



«Общество заботиться  
о его здоровье, тогда  
когда сам человек  
заботиться о своем  
здоровье»



**Цель:** Культивировать здоровый образ жизни.  
Привлекать учащихся к занятиям физической культуры и спортом.

**Задачи:**

- **Образовательные:** способствовать всестороннему, гармоническому, физическому развитию (силы, выносливости) учащихся, координации и выразительности движений.
- **Воспитательные:** продолжить работу по формированию коллективизма и взаимопомощи, дисциплинированности, смелости, настойчивости, упорства, выдержки, развития интереса к спорту, привлечения к массовым мероприятиям, содействовать приобретению навыков искреннего, глубокого и свободного общения с окружающими, развивать эмоциональную отзывчивость; активизировать творческие способности.
- **Развивающие:** развивать инициативу детей в движениях, развивать их коммуникативные способности и интеллект, учить выполнять движения по вербальной инструкции.

# СУЩНОСТЬ ПОНЯТИЙ «здоровье» и «здоровый образ жизни»

- **Здоровье** – состояние, при котором осуществляется полноценная реализация биологических, психических, социальных, экономических, духовных функций человека, а также оптимальной трудоспособности и активности при максимальной продолжительности жизни.
- **Здоровый образ жизни** – это понятие объединяет всё, что способствует выполнению человеком профессиональных, общественных и бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях и выражает ориентированность деятельности личности в направлении формирования, сохранения и укрепления здоровья.



**Чтоб здоровье раздобыть,  
Не надо далеко ходить.  
Нужно нам самим стараться,  
И всё будет получаться.**



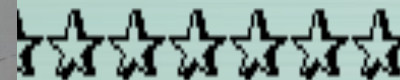
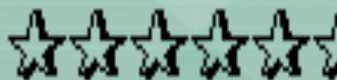
# Здоровье учителя - здоровье детей



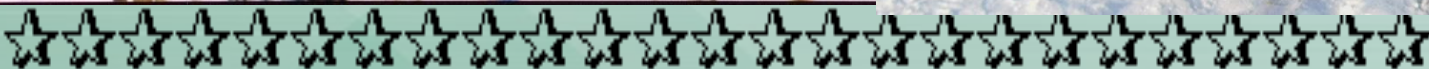
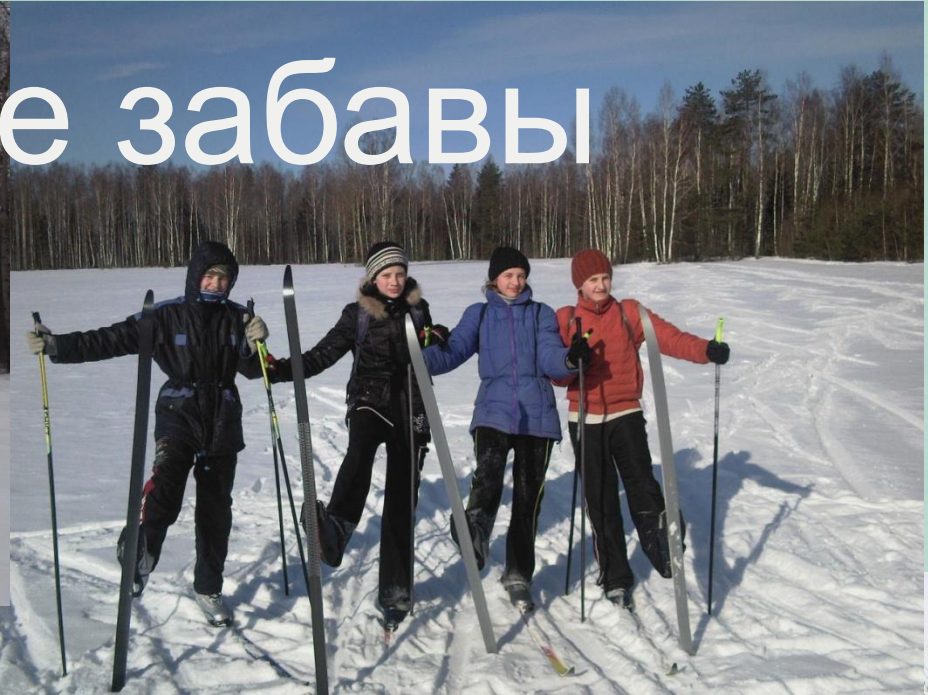
# Весёлые старты



02/01/2007



# Зимние забавы





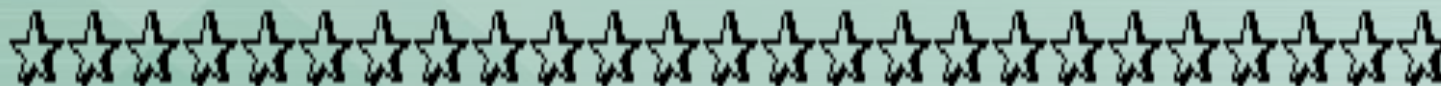
- **Физминутки помогают  
На уроках отдыхать.  
Чтобы дальше нам трудиться  
И учиться лишь на «5»!**



**Мы активно отдыхаем  
И здоровье укрепляем,  
Ни на что не сетуем,  
Что и вам советуем.**



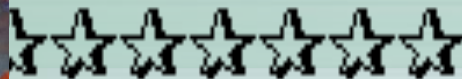
# Летние забавы



Чтобы быть всегда здоровым,  
Нужно бегать и скакать.  
Больше спортом заниматься,  
Свежим воздухом дышать.



Если хочешь быть здоров, закаляйся,  
И в бассейне побыстрее искупайся.



**Движение - это жизнь и здоровье!!!**

**Чтоб расти и закаляться,  
Надо спортом заниматься,  
Закаляйтесь детвора,  
В добрый путь  
Физкульт - УРА!!!**

