



Общероссийская общественная организация
содействия укреплению здоровья в системе образования

Твоё здоровье



Аникина Гюзель Шамильевна
учитель начальных классов
МБОУ «ВСОШ №2 ЗМР РТ»

**Мы живем в стране большой,
щедрой и богатой!**

**И не жалко ничего ей для вас,
ребята!**

**Стадионы новые дарят вам не
зря!**

**Чтобы вы здоровыми выросли,
друзья!**

**Чтобы каждый стал смелей,
Помогал стране своей!**

У нас бассейны, стадионы...

Забота Родины огромна.



ЗДРАВУШКА



Дневник путешественника



Выберите слова для характеристики здорового человека

красивый

сутулый

ловкий

сильный

бледный



статный

крепкий

неуклюжий

румяный

стройный

толстый





ЗАКАЛИВАНИЕ – ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ

Закаливание дарит нам здоровье и отличное настроение



Принимаю контрастный душ



Умываюсь холодной водой



Обтираюсь влажным полотенцем



Люблю купаться



Греюсь на солнышке



Гуляю на улице



МОЕМ РУКИ ПРАВИЛЬНО!



Чтоб здоровыми нам быть,
Надо ручки чаще мыть.
Кран для этого откроем,
Смочим теплой их водою,



Тщательно намылим
Жидким пенным мылом.
Трем ладошки друг о друга,
Вымоем все пальчики -
Это правило простое
Для девочек и мальчиков.



После ручки сполоснем,
Смоем все бактерии.
Пусть от нас они бегут
Вместе с мыльной пеной.



Полотенчиками ручки
Высушим бумажными,
Для ладошек очень вредно
Оставаться влажными,



Тем же полотенчиком
Мы закроем кран,
Чтоб с него бактерии
Не попали к нам.





Рано вставать, рано в кровать... С. Маршак

*Рано
Вставать,
Рано
В кровать –
Завтра
На парте
Не будешь зевать.
Не бойся
Воды –
Мойся!
Стройся в ряды,
Стройся!*

*Трудный
И долгий
День впереди –
Каждую мышцу
С утра
Заряди!
Чистят
Ножки,
И кастрюли,
И трубы, –
Как же не чистить
До завтрака
Зубы?*

*Вовремя
Пей,
Вовремя
Ешь, –
Будешь
До старости
Крепок
И свеж.
Ешь,
Не спеша.
Пусть работают
скулы.*

*Мы – пионеры,
А не акулы!
В школе
Учись
И работай
В отряде.
Книг
Не марай
И не пачкай
Тетрадей.*

*Счету
Учись
Перед классной
доской,
Строить
Учись
У себя в мастерской.*

*Вредно
Ребятам
Лежачее чтение:
Вредно
Для книги
И вредно
Для зренья.*

*Рано
В кровать,
Рано
Вставать –
И начинаем
Сначала
Опять.*







ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЕ





ПИТАЙТЕСЬ ПРАВИЛЬНО

ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ



СЛЕДИТЕ
ЗА ОСАНКОЙ



МОЙТЕ РУКИ
ПЕРЕД ЕДОЙ



ЗУБЫ НУЖНО ЧИСТИТЬ
УТРОМ
И ВЕЧЕРОМ



ДЕЛАЙТЕ ЗАРЯДКУ
КАЖДЫЙ
ДЕНЬ



БОЛЬШЕ
ГУЛЯЙТЕ
И ЗАНИМАЙТЕСЬ
СПОРТОМ



В СЛУЧАЕ БОЛЕЗНИ
ОБРАЩАЙТЕСЬ
К ВРАЧУ



ОДЕВАЙТЕСЬ
ПО ПОГОДЕ



ВРЕДНО ДОЛГО ИГРАТЬ
НА КОМПЬЮТЕРЕ
И СМОТРЕТЬ
ТЕЛЕВИЗОР



СОБЛЮДАЙТЕ
РЕЖИМ ДНЯ

Серия познавательных развивающих обучающих "Азбука" 04

**•Я хочу быть
здоровым!**

**•Я могу быть
здоровым!**

•Я буду здоровым!



Интернет - ресурсы

- ❖ Автор шаблона: Ранько Елена Алексеевна <http://elenaranko.ucoz.ru/>
- ❖ Цветочный бордюр:
http://lisyonok.ucoz.ru/_ld/0/88630.png
- ❖ Картинка на титульном слайде:
http://img-fotki.yandex.ru/get/9089/39663434.585/0_98877_b49342c4_orig
- ❖ Фон:
http://img-fotki.yandex.ru/get/5502/66124276.37/0_68016_730c3cf8_orig
- ❖ Цветок для бордюра:
http://img-fotki.yandex.ru/get/2712/66124276.36/0_67ff4_33e9c9eb_orig

- ❖ Пенёк:
http://img-fotki.yandex.ru/get/2708/66124276.36/0_67ff8_d7f75a89_orig

- ❖ Гном:
<http://s4.pic4you.ru/y2014/04-28/12216/4358047.png>

