

# Здоровый образ жизни

---

Презентация по окружающему миру  
УМК «Школа России»

3 класс

Подготовил: учитель начальных классов Парфенова Е.А. Саланова Л.А.  
МБУ «Школа № 75» г. Тольятти, Самарская обл.

-Для чего нужно заниматься закаливанием?

-Как правильно закаливать свой организм с помощью воздуха, воды, солнца?

-Какие болезни называются инфекционными?

-Почему во время болезни нужно строго выполнять предписания врача?

*Счастье – это чувство и состояние  
полного и высшего удовлетворения.*

*Здоровье -это правильная нормальная  
деятельность организма, его полное  
физическое и психическое благополучие.*





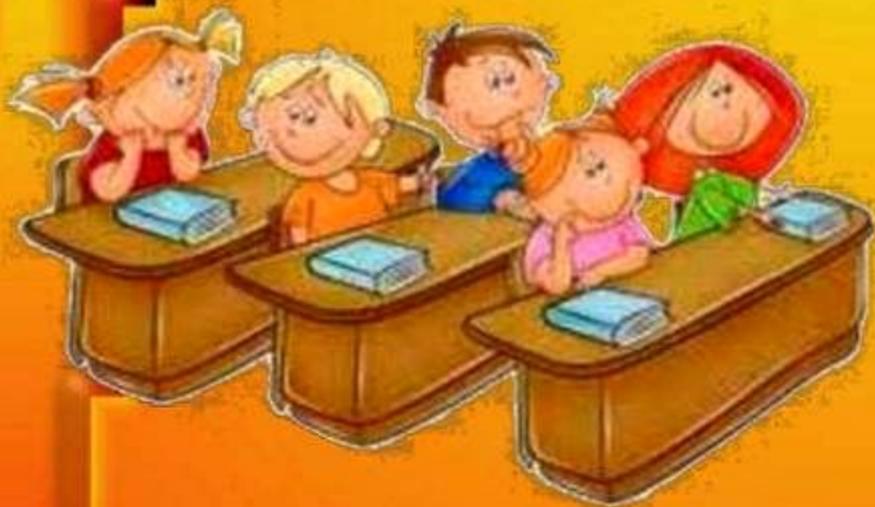
Любая вредная привычка  
негативно сказывается на  
здоровье человека







# СОЧЕТАЙ ТРУД И ОТДЫХ



*Долго живет тот, кто  
много и хорошо работает.*

*Для сохранения и укрепления  
здоровья человеку необходим  
и отдых, который снимает  
устомление и  
восстанавливает  
работоспособность.*



# Сочетай труд и отдых

Обязательно занимайся полезной работой. Корми домашних животных. Ухаживай за цветами. Помогай родителям в работе по дому. Ты отдохнёшь от уроков и сможешь семье.



# ДОМ ЗДОРОВЬЯ

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

РЕЖИМ ДНЯ

ЧИСТОТА И  
ГИГИЕНА

ВРЕД-  
НЫЕ  
ПРИ-  
ВЫЧ-  
КИ

АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ,  
ДВИЖЕНИЕ, СПОРТ

ОСОЗНАНИЕ



# Физминутка



Для разминки из-за парт  
Поднимаемся. На старт!  
Бег на месте. Веселей  
И быстрее, быстрее, быстрее!  
Делаем вперед наклоны –  
Раз – два – три – четыре – пять.  
Мельницу руками крутим,  
Чтобы плечики размять.  
Руки к солнышку потянем.  
Руки в стороны растянем.  
А теперь пора учиться.  
Да прилежно, не лениться





## Рефлексия «Закончи предложение»

1. Сегодня мы узнали о ...
2. Я запомнил ...
3. Мне было интересно...

МОЛОДЦЫ