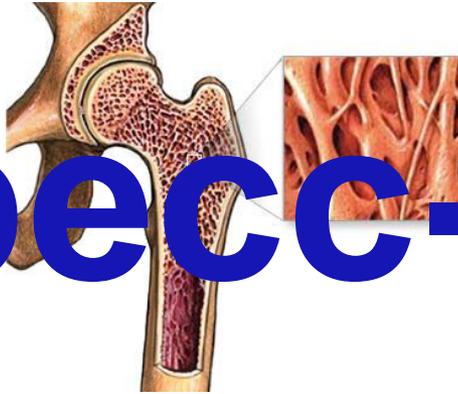
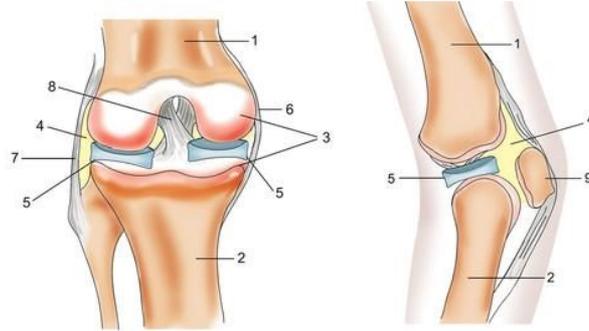
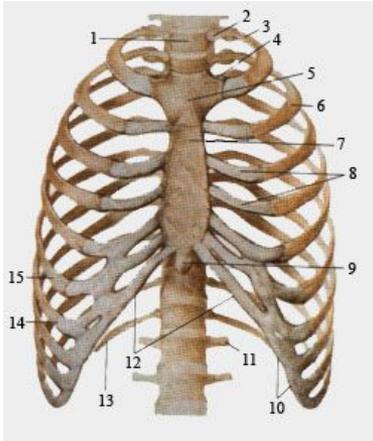




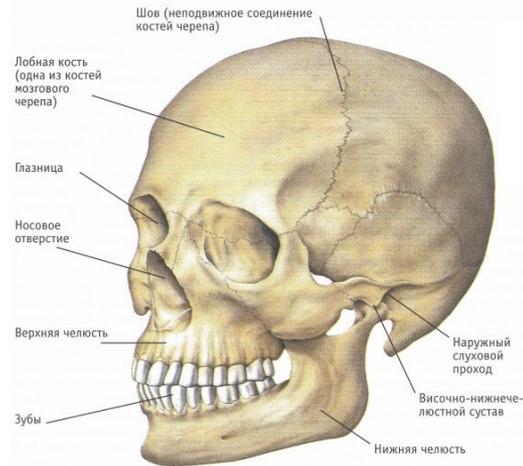
# Тема: «Мышцы и движение!»

Французский врач  
Симон Андре Тиссо *300*  
лет назад говорил:  
«Движение может по  
своему действию  
заменить любое  
лечебное средство, но  
все лечебные средства  
мира не могут заменить  
действия движения.»





# Экспресс-опрос



Кости правой стопы: вид сбоку



1 П О З В О Н О Ч Н И К

2 П Р Е Д П Л Е Ч Ь Е

3 Б Е Д Р О

4 Р Е Б Р О

5 Л О П А Т К А

6 С У С Т А В

Г О Л Е Н Ь

7 П Л Е Ч О

8



**З** - зарядка, закаливание, зубной врач

**Д** - диета

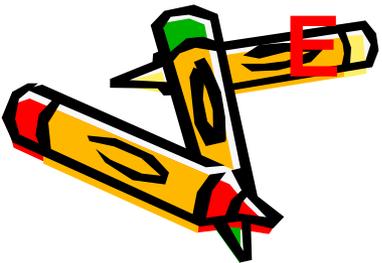
**О** - отдых

**Р** - режим, расческа, ракетка

**О** - отдых

**В** - вода, витамины, врач

**Ь**  
**Е** - еда





Здоровье дороже богатства.

Ум да здоровье всего дороже.

В здоровом теле здоровый дух.

Чистота — залог здоровья.

Здоровому врач не нужен.

