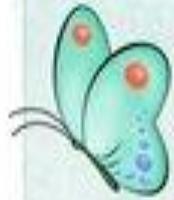
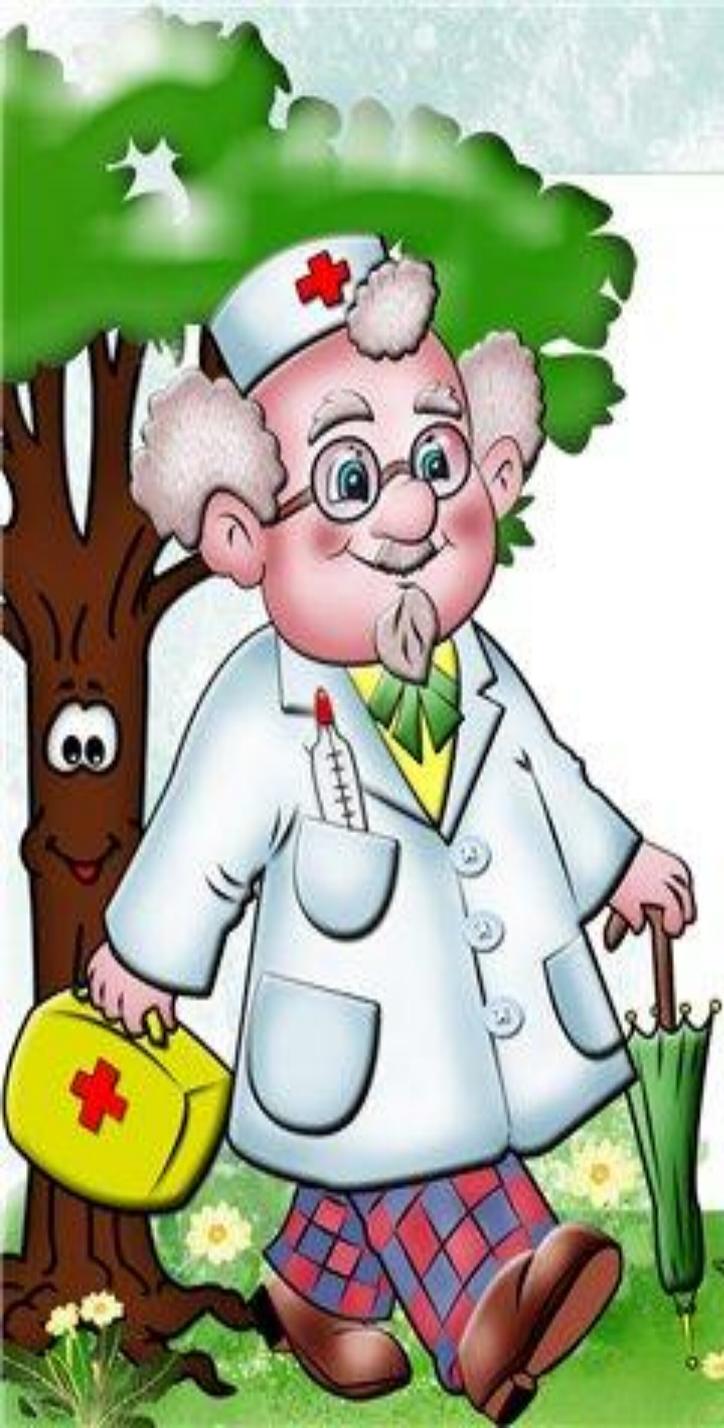


***Будьте  
здоровы!***

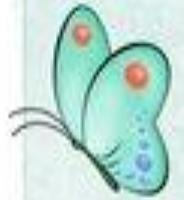


**Проект выполнила  
ученица 4 «Б» класса  
Шадринна Виктория  
Руководитель: Гугуля  
Алексей Олегович**





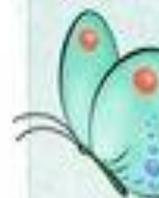
**Цель  
проекта  
Пропаганда  
здорового образа  
жизни среди  
учащихся начальной  
школы**

