

Проект

По окружающему миру

**«САМЫЙ МУДРЫЙ
ДОЛГОЖИТЕЛЬ»**



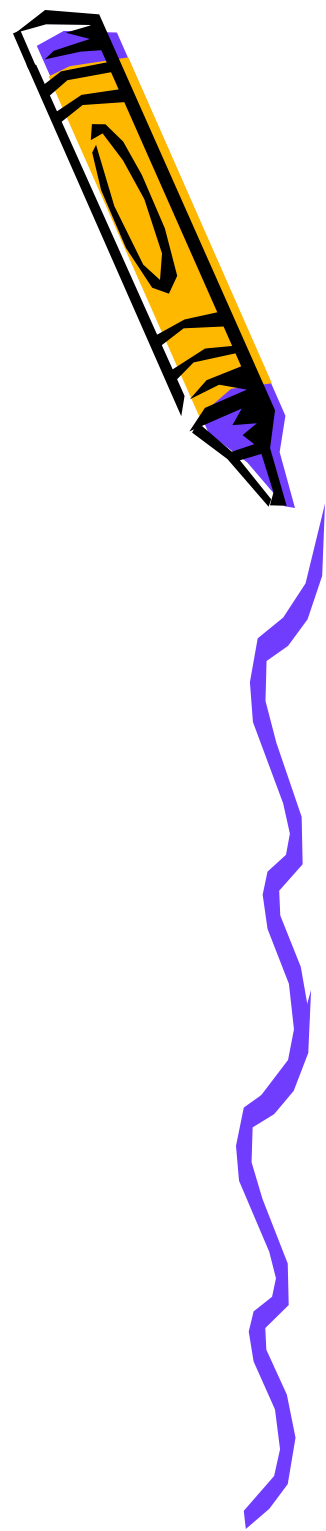
Участники проекта:

- Учащиеся 2 «В» класса
- Учитель Шамсрахманова У. К.

Цель проекта:

Узнать:

КАК СТАТЬ ДОЛГОЖИТЕЛЕМ?



Этапы проекта

I этап:

Постановка проблемного вопроса

II этап:

Сбор и обработка найденной информации

III этап:

Создание книжек, газет, плакатов

IV этап

Презентация проекта



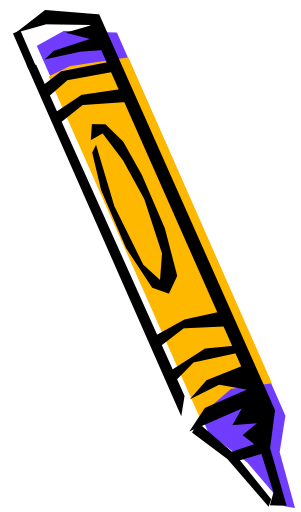
Что мы сделали:

Выяснили, что долго живёт только
здоровый человек

УЗНАЛИ ЧТО ТАКОЕ «ЗДОРОВЬЕ»

