЛО ПОПРАВИМО, ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК...

...ЗДОРОВ

ЗАБОЛЕЛ ЖИВОТ, ДЕРЖИ...

...ПУСТЫМ РОТ

ЗЕМЛЮ СУШИТ ЗНОЙ, А ЧЕЛОВЕКА - ...

...БОЛЕЗНЬ

К СЛАБОМУ И БОЛЕЗНЬ...

...ПРИСТАЕТ

Здоровье зависит от следующих факторов:

**50%-образа жизни,
20%-наследственности,
20%-экологической обстановки,
10%-здравоохранения.**

Основные составляющие здорового образа жизни:

- Отказ от вредных пристрастий
- Оптимальный двигательный режим
- Рациональное питание
- Закаливание
- Личная гигиена
- Положительные эмоции

РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ



**Будешь правильно питаться –
со здоровьем будешь знать!**

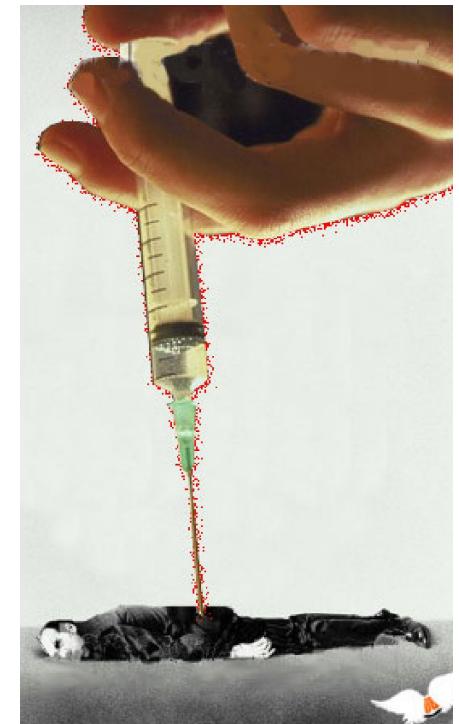
ОПТИМАЛЬНЫЙ ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ



**Чтоб сильным и здоровым быть,
в спортивный зал надо ходить!**



ОТКАЗ ОТ ВРЕДНЫХ ПРИСТРАСТИЙ



**Вредные привычки
пусть горят, как спички!**

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА



**Запомнить нужно навсегда:
залог здоровья – чистота!**

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ



**Здоровье - царство смеха,
Сам смех – тропа к успеху,
И все нам удается,
когда душа смеется.**

**Больше улыбайтесь,
каждым днем вы наслаждайтесь!**

ДОРОГИЕ МАМЫ И ПАПЫ!

Любите своего ребёнка!

Любите любым: неталантливым, неудачным.

**Общаясь с ним, радуйтесь, потому что
ребёнок - это праздник,
который
пока с Вами!**



Будьте здоровы !!!