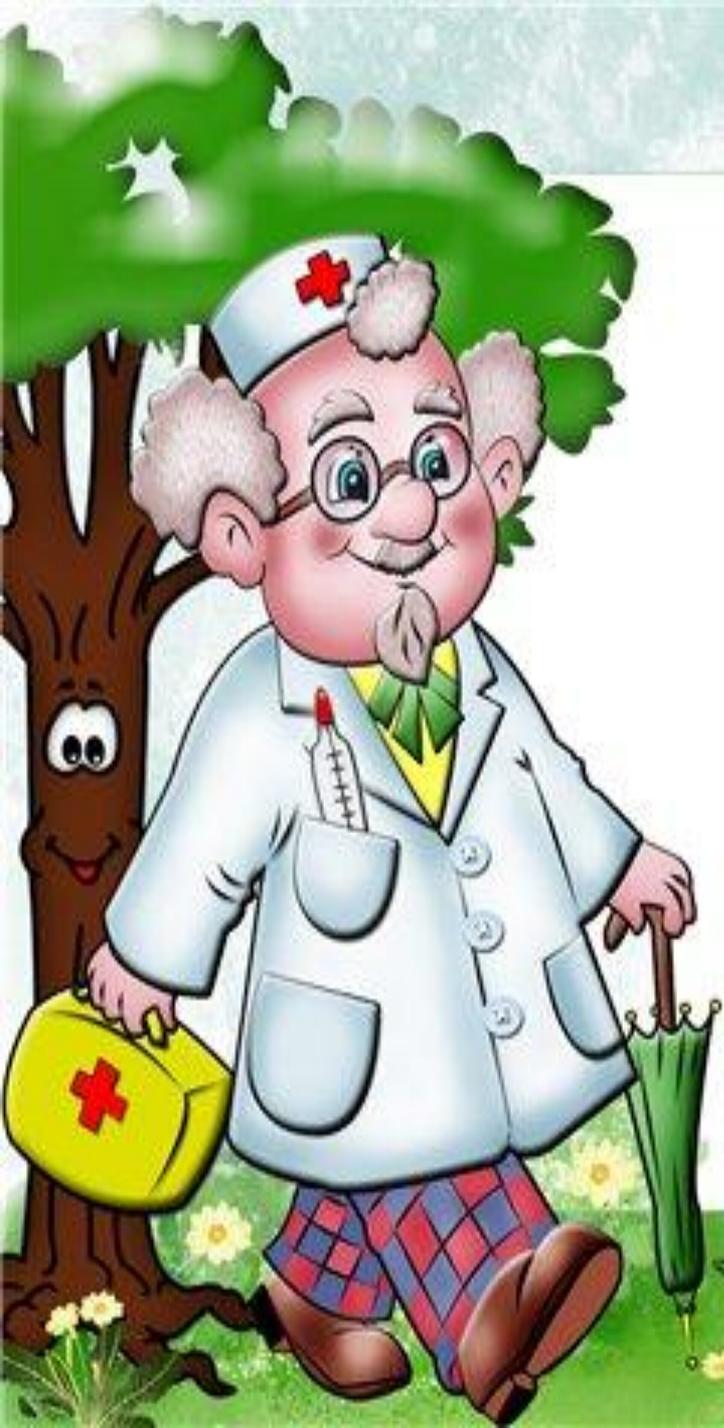




## ***Задачи проекта***

- 1. Выяснить, что является залогом здоровья.**
- 2. Провести анкетирование среди учащихся начальной школы и их родителей.**





*Что такое*  
**ЗДОРОВЬЕ?**  
**Это основа**  
**долгой и**  
**счастливой**  
**жизни!**



