

Путешествие к Дому Здоровья



З - здоровье, зарядка, закаливание



Д - диета, душ, диетолог

О - отдых

Р - режим, расческа, ракетка, рюкзачок

О -

В - вода, витамины, врач

Ь

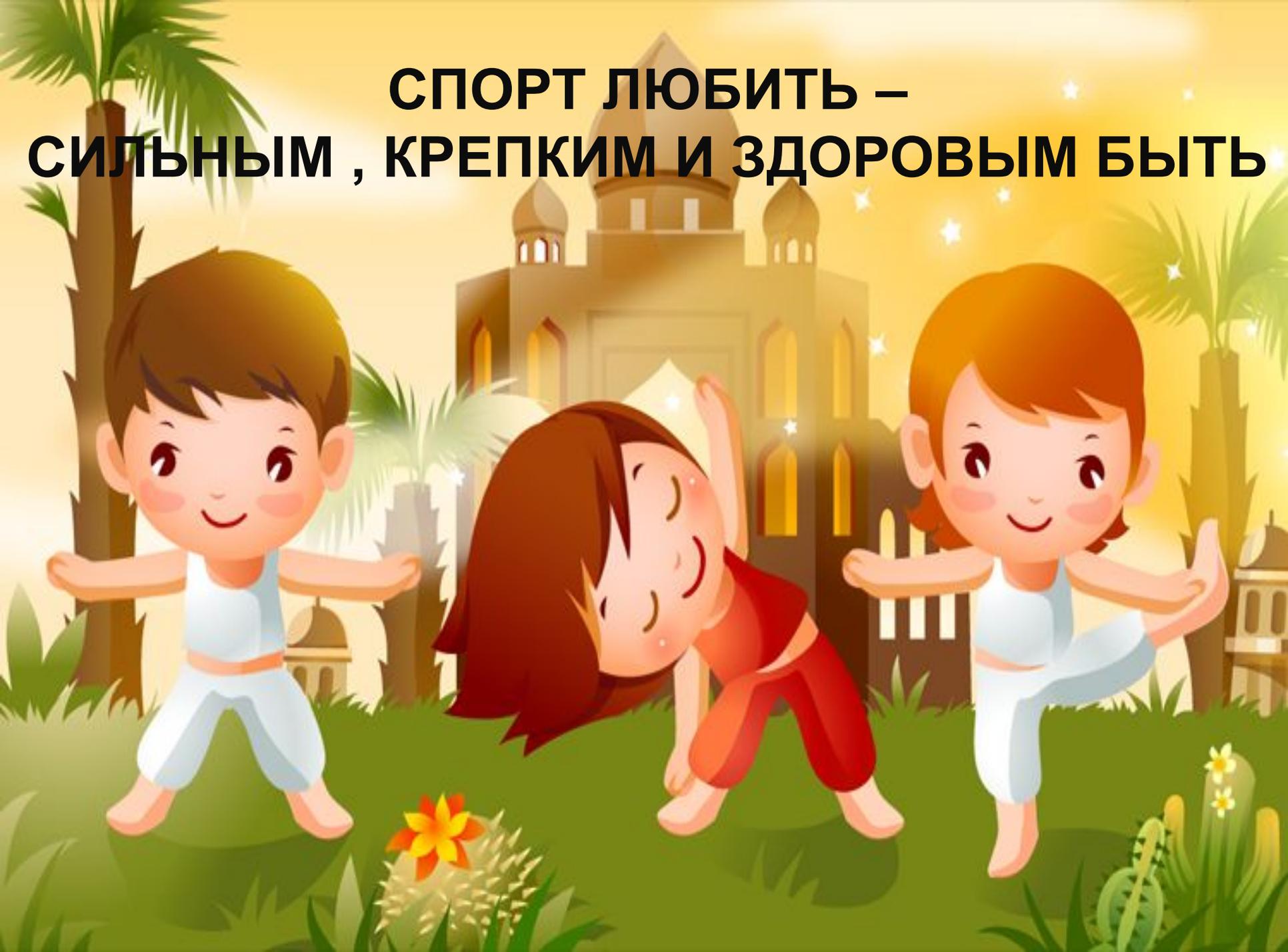
Е - еда

Привычка – это то, что совершаем почти не задумываясь, действуя как бы автоматически.

Привычки бывают полезные и вредные



**СПОРТ ЛЮБИТЬ –
СИЛЬНЫМ , КРЕПКИМ И ЗДОРОВЫМ БЫТЬ**



Конкурс: Кто быстрее



Конкурс «Клад витаминов»

Мы ведём наш разговор

О полезной пище.

И напомним вам совет.

Он не будет лишним –

Прежде чем за стол вам сесть,

Призадумайся, что съесть!

л	у	к
---	---	---

ч	е	с	н	о	к
---	---	---	---	---	---

м	о	р	к	о	в	ь
---	---	---	---	---	---	---

я	б	л	о	к	о
---	---	---	---	---	---

к	л	ю	к	в	а
---	---	---	---	---	---

к	а	р	т	о	ф	е	л	ь
---	---	---	---	---	---	---	---	---

к	а	б	а	ч	о	к
---	---	---	---	---	---	---

о	г	у	р	ц	ы
---	---	---	---	---	---

Конкурс: Смекалкино



Режим дня

- это определённый ритм жизни, когда чередуются различные виды вашей деятельности:

учёба;
отдых;
труд;
питание;
сон.

Личная гигиена

Личные – общие.



Вредно - полезно.



Витамины

A

B

D

C