

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №630  
Приморского района города Санкт-Петербурга**

*классный час*  
**«Слагаемые»**

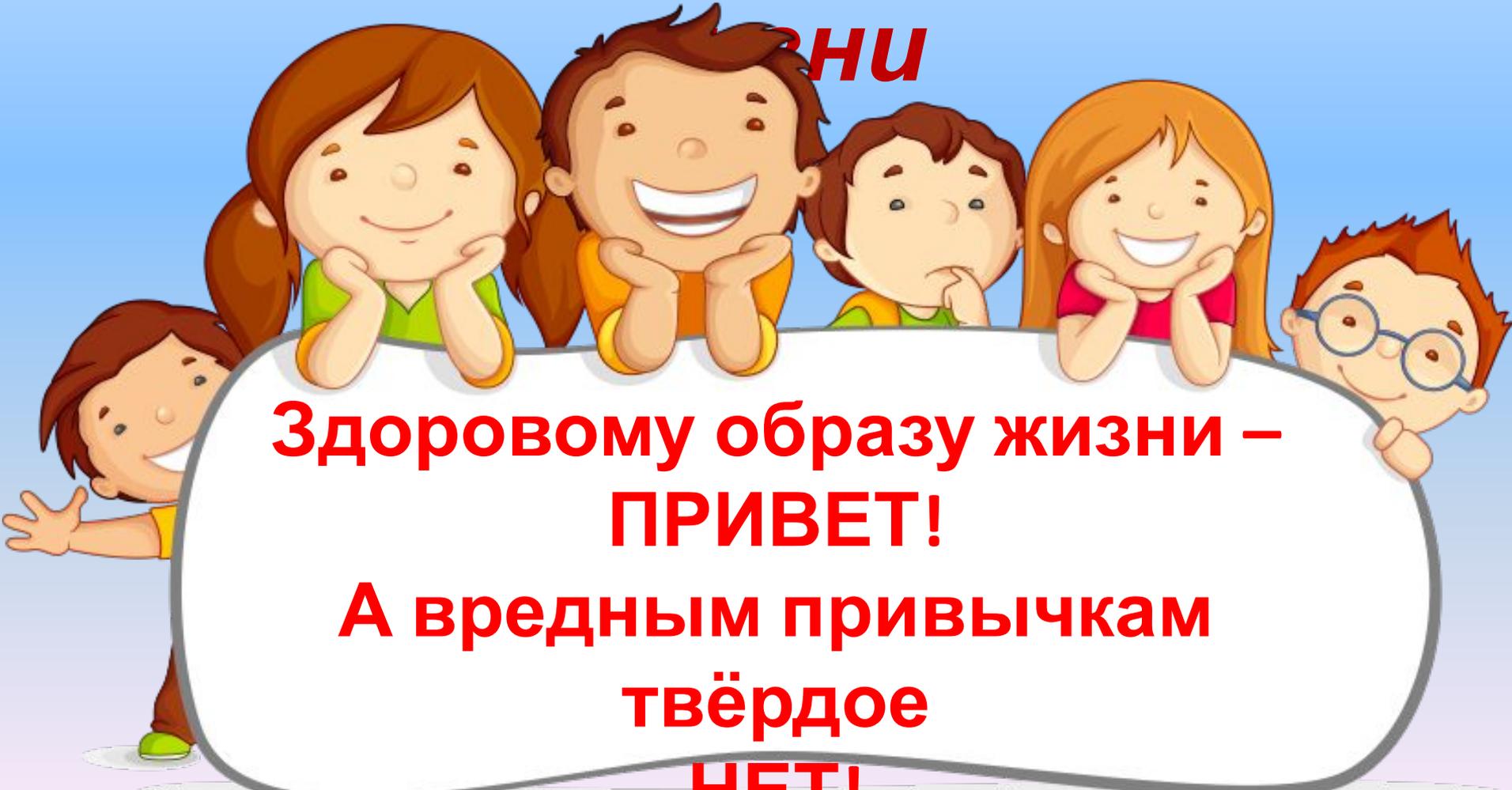


**Учитель: Шаргородская Татьяна  
Филипповна**

**2017 год**

# **ДЕВИЗ** **здорового образа**

**ЖИЗНИ**



**Здоровому образу жизни –  
ПРИВЕТ!**