# ФОРМУЛА

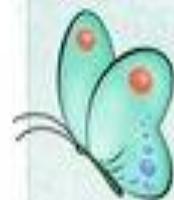


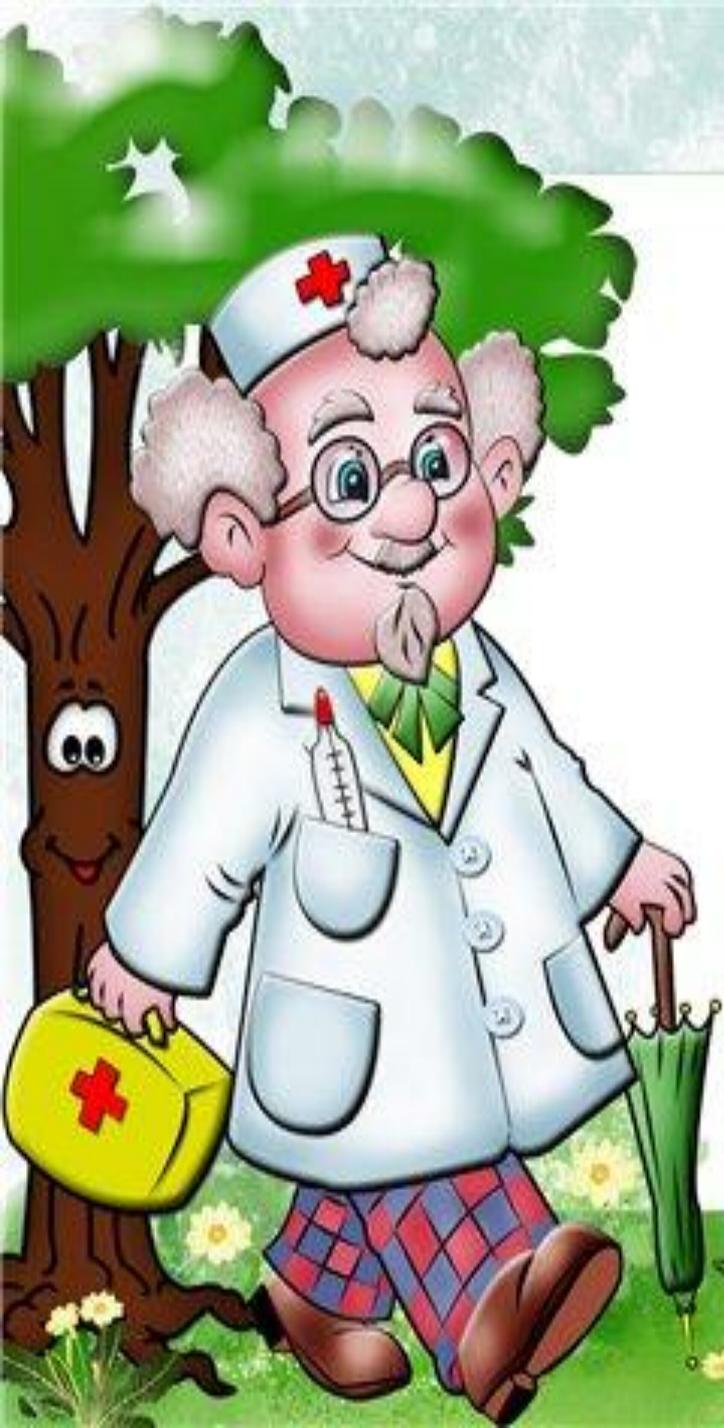


**Что нужно делать,  
чтобы сохранить  
здоровье?**



- 1. Заниматься спортом**
- 2. Соблюдать личную гигиену**
- 3. Правильно питаться**
- 4. Нужно закаляться**





# Спорт

Чтоб успешно  
развиваться  
Нужно спортом  
заниматься  
От занятий  
физкультурой  
Будет стройная  
фигура!





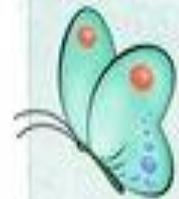
# Что такое спорт...

