

Наши привычки

Презентацию подготовила и провела
воспитатель ГПД
Куликова Светлана Евгеньевна

● Привычки- это то, что человек повторяет неоднократно, изо дня в день (не задумываясь).



Привычки бывают

Полезные

- Умываться каждое утро
- Класть вещи на место
- Делать зарядку
- Говорить правду
- Убирать за собой игрушки, учебники
- Помогать родителям
- Выполнять режим дня
- Учить уроки
- Мыть руки перед едой
- Правильно питаться

Вредные

- Постоянно жевать жвачку
- Обманывать
- Грызть ногти, карандаш, ручку
- Лениваться
- Переедать (обжорство)
- Бросать мусор где попало
- Драться и сквернословить
- Неряшливость
- Алкоголизм и табакокурение

Что такое полезные привычки?



Привычки, способствующие
сохранению здоровья.



Вредные привычки.

**Привычки ,
наносящие вред
здоровью ,
называются
вредными .**



**Вредные привычки : есть
много сладостей , долго
сидеть у компьютера и
телевизора , читать лёжа,
разговаривать во время
еды и др.**



MyShared

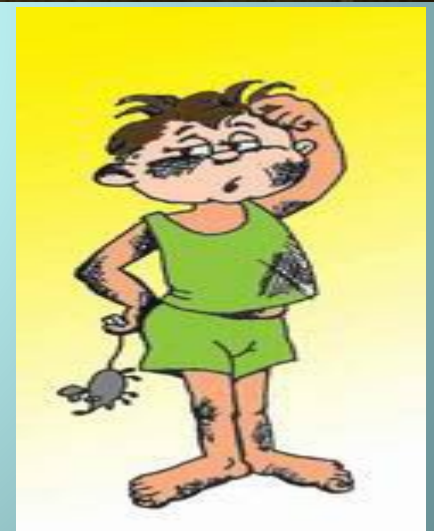
Я люблю покушать
сытно,
Много, вкусно,
аппетитно,
Ем я всё и без разбора,
Потому что я ...

обжора



Не люблю я, братцы,
мыться,
С мылом, щёткой не дружу.
Вот поэтому, ребята,
Вечно грязный я хожу.
И сейчас не потому ли
Назовут меня...

грязнуля



Честно я скажу ребятам:
Быть опрятным, аккуратным
Очень трудно самому.
Сам не знаю почему.
Вещи всюду я бросаю
И найти их не могу,
Что схвачу, в том и бегу.
Где штаны? А где рубаха?
Я не знаю.
Я ...

неряха



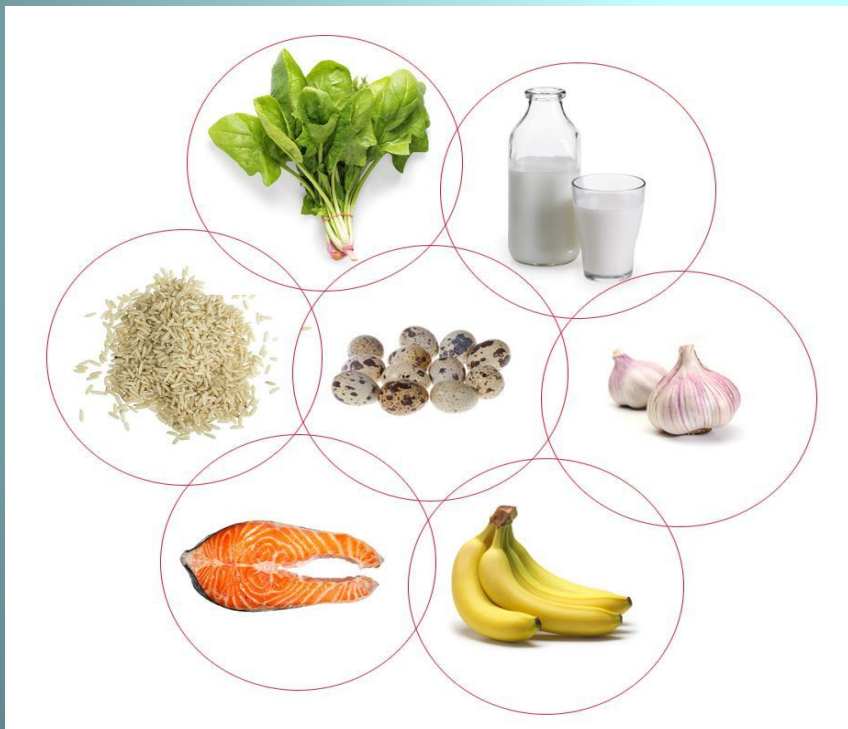
Я вчера был на Луне!
Что, не верите вы мне
Лунный камень я привёз,
Доставал рукой до звёзд.
Погулял я по Луне –
Видел лунных
человечков,
Перемолвились
словечком.
Три руки у них, три глаза
–
Не видал таких ни разу.
Погостил у них немножко,
Как понравилось там мне!

Вы ему не верьте
слишком,
П



Врунишка

Ешьте овощи и фрукты –
вот полезные продукты





**Это - вредная еда!
Вы не ешьте
никогда!**



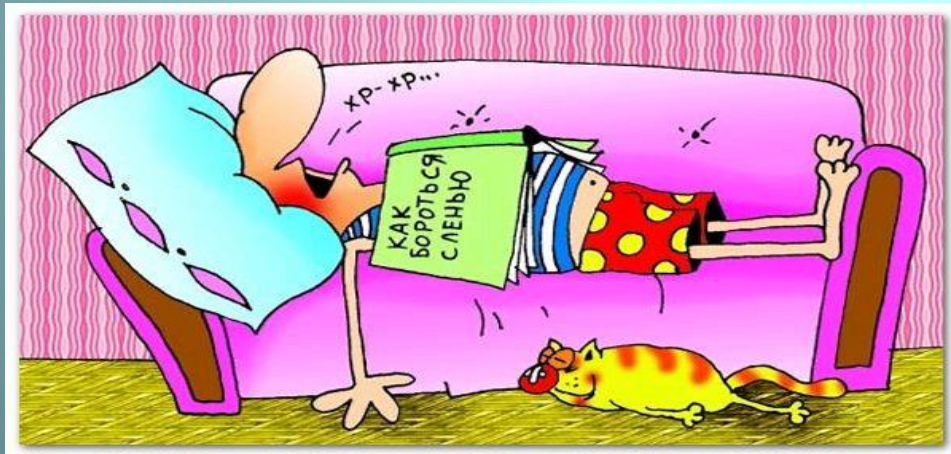


Чистота — залог здоровья,
Чистота нужна везде:
Дома, в школе, на работе,
И на суше, и в воде.



**НЕРЯХА и ГРЯЗНУЛЯ?!
ЭТО НЕ ПРО НАС!**

Лени-НЕТ!
Режиму дня- ДА!



Царство полезных привычек:

Режим дня



Закаливание и
спортивные
упражнения



Личная
гигиена



Здоровое питание





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