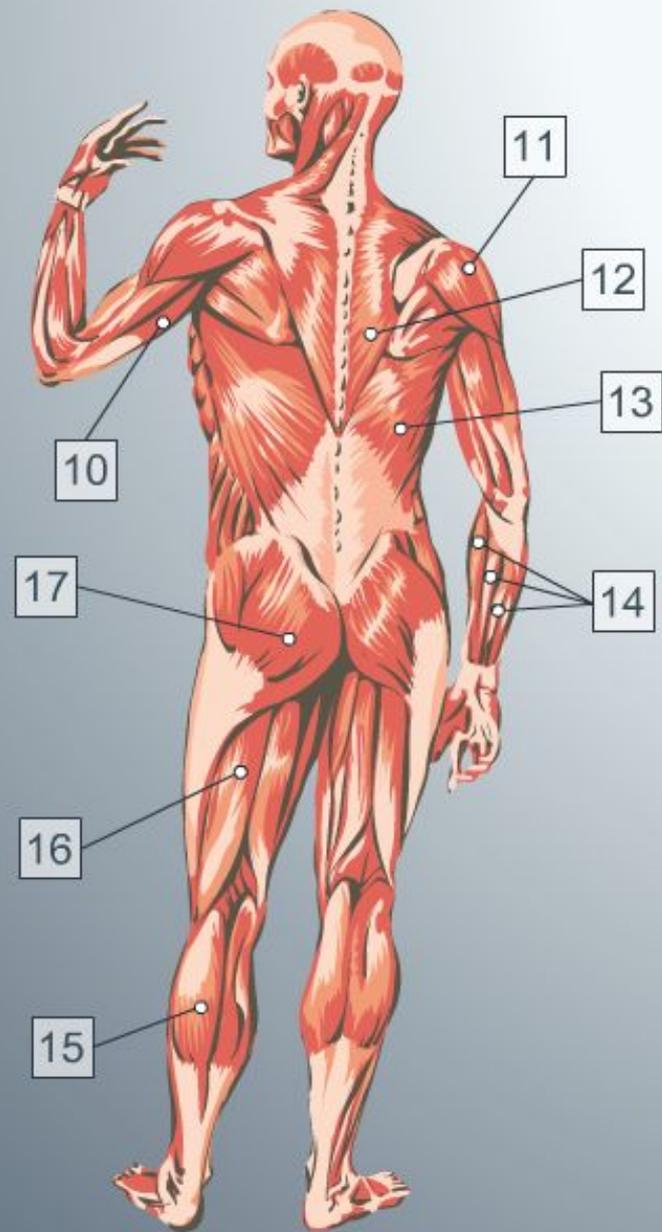
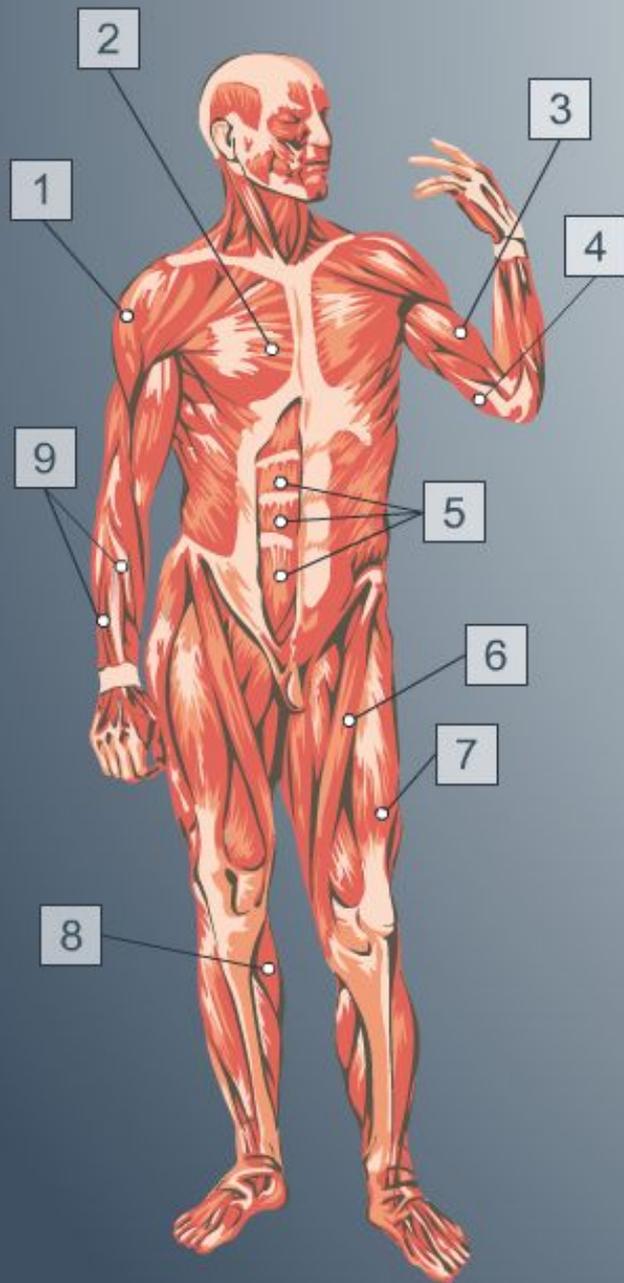
Курить — здоровью вредить.

Здоровье сгубишь — новое не купишь.