По утрам зарядка

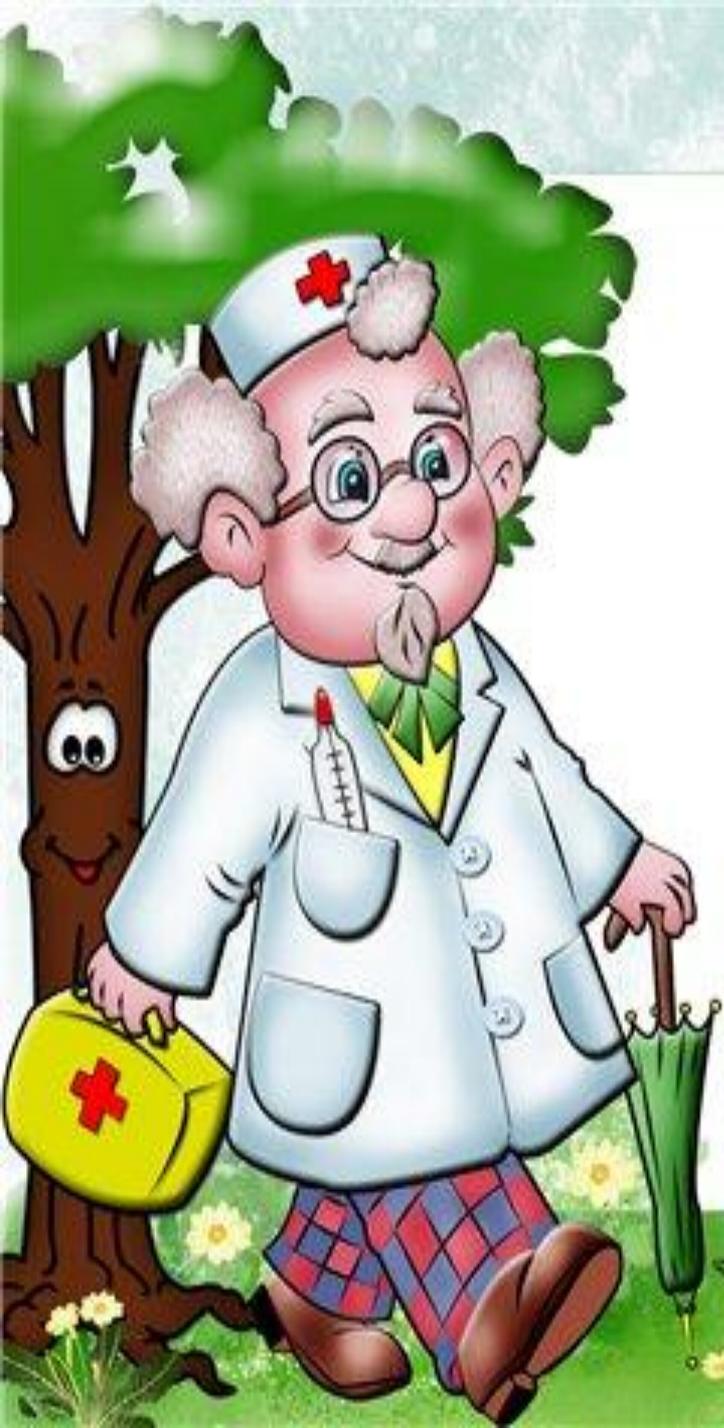
Спортивные игры

Бег, лыжи и коньки...

Гимнастика, танцы, бокс...



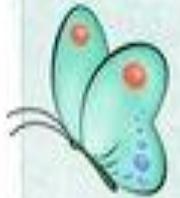




# ***Гигиена***



**Мыло бывает разным –  
приразным  
Синим, зеленым,  
оранжевым, красным...  
Но не пойму отчего же  
всегда  
Черной – пречерной  
бывает вода?**





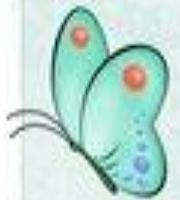
# Что это такое...