**А вредным привычкам  
твёрдое  
НЕТ!**

**Чтоб успешно развиваться,  
Нужно спортом заниматься.**



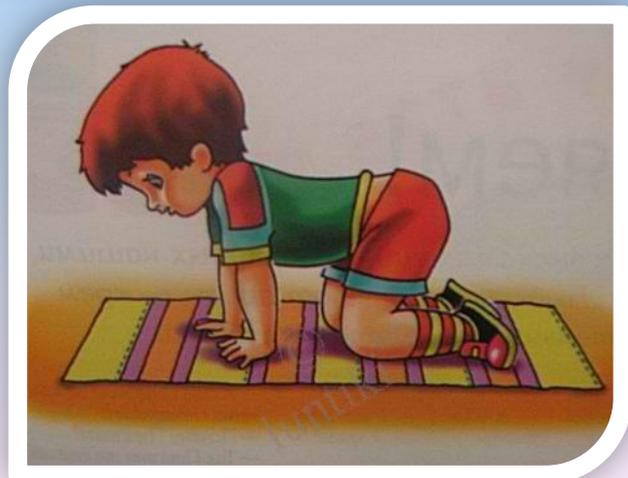
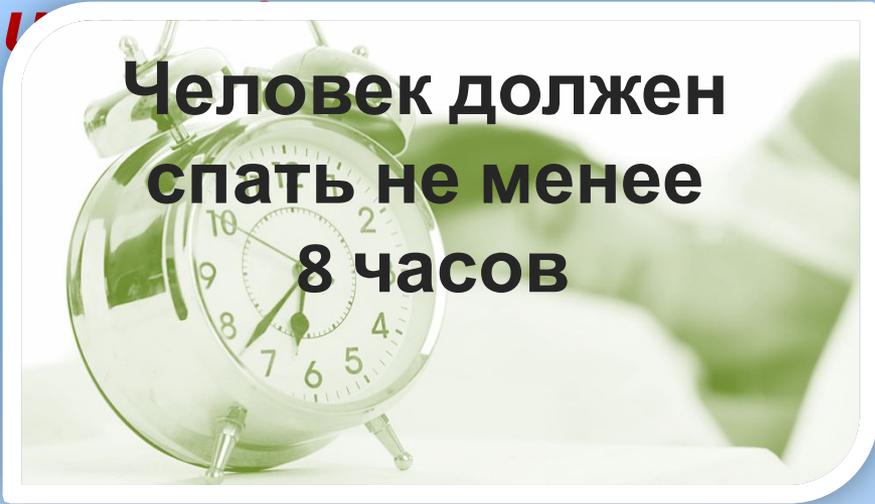
# Овощи, фрукты ешь всегда! Не будешь болей ты никогда!



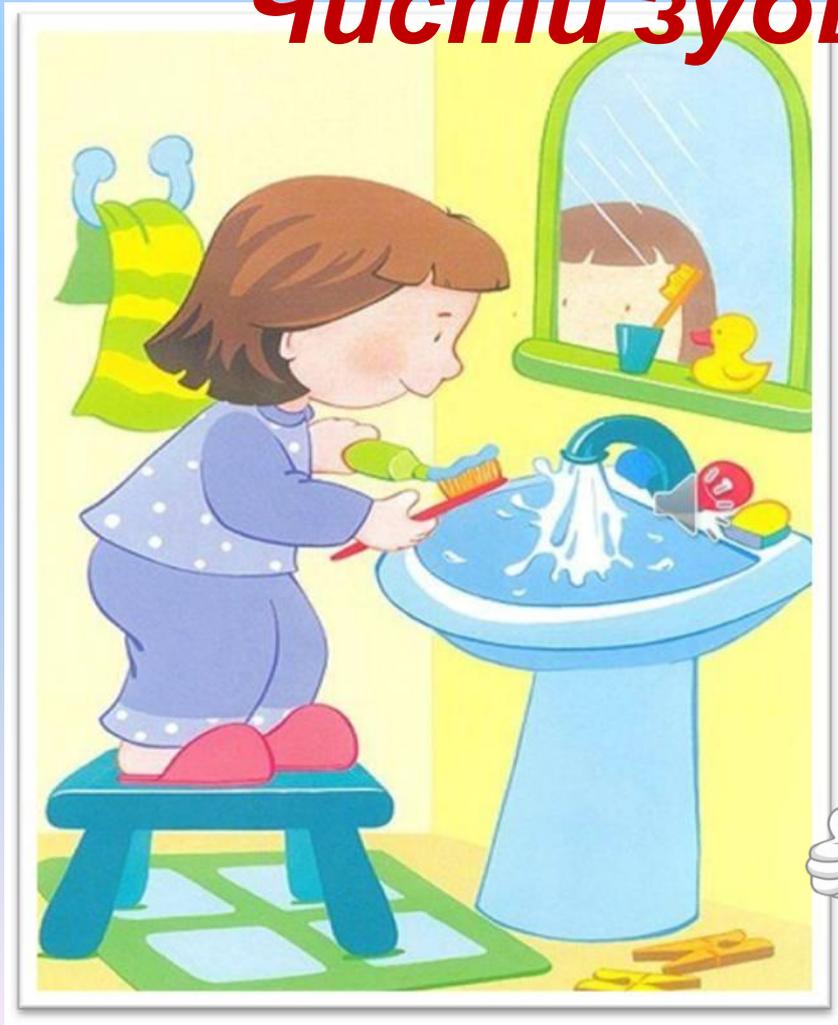
**Следует, ребята, знать - нужно всем подольше  
спать.**