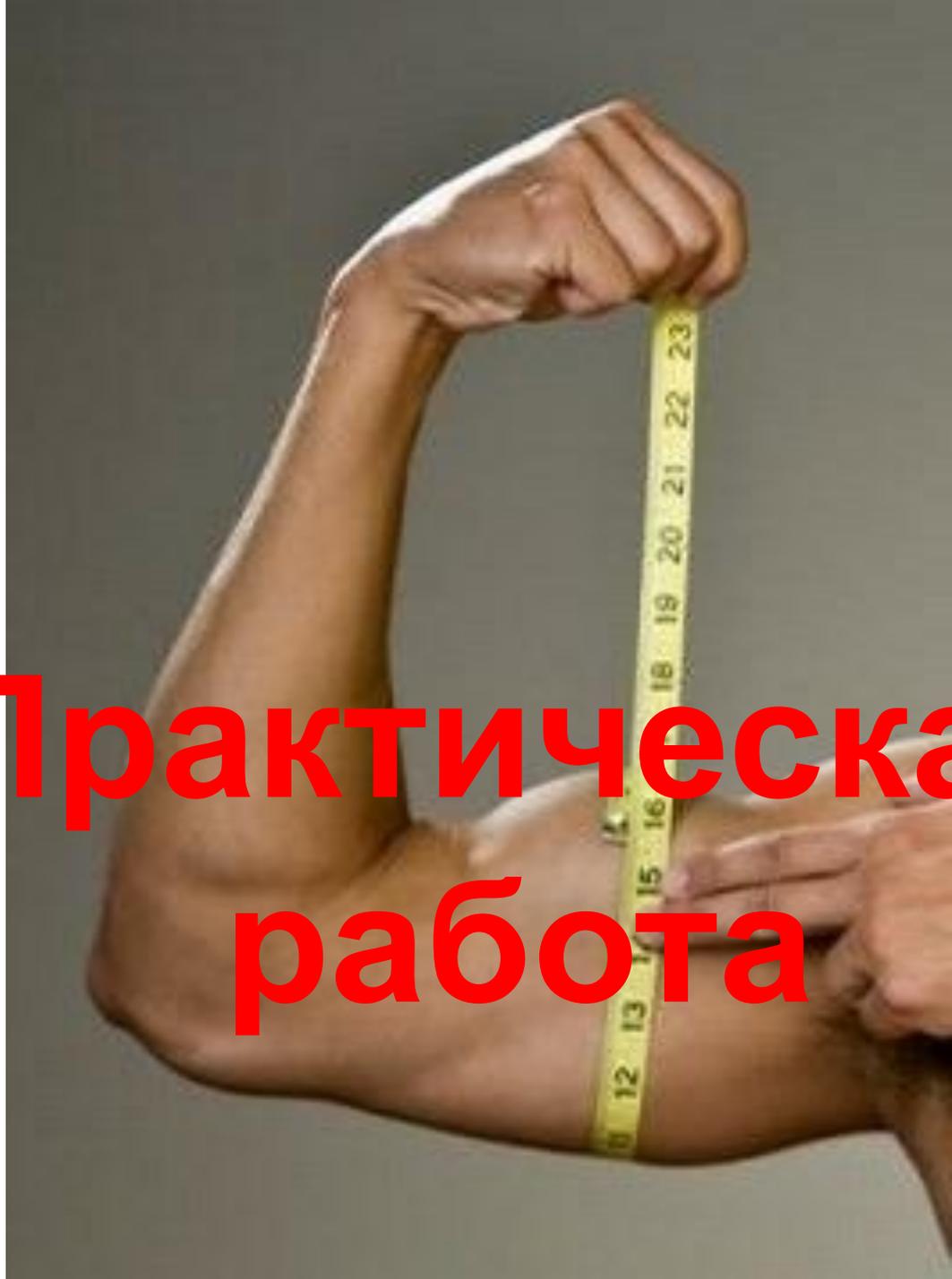


РЕНТГЕН

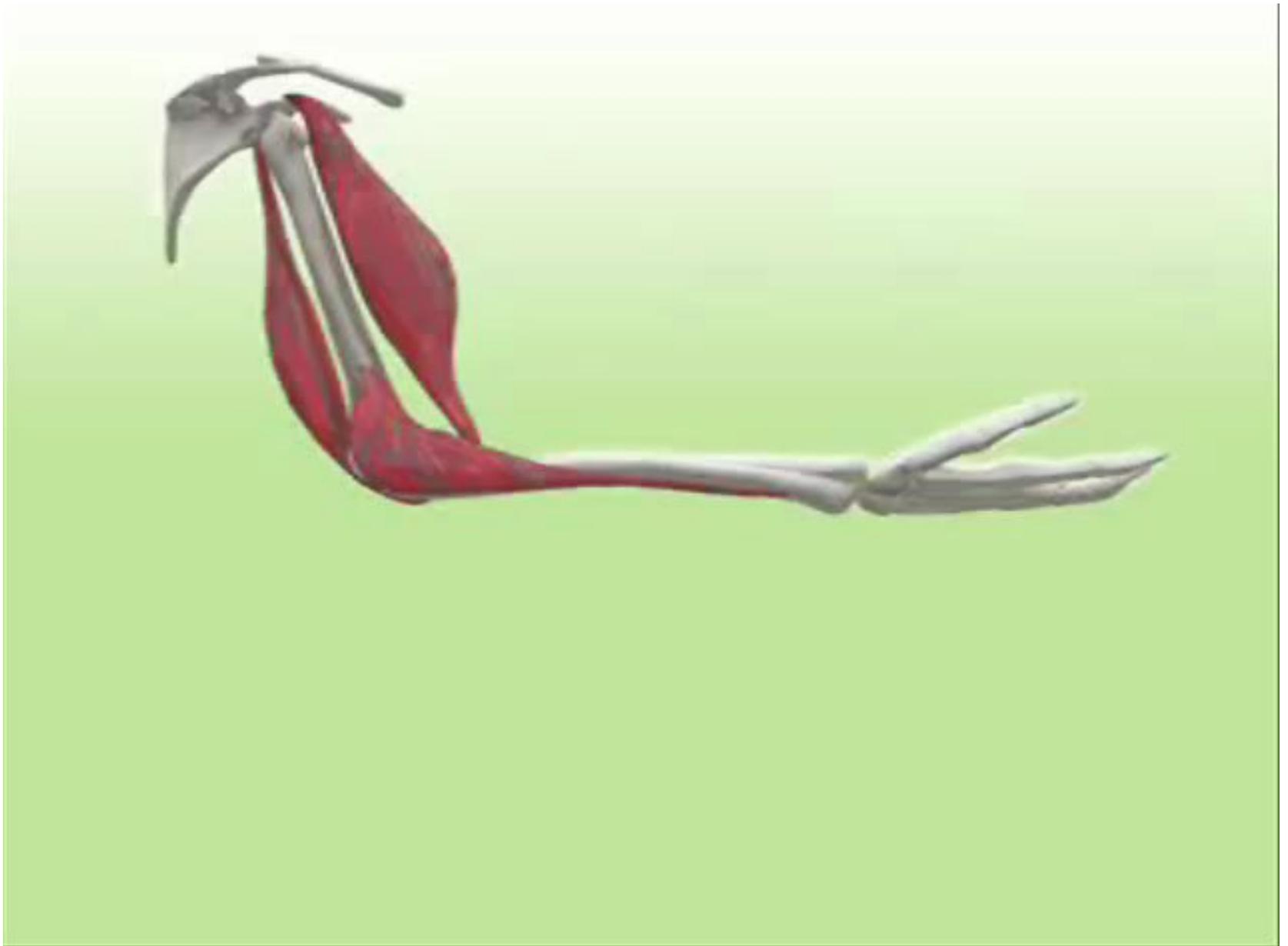


