

«Олимпиада начинается в школе»

Всемирный день здоровья





**В здоровом
теле –
здоровый
дух.**



Мы за здоровый образ жизни.



Наше здоровье в наших руках





Физкультура - мой любимый,
обожаемый предмет.

Вот где можно порезвиться,
где запретов, в общем, нет!



Здоровье-это здорово!

От чего зависит наше здоровье?

Здоровый образ жизни



Факторы здоровья:

- солнечный свет
- здоровый сон
- свежий воздух
- физические упражнения
- чистая вода
- здоровая пища
- хорошая осанка
- отдых
- закаливание
- организма



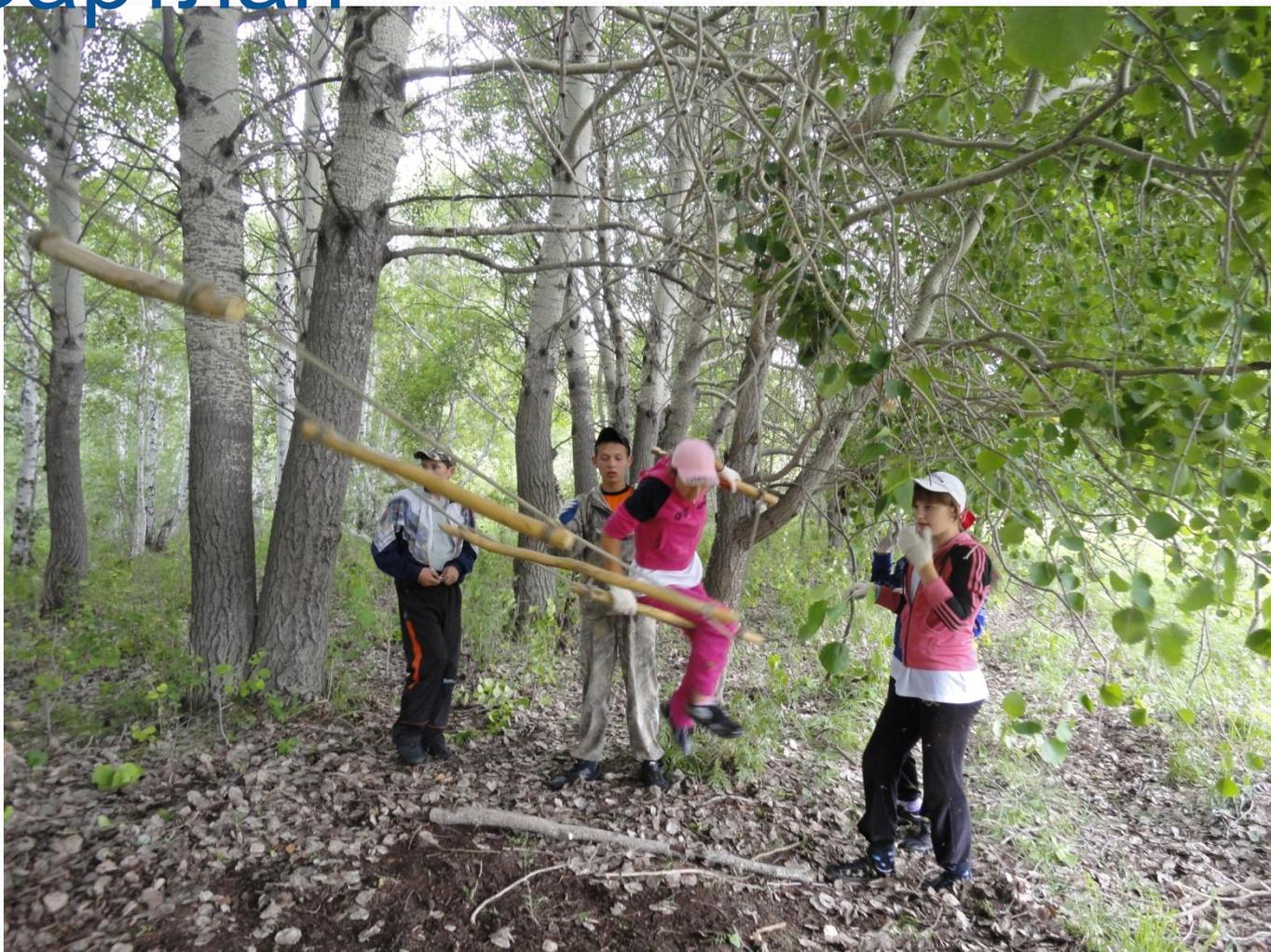
Важным условием

здорового образа жизни

является:

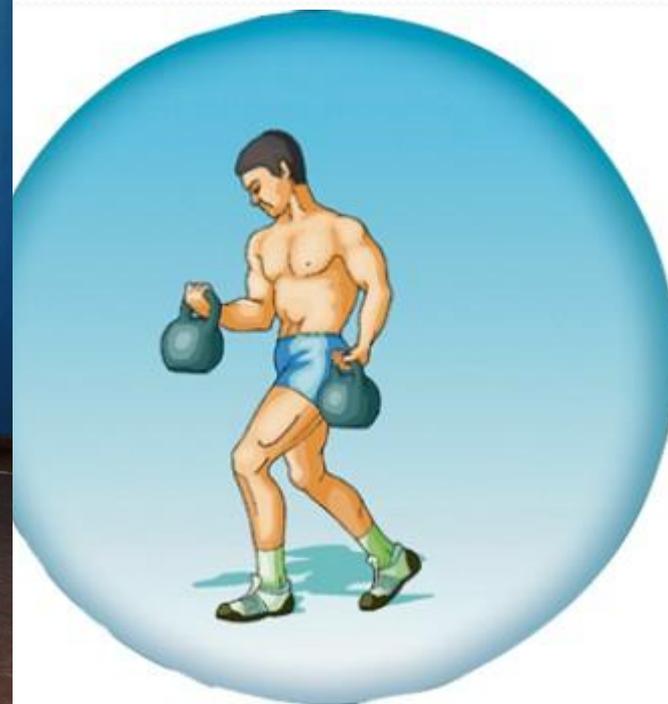
- *Мыть руки перед едой; во время еды не разговаривать; не переедать; есть небольшими кусочками; овощи и фрукты мыть перед едой; не есть много сладкого; употреблять только здоровую пищу.*

Районный турслёт , озеро Сартлан



Здоровье-это бесценный дар , он дан увы не навечно , его надо беречь!

И.И.Павлов



Наше здоровье – в наших

руках подчеркиваем, что состояние здоровья каждого человека находится в его руках. Об этом говорят обобщенные данные

Всемирной организации
Здоровье человека
здравоохранения

- **50%** от образа жизни;
- **20%** от наследственности;
- **20%** от окружающей среды;
- **10%** от развития системы здравоохранения

Движение – залог

