

За здоровый образ ЖИЗНИ

Выполнила Толстова К.А., учитель
начальных классов ГБОУ СКОШИ №73

**Здоровье – это самая большая ценность человеческой жизни.
От состояния здоровья зависит все то, что делает нашу жизнь
полноценной и счастливой.**

Здоровое питание



Физическая
подготовка



Здоровый образ
жизни



Пища обеспечивает организм энергией, необходимой для передвижения и трудовой деятельности. Существует мнение, что при правильном питании продолжительность человеческой жизни может достигать 120 – 150 лет.

пища



Витамины



Морковь



© 2015 by the
University of California

Капуста



Тыква



Помидор



Апельсин



Мандарин



Витамин А



Shutterstock
http://www.shutterstock.com

Витамин В



Витамин С



Здоровье – это полноценный сон и соблюдение режимных моментов



* Утренняя зарядка



Чистота – залог здоровья



На уроке



Уроки физкультуры



на свежем воздухе



Здоровье – это жизнь без вредных привычек



Не кури

Здоровые легкие



Легкие больного человека



Мы выбираем **ЗОЖ**