Умывание, чистка зубов

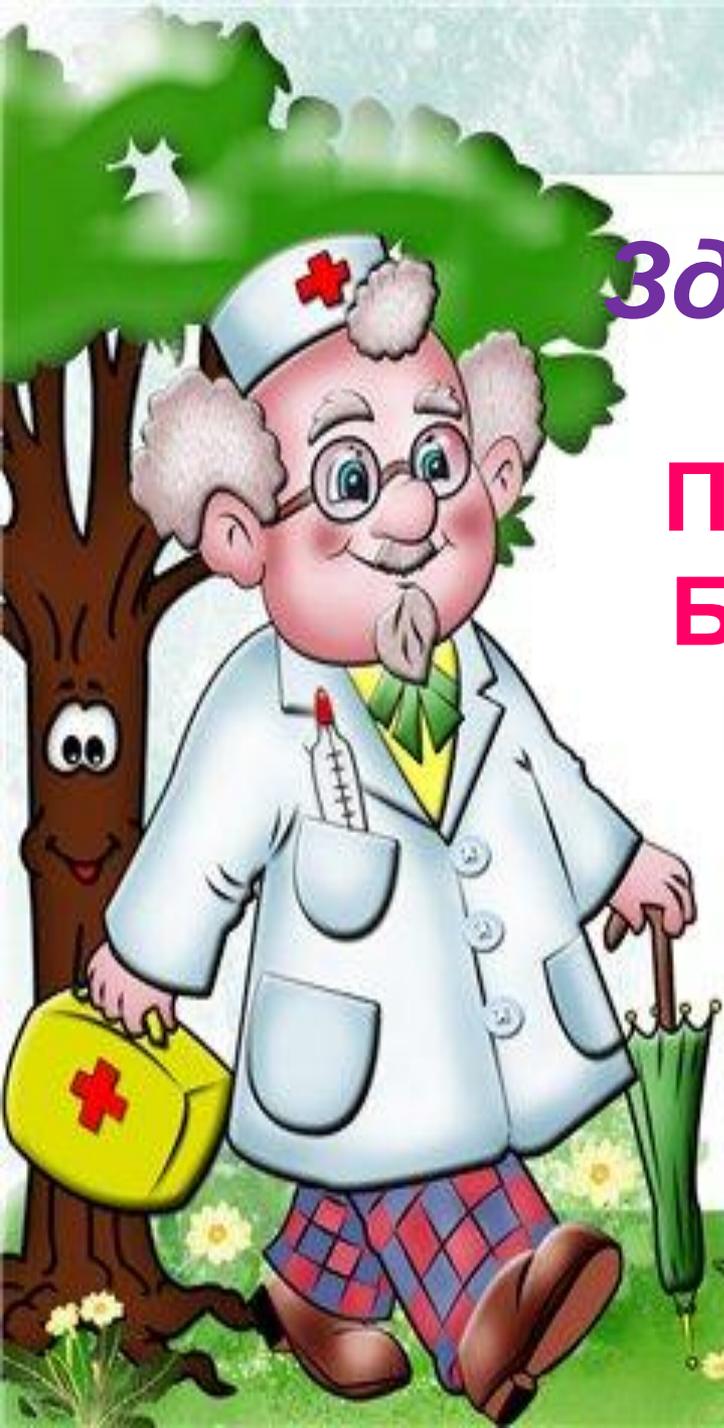
Причесывани  
е

Мытье рук после улицы и туалета

Принятие ванны



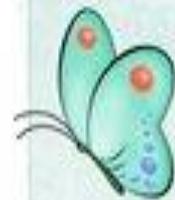




# **Здоровое питание**



**Пью, ребята, молоко!  
Будьте все здоровы!  
Каши есть всегда я  
рад.**



**Ну, а чипсы,  
кириешки –  
Организму просто  
яд!**





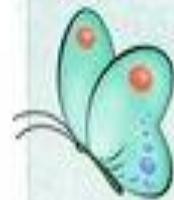
# Полезно!

Фрукты,  
овощи...

Мясо,  
рыба...

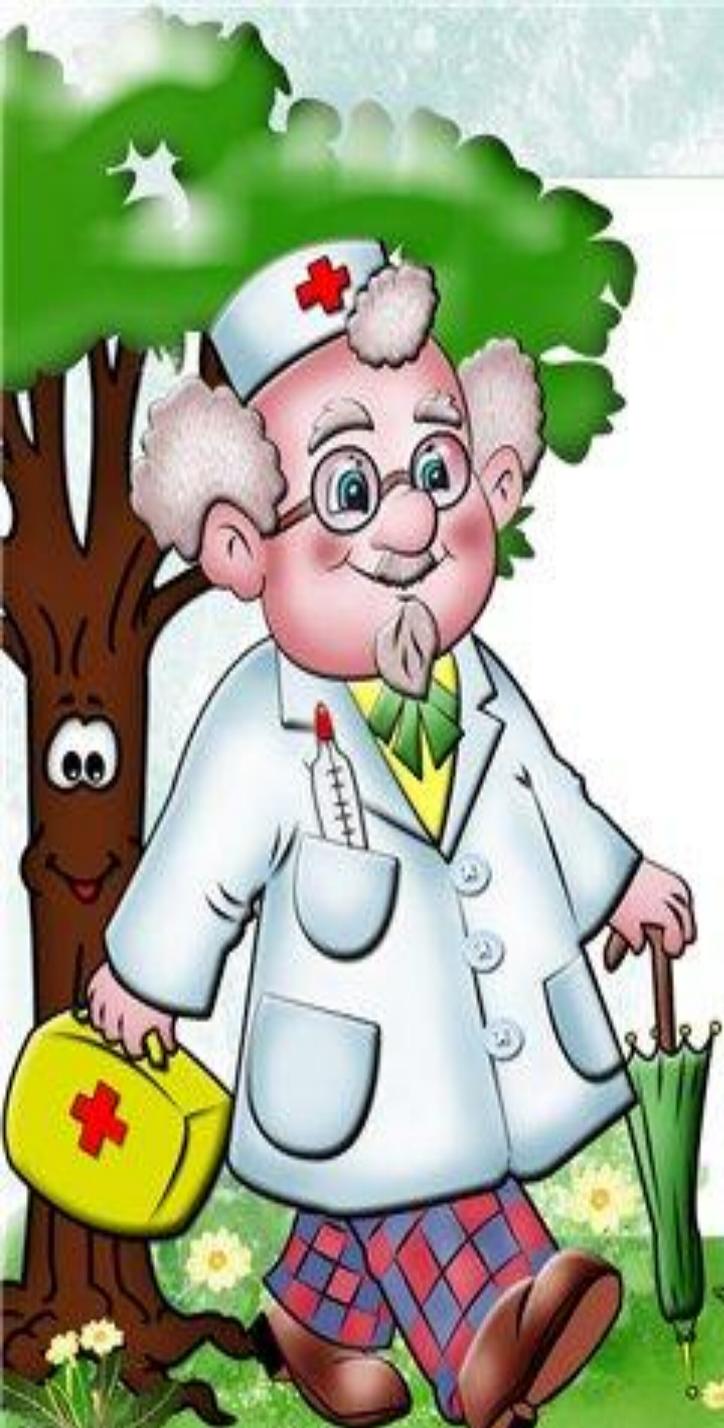
Крупы, каши...

