

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