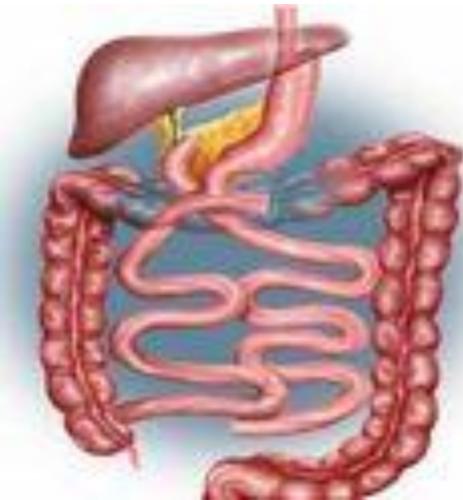
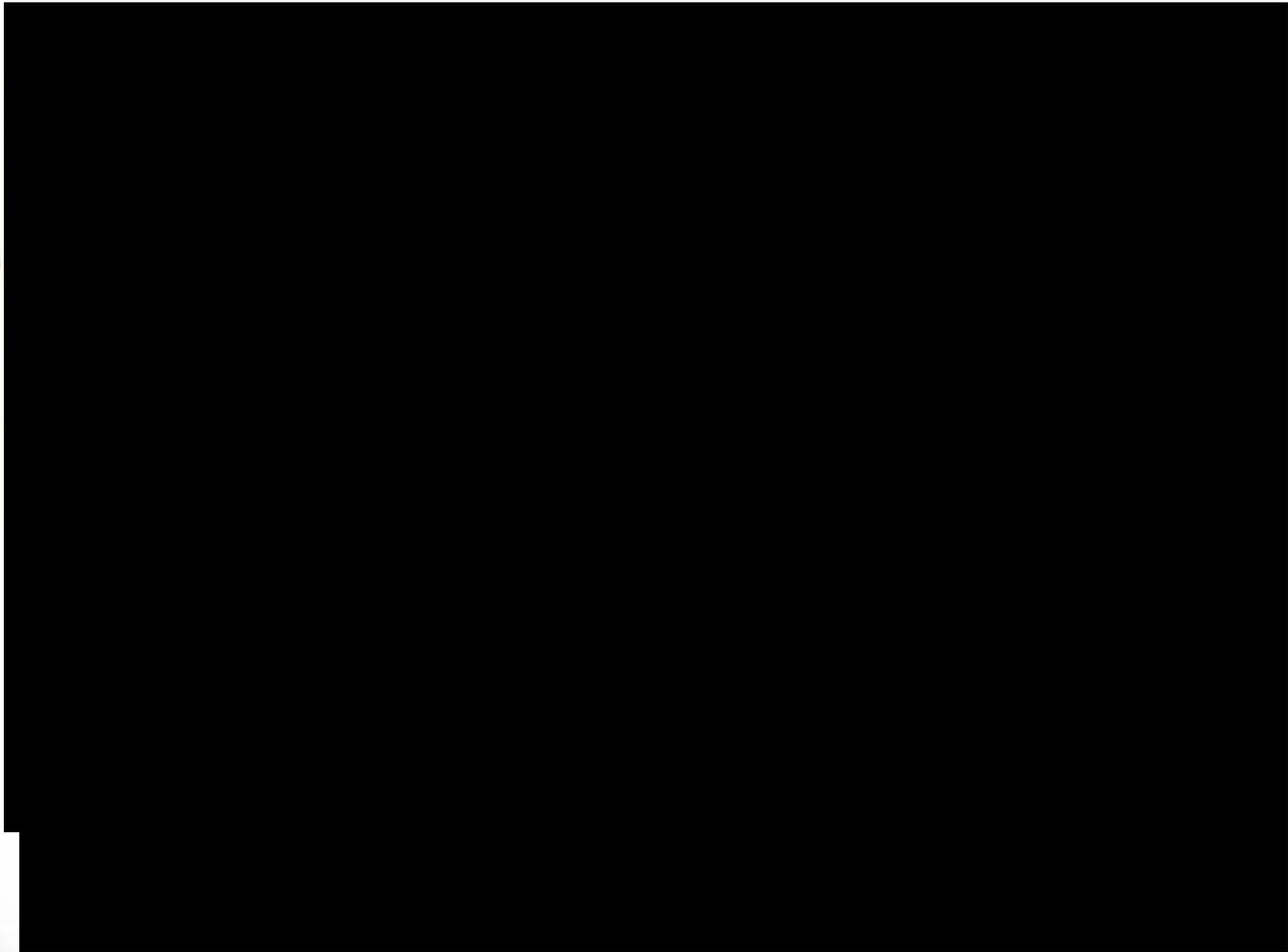
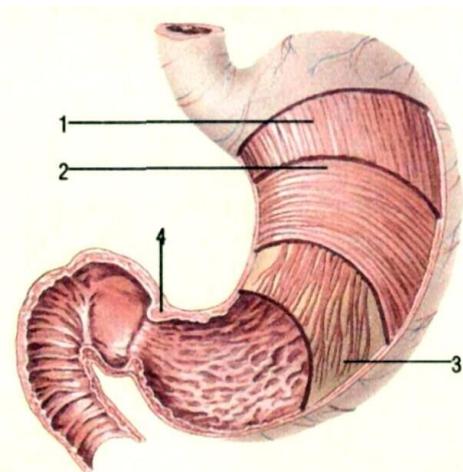