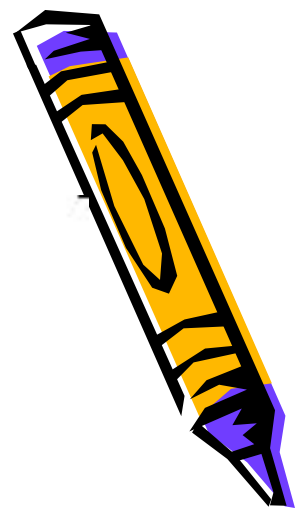


ЗДОРОВЬЕ -



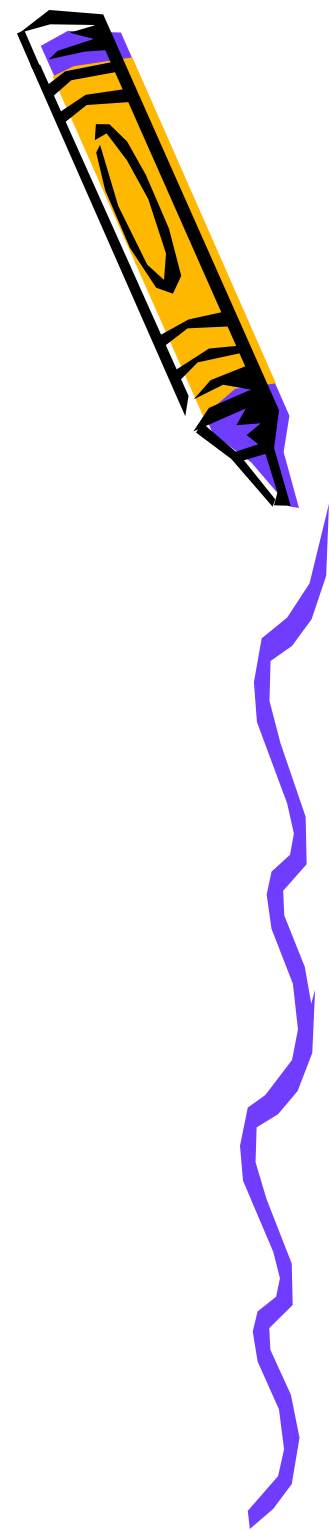
ЭТО УМЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА ЖИТЬ,
УЧИТЬСЯ И ТРУДИТЬСЯ,
НЕ ПРИЧИНЯЯ ВРЕДА
СВОЕМУ ОРГАНИЗМУ



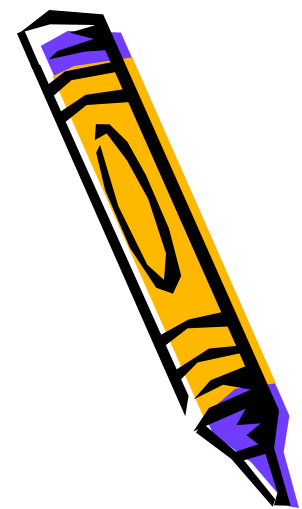


ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК:

- ПРАВИЛЬНО ПИТАЕТСЯ
- ЗАКАЛЯЕТСЯ
- СОБЛЮДАЕТ РЕЖИМ ДНЯ
- ЖЕЛАЕТ ЗДОРОВЬЯ ДРУГИМ



НАШЛИ В ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ ИНФОРМАЦИЮ О ПРОДУКТАХ, БОГАТЫХ ВИТАМИНАМИ



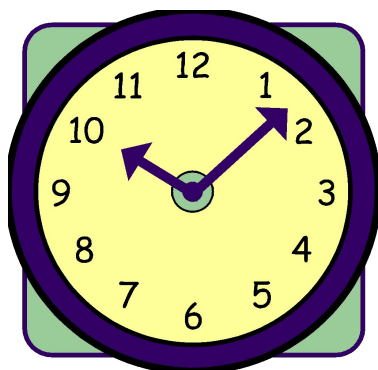
Основные источники витамина А:

- несоленое сливочное масло
- сливки
- яичный желток,
- печень рыб, почки, печень животных
- кисломолочные продукты.
- свежие и сушеные абрикосы
- морковь
- зеленые овощи
- капуста всех видов
- картофель,
- слива
- все желтые фрукты и овощи

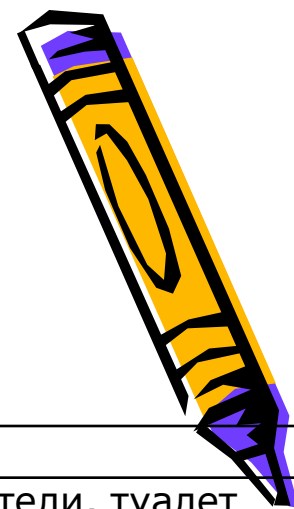


СОСТАВИЛИ:

РЕЖИМ ДНЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА



7.00	Подъем
7.00-7.30	Утренняя зарядка, водные процедуры, уборка постели, туалет
7.30-7.50	Утренний завтрак
7.50-8.20.	Дорога в школу или утренняя прогулка до начала занятий в школе
8.30-13.00.	Занятия в школе
13.00-13.20.	Дорога из школы или прогулка после занятий в школе
13.20-13.40.	Обед
13.40-14.30	Послеобеденный отдых или сон
14.30-16.00.	Прогулка или игры и спортивные занятия на воздухе
16.00-16.15.	Полдник
16.15-17.30.	Приготовление домашних заданий
17.30-19.00.	Прогулки на свежем воздухе
19.00-20.00.	Ужин и свободные занятия (чтение, музыкальные занятия, ручной труд, помощь семье, занятия иностранным языком и пр.)
20.00-20.30.	Приготовление ко сну (гигиенические мероприятия - чистка одежды; обуви, умывание)
20.30-7.00.	Сон



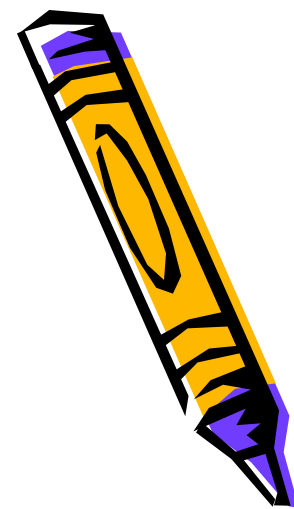
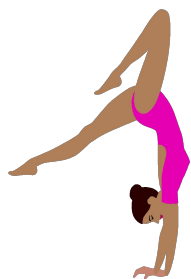
ПОДОБРАЛИ ПОСЛОВИЦЫ, Поговорки и загадки о здоровье

ЗАПОМНИ !!!

Румянами хворь не лечат.
Если хочешь быть здоров
- закаляйся.

Больному все горько.
Болен - лечись, а здоров -
берегись.

Кто встал до дня, тот
днем здоров.



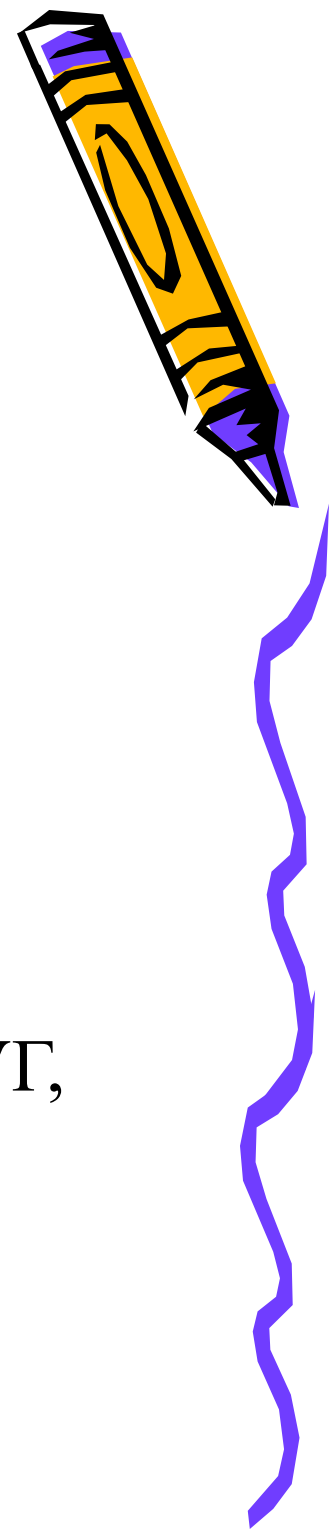
ПОДУМАЙ !!!

И в жару, и в гололед
Захочу - и дождь пойдет,
Зашумит над головой,
Дождь придет ко мне домой.