Молоко, яйца, сыр...

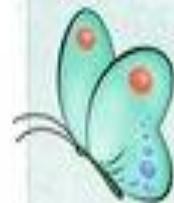


# Вредные продукты





**Закаливан**  
**Чтоб с**  
**микробами**  
**не знаться –**  
**Надо, дети,**  
**закаляться!**





# Закаляться,

# значит...

Делать по утрам зарядку

Принимать контрастный душ

Обтираться полотенцем

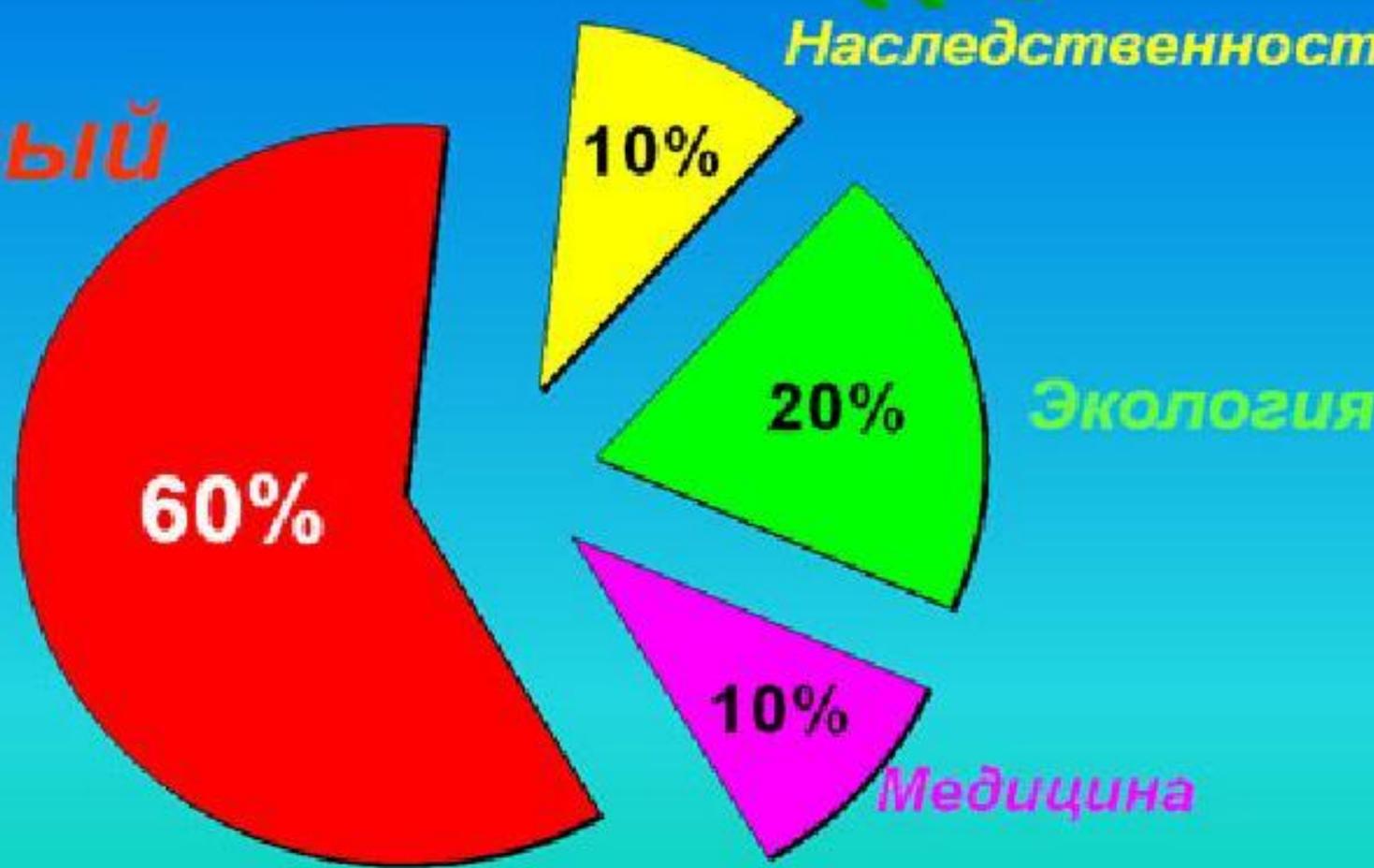