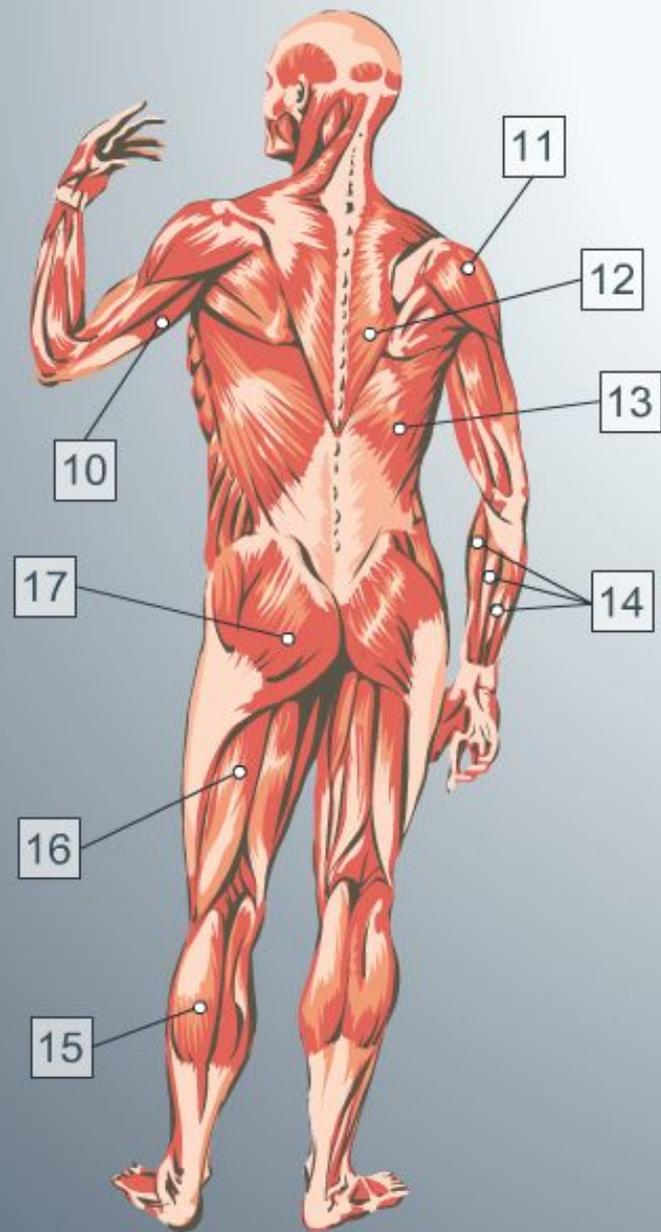
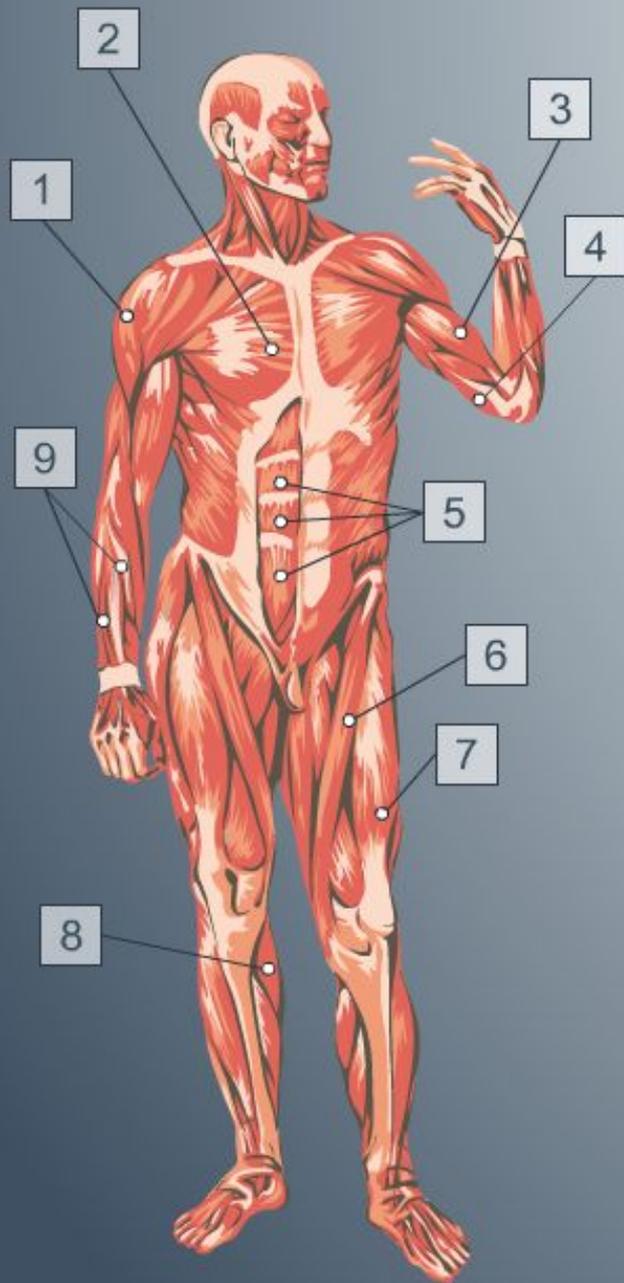


A photograph of a muscular arm, likely a bodybuilder's, being measured with a yellow tape measure. The arm is flexed at the elbow, and the tape measure is wrapped around the bicep. The numbers on the tape measure are visible, ranging from 12 to 23. The background is a plain, light-colored wall.

