



# Девиз урока:

« Я умею думать,  
я умею выбирать,  
Что полезно для здоровья,  
то и буду выбирать»



ЦЕННОСТИ НАШЕЙ ЖИЗНИ

З  
Д  
О  
Р  
О  
В  
Ь  
Е

ЖИЗНЬ

# ПРАВИЛА ЗДОРОВЬЯ



**Верь в себя**



**Береги зрение**



**Делай разминку**



**Поднимай настроение**



**Соблюдай режим дня**



**Смотри телевизор**



**Держи спину ровно**



**Будь спокоен**



# ПРАВИЛА ЗДОРОВЬЯ



## Здоровье тела



**Береги зрение**



**Держи спину  
ровно**



**Соблюдай  
режим дня**



**Делай  
разминку**

## Здоровье духа



**Верь в себя**



**Будь спокоен**



**Поднимай  
настроение**