(ДУШ)

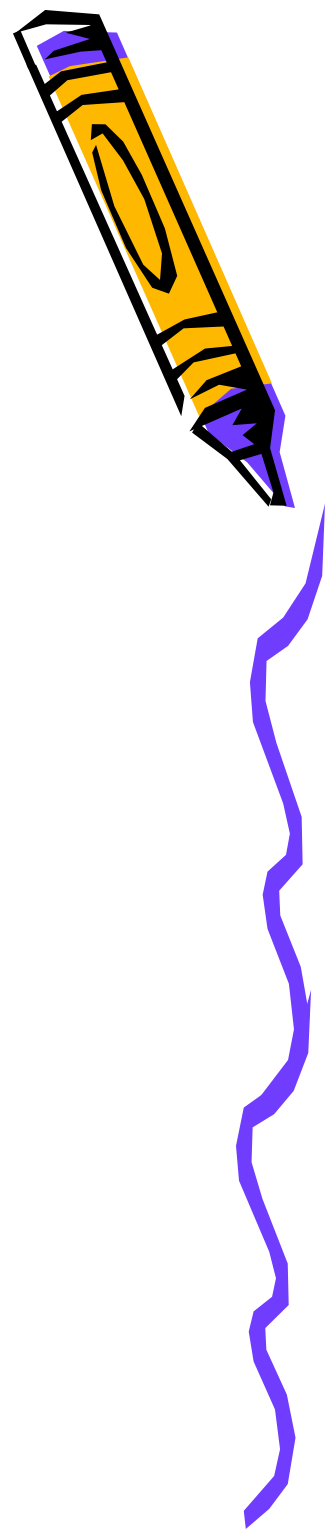
ЗАСТАВИТ ПЛАКАТЬ ВСЕХ ВОКРУГ,
ХОТЬ ОН И НЕ ДРАЧУН. А...

(ЛУК)



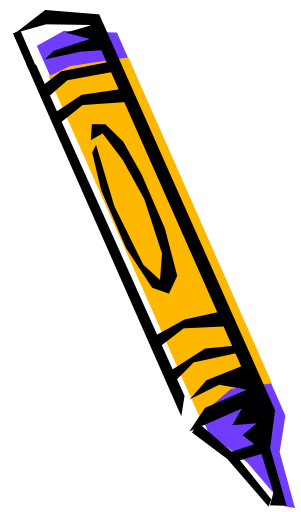
А
ТЕПЕРЬ,

МЫ:

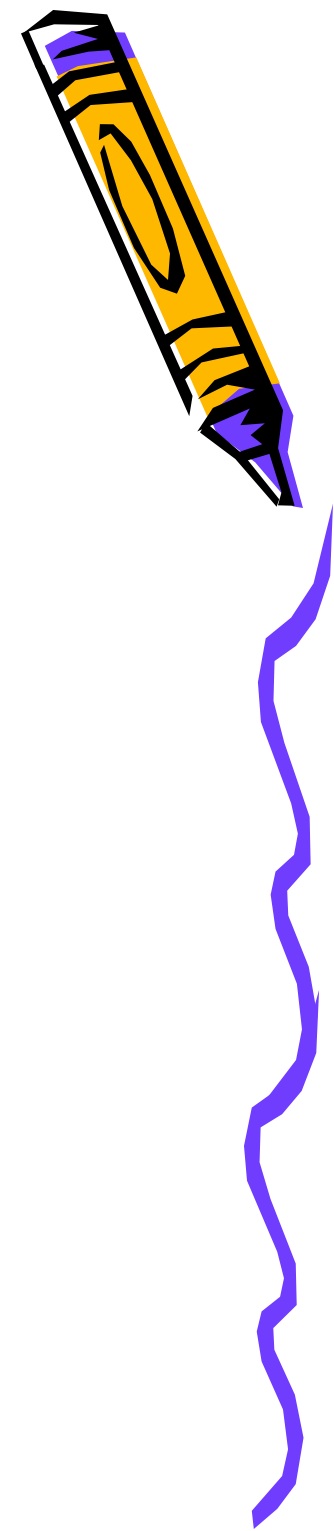


Делаем
ежедневно
зарядку.

Записались в
спортивные
кружки и
секции.



Стараемся
правильно
питаться.



Стали чаще говорить всем:
«Здравствуйте».



УЧИМСЯ ПИСАТЬ СТИХИ
И СОВЕТУЕМ ВСЕМ:

ПИШИТЕ!

СОЧИНЯЙТЕ!

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

ЖИВИТЕ ДОЛГО!

