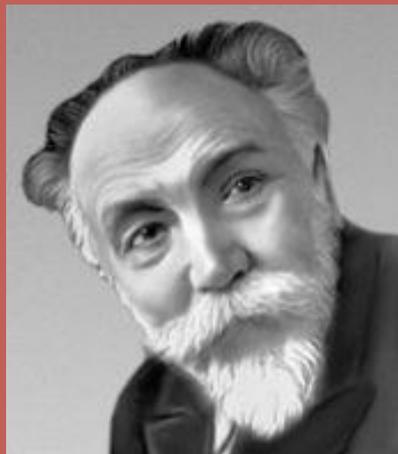


Георгий Несторович Сперанский

(07.02.1873 – 14.01.1969)



- Часто меня спрашивают: вот Вы прожили долгую жизнь и ни разу серьёзно не болели. В чём заключается Ваш секрет? И я отвечаю на это: есть у меня «тайное оружие», **-и оружие это...**



Тема урока:
Здоровью цены нет!



- *Здоров будешь - всё добудешь.*
- *Здоровье дороже денег, здоров буду и денег добуду.*
- *Здоровье не купишь- его разум дарит.*

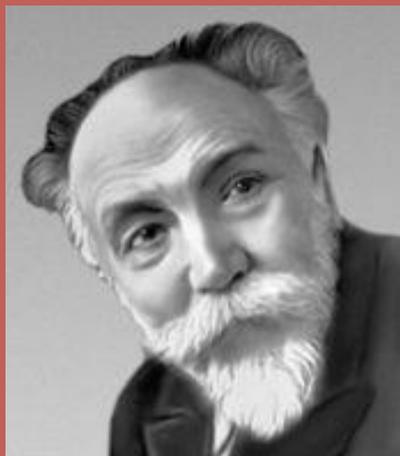




ФИЗКУЛЬТМИНУТКА



Георгий Несторович Сперанский



– Часто меня спрашивают: вот Вы прожили долгую жизнь и ни разу серьёзно не болели. В чём заключается Ваш секрет? И я отвечаю на это: есть у меня «тайное оружие», **-и оружие это...**

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ



Образец для самопроверки

- **1. Что вредит здоровью?**

- Игры на свежем воздухе
- Малоподвижный образ жизни**

- Плавание

- **2. Что не поможет организму стать сильнее?**

- Занятия спортом

- Закаливание

- Вкусная пища**

- **3. Какое питание нельзя назвать здоровым?**

- Регулярное

- Без спешки

- Однообразное**

Оцени результат

«?»

«+»



Сильные духом



Молодцы!

Спасибо за работу!

