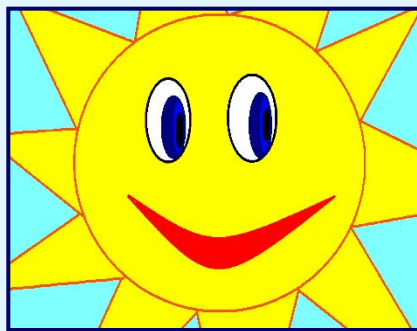


**Если хочешь быть
здоров – закаляйся!**



Классный час для 3 «В» класса



солнце



вода

**Природные
факторы
оздоровлени**



воздух

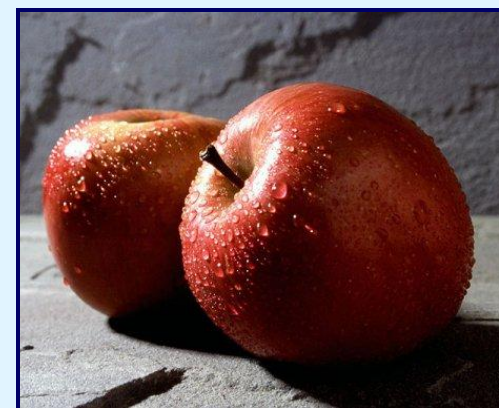


ароматы

растения



**целобные
свойства**



**продукты
питания**



загорание



**хождение
босиком**

**Формы
закаливания**



**прогулки на
свежем воздухе**



обливание



купание в водоеме

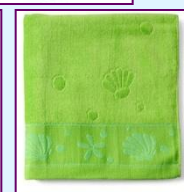
Поиграем?

Игра «Клуб закаливания»

- умывание холодной водой лица;



- умывание холодной водой до пояса;



- обливание холодной водой всего тела;



- холодные ванны для ног;



купание в водоёме;



- обтирание водой до пояса.



**Я здоровье сберегу,
сам себе я помогу!**



МОЛОДЦЫ!

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!