# Практическая работа









Лотто

# Фигура, Запры!

6-8

СПОРТ

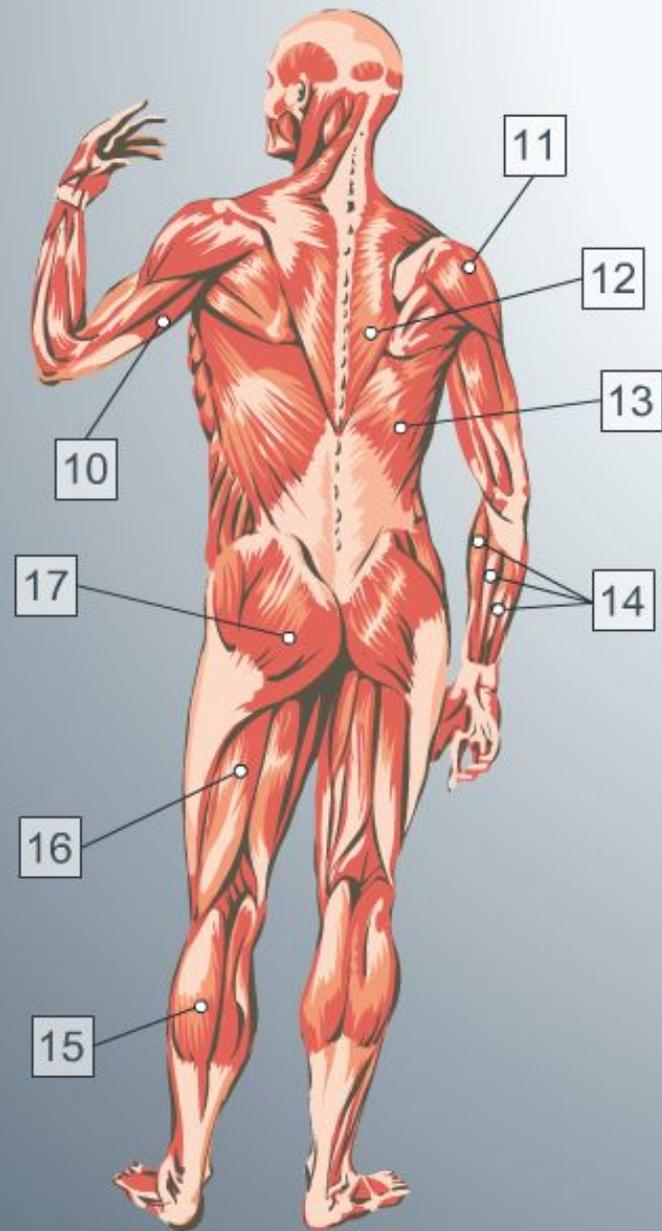
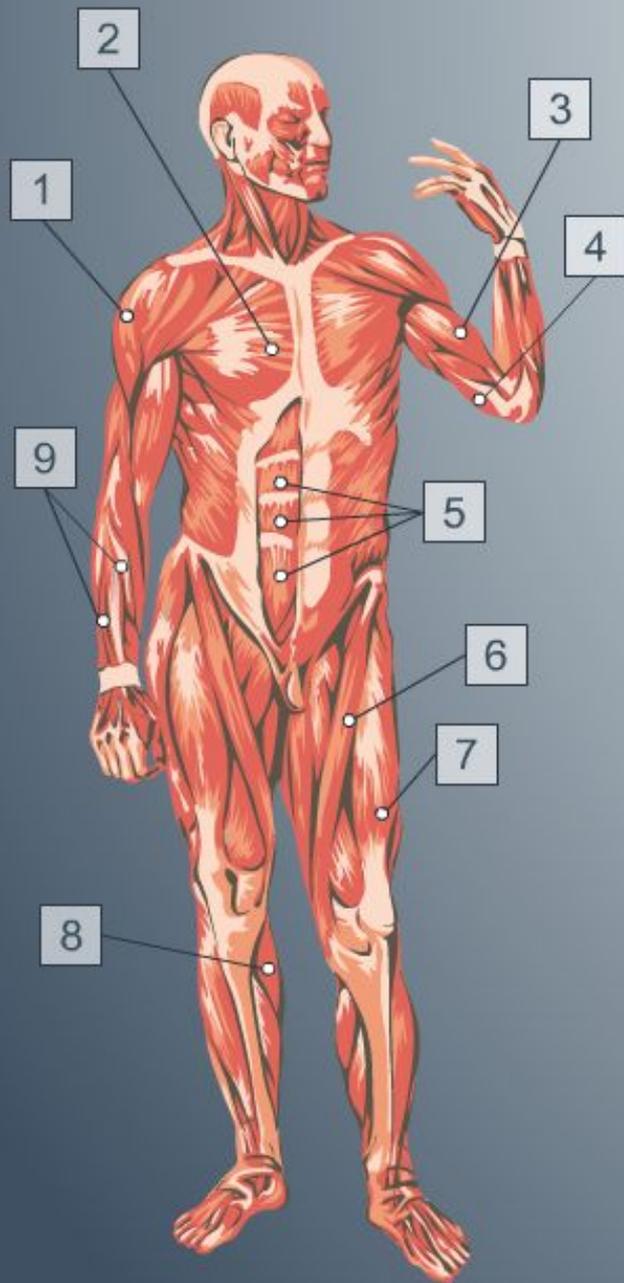
Аваровый футбол