**Ну а утром не лениться — на зарядку**

**стараются**



**Утром и вечером ты  
умывайся,  
Чисти зубы и закаляйся!**



# Нам полезно, без сомнений,



# Из каких кирпичиков состоит здоровье человека?

Активный образ  
жизни

Правильное  
питание

2 кг конфет

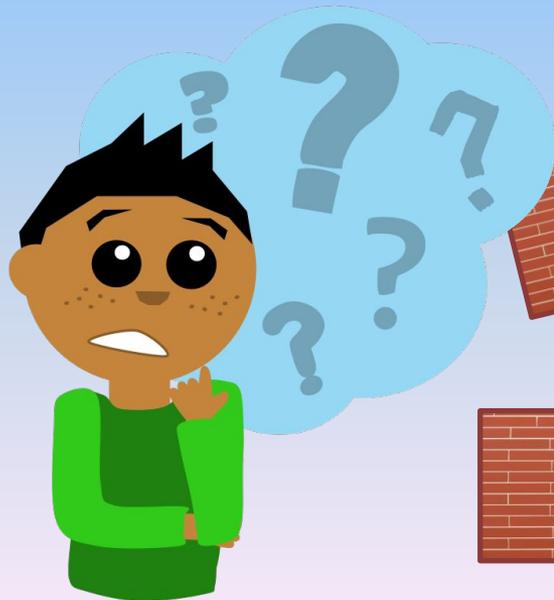
Газированные  
напитки

Крепкий сон

Спорт

Компьютерная  
игра

Гигиена



**Здоровое питание**

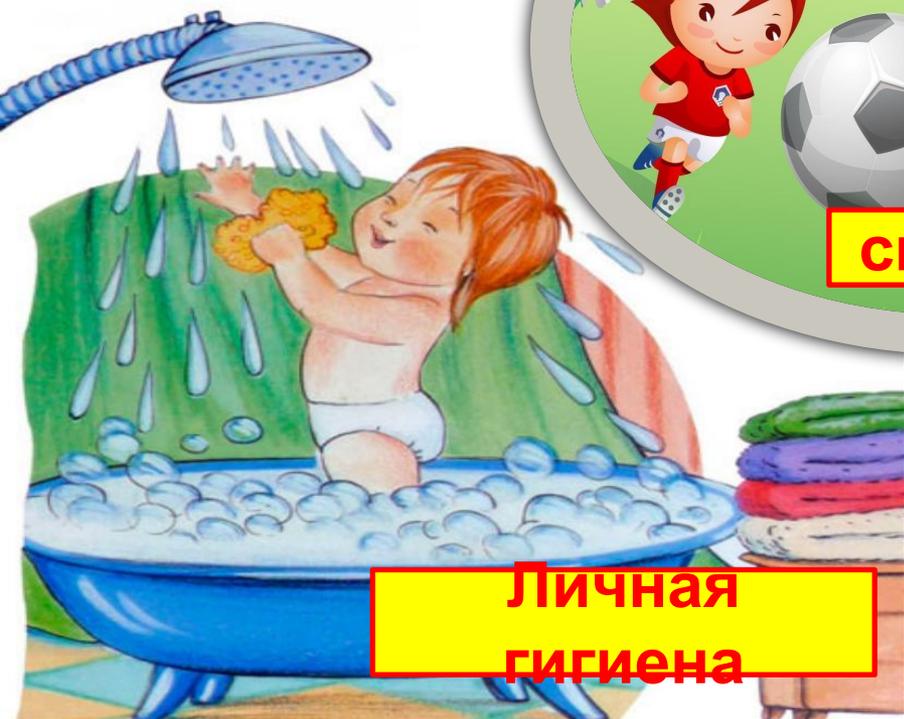


**Активный образ жизни**



**спорт**

**Здоровый сон**



**Личная  
гигиена**



# ЭМБЛЕМА ЗОЖ



## Слагаемые здоровья

1. *Режим*
2. *Спорт*
3. *Гигиена*
4. *Активный отдых*
5. *Крепкий сон*
6. *Правильное питание*

***А какую эмблему ЗОЖ  
нарисуете вы?***