

# **Внеклассное мероприятие «Правила здорового образа жизни»**

**Выполнила  
учитель начальных классов  
МБОУ СОШ№129  
г. Казань  
Ганчурина Татьяна  
Александровна**







# Правила здорового образа жизни



Опубликовано  
на сайте  
<http://ps-cs.ucoz.ru>

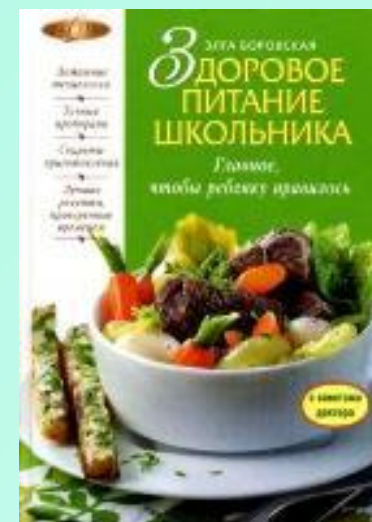
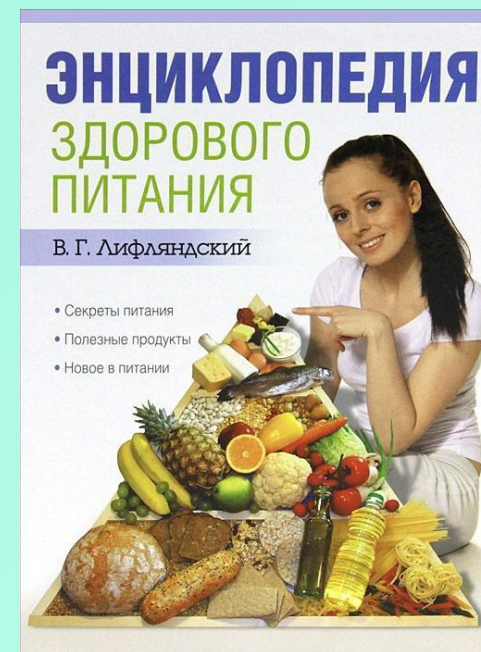








# Книги о здоровом питании









# Режим дня школьника



**Подъем. Зарядка  
Гигиенические процедуры**

**Завтрак**

**Дорога в школу**

**Пребывание в школе**

**Дорога из школы**

**Обед**

**Прогулка на свежем воздухе**

**Выполнение домашних заданий**

**Полдник**

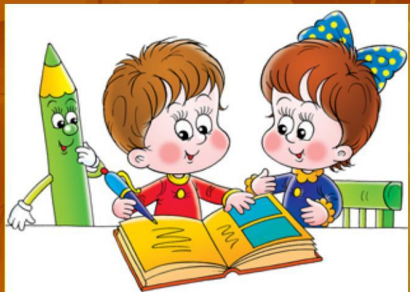
**Помощь по дому**

**Ужин**

**Свободное время**

**Подготовка ко сну**

**Сон**



**Сегодня я узнал...**

**Я понял, что...**

**Теперь я могу...**

**Я попробую...**

**Мне захотелось...**

**Спасибо за урок!  
Здоровья вам!**

