



# «Что делать, чтобы быть здоровым»

Проектная работа Морозовых Юлии  
Алексеевны и Леонида группа  
компенсирующей направленности  
«Колосок»



**ЦЕЛЬ** – СНИЖЕНИЕ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ, СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ .

## задачи

- Оздоровительная- формирование ответственности и бережного отношения к своему здоровью, здоровому отношению жизни, пользе физической активности, а также закаливанию и правильному питанию.
- Образовательная- формирование навыков гигиены, выполнении основных движений, активности и отдыхе, безопасности, правильной осанке. Освоение знаний о своем организме.
- Воспитательная - формирование нравственно –физических навыков. Выработка привычки к ежедневным занятиям физическими упражнениями как потребности в физическом совершенствовании; воспитание культурно-гигиенических навыков.



Здравствуйте, меня зовут Морозов Лёня.  
Я расскажу вам что я делаю , чтобы  
быть здоровым.



# Чистота залог здоровья



**Грязь – лучший  
друг микробов –  
монстров!!!**



**ГРЯЗНУЛЯ**

Что такое гигиена? –  
Знать не знает грязный гена.  
Потому что свиньям друг –  
Никогда не моет рук.  
Не расчёсан, он – как ёжик!  
На репейник жуть похожий.  
Но не иглами он страшен –  
Будто грязью весь покрашен.

руки грязью весь покрашен  
но не моет он своих  
но свиньям друг похожий  
на репейник жуть похожий  
но не иглами он страшен  
будто грязью весь покрашен



# От простой воды и мыла у микробов тают силы

Мою руки перед едой и  
после прогулки и туалета.



У меня зубная щетка, она чистит зубы четко  
раз за разом веселей, мои зубы все белей



Слежу за чистотой одежды и обуви



# Соблюдение личной гигиены способствует сохранению и укреплению здоровья

Кто ногтей не чистит и не подстригает, тот  
своих знакомых здорово пугает. Ведь с  
ногтями грязными, длинными и острыми  
могут очень просто вас перепутать с  
монстрами.





# Массаж рук



# Зарядку для пальчиков





# Закаляю свой организм

Чтобы носом не сопеть, и не кашлять сильно, обливайся каждый день и весьма обильно.



# Гуляю на свежем воздухе



ЗИМОЙ И ЛЕТОМ



# Принимаю солнечные и воздушные ванны



Закалка - это оздоровительные процедуры посредством воды, солнца и воздуха. Закалка дарит нам крепкое здоровье, хорошее настроение, помогает нам быть менее зависимыми от изменений погоды. Защищает от простуды и гриппа.

**Чтобы в учебе преуспеть, и была смекалка, всем ребятушкам нужна водная закалка!**

Я очень люблю купаться и поэтому я хожу в бассейн. Я хочу научиться плавать. В бассейне мы делаем зарядку.





**Я научился нырять**



**Мы кидаем мяч друг другу**



# Что бы быть здоровым, нужно хорошо кушать



# Я люблю фрукты





# И про игры я не забываю



**Будьте здоровы**



Автор шаблона – **Коровина Ирина  
Николаевна,**  
учитель начальных классов  
МБОУ «СОШ №9» г.Сафоново Смоленской

Использованы ресурсы. области

- Карандаши  
<http://www.portraitimage.ru/populyarnie-raboti/karandashom/prostie-risunki-tsvetnimi-karandashami-poetapno.html>
- Дети <http://nsportal.ru/ismagilova-alsu-nuretdinovna>