СПОРТ

СПОРТ

СПОРТ

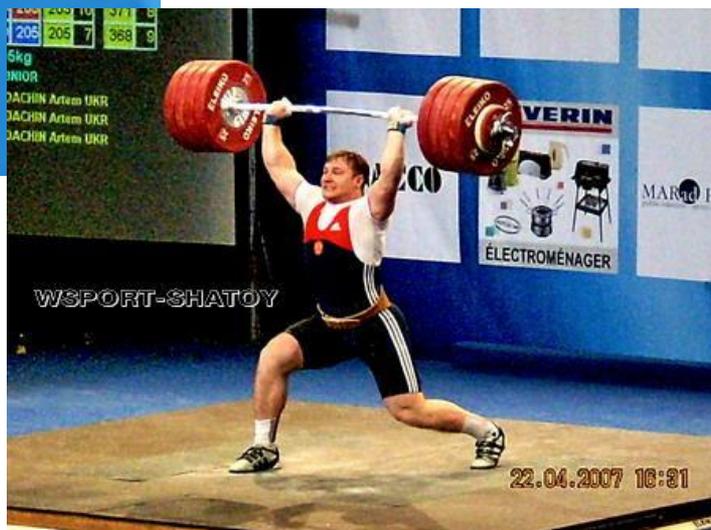




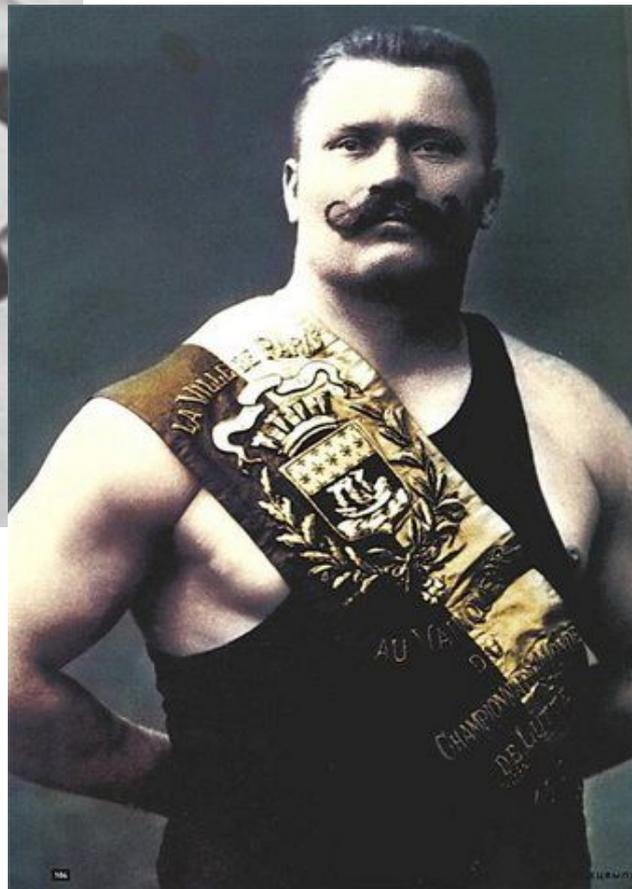
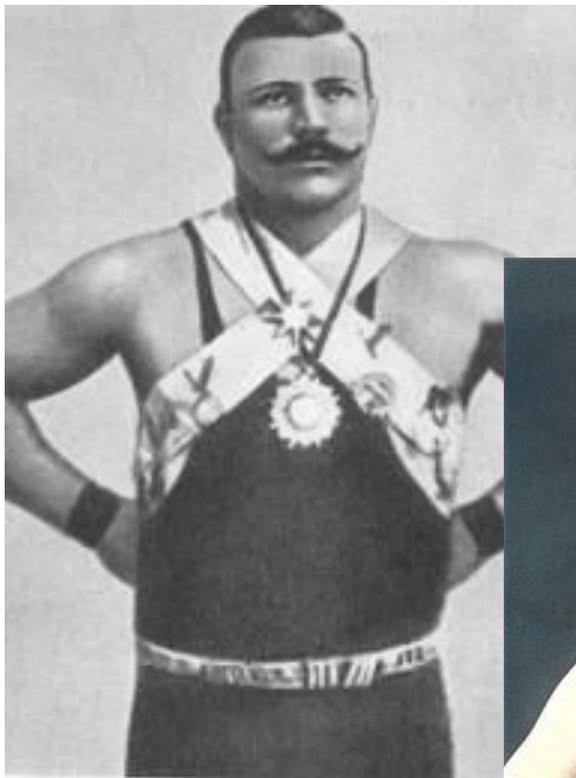


## ЮРИЙ ВЛАСОВ

Чемпион Олимпийских Игр - 1960, серебряный призер Олимпийских Игр - 1964, 4-кратный чемпион мира (1959 - 1963), 6-кратный чемпион Европы (1959 - 1964), 5-кратный чемпион СССР (1959 - 1963), установил 31 рекорд мира и 41 рекорд СССР.



Евгений Чигишев



# Иван Заикин



Хаджимурад Акаев





**Валентин Дикуль**



# Практическая работа



# Советы врача





**Работал в полную силу**



**Работал, но мог бы лучше**



**Был пассивен**

**Домашнее задание**

**Стр. 40-44**

**ОТВЕТИТЬ НА ВОПРОСЫ**



**Будьте здоровы!**