Почаще гулять на свежем воздухе

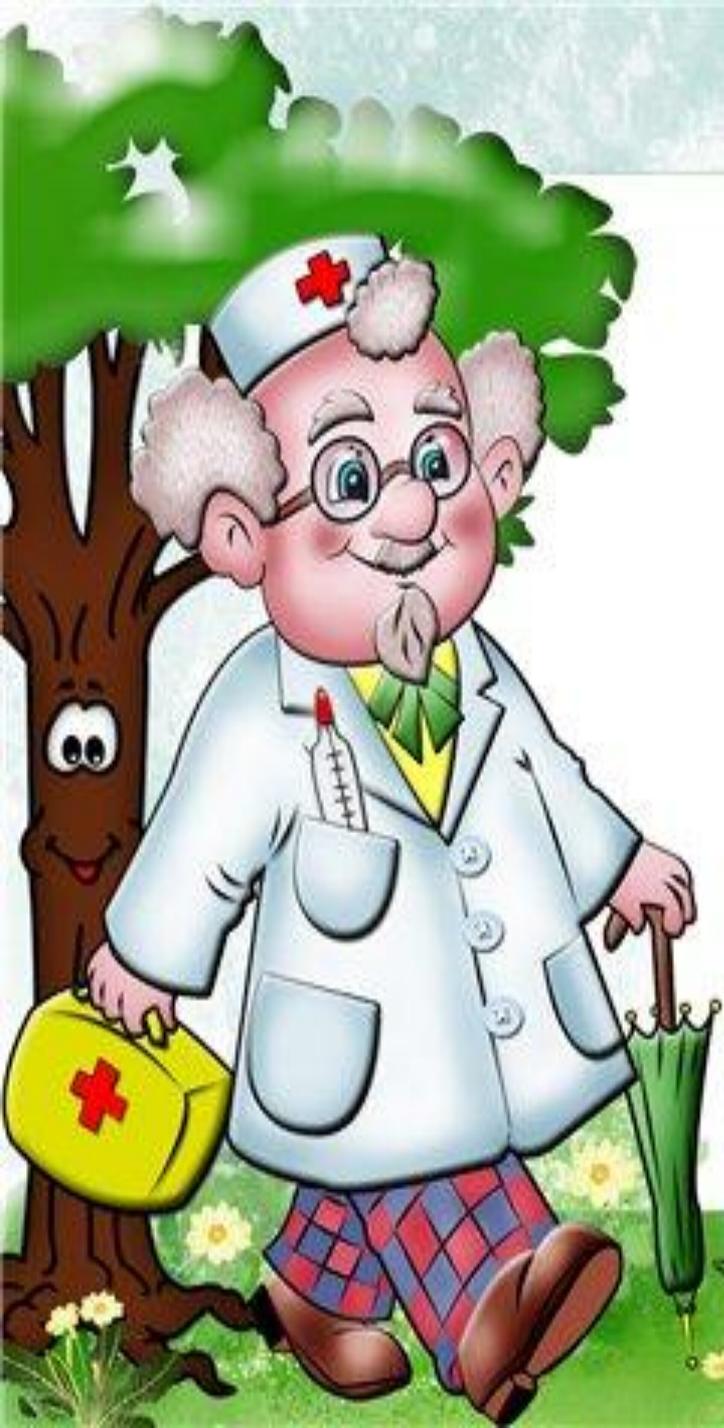




# От чего зависит наше здоровье?

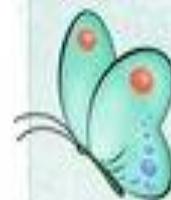
**Здоровый образ жизни**





# Народная мудрость

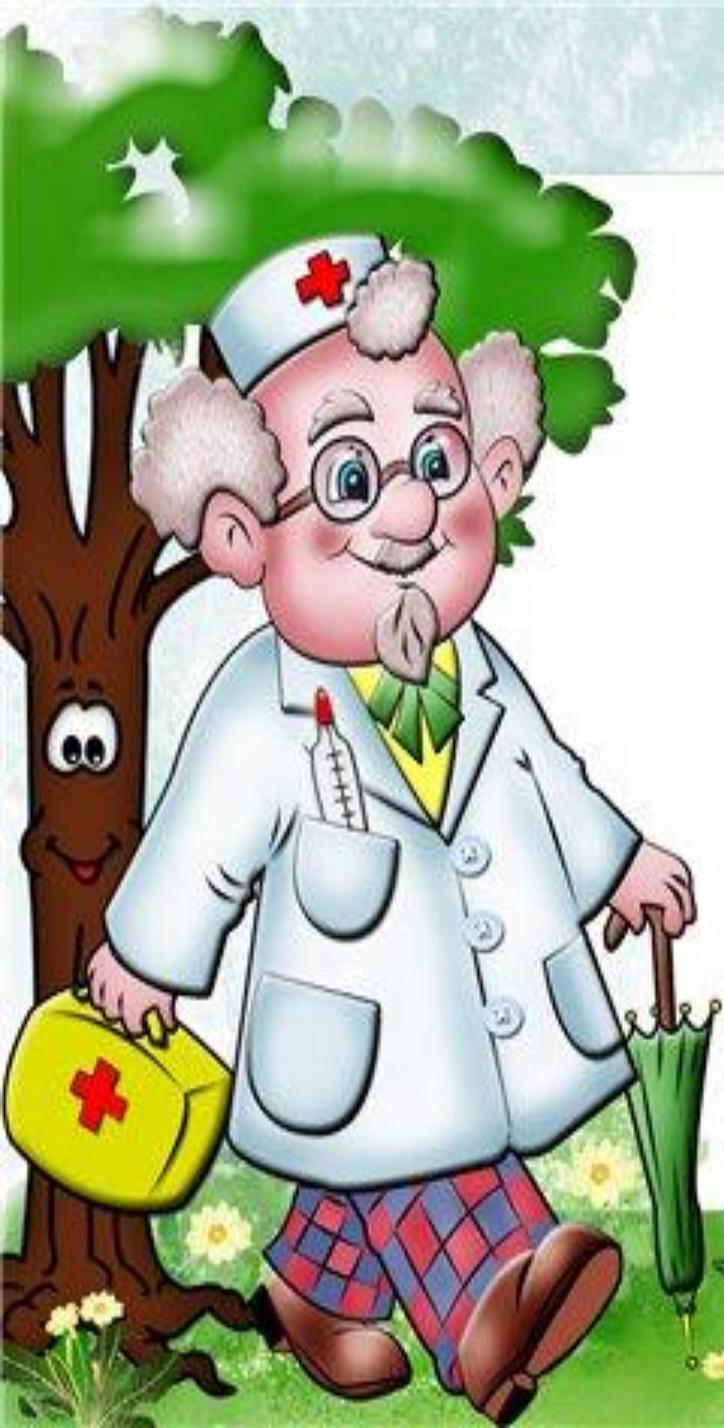
В здоровом теле –  
здоровый дух!  
Здоровье дороже  
денег!  
Чистота – залог  
здоровья!



# Вывод

- Спорт это жизнь! Это легкость движения!
- Спорт вызывает у всех уважение,
- Спорт продвигает всех вверх и вперед.
- Бодрость, здоровье он всем придает.
- Все, кто активен и кто не ленится,
- Могут со спортом легко подружиться!





**Будьте  
здоровы –  
будьте  
счастливы!**

