

**Поговорим о здоров**

**здоровье – это  
состояние человека,  
которому свойственно  
не только отсутствие  
болезней или  
физических недугов, но  
и полное физическое,  
душевное и социальное**

**86% детей  
в России  
имеют  
отклонения  
в состоянии  
здоровья**

# Факторы здоровья:

- 1) наследственность. (15 - 20%)
- 2) внешняя среда. (20 — 25 %)
- 3) медицинская помощь. (10 — 15 %)
- 4) образ жизни. (50 — 55 %)







**Ребёнок не  
нуждается  
в режиме дня**

**Прогулки  
на свежем воздухе  
не обязательны**



**Дети не  
нуждаются  
в регулярном  
сбалансирован  
ном питании**

**В меню младшего  
школьника  
обязательно следует  
включить  
бутерброды**

**Чтобы ребёнок радовал  
школьными успехами,  
заставляйте его  
заниматься дома не  
менее трёх часов в день**

**Ограничьте  
первокласснику  
время на игры и  
забавы, общение  
с друзьями**

**Первоклассни  
к уже  
взрослый и не  
нуждается в  
дневном сне**

**Не прощайте  
ребёнку  
замечания  
в школьном  
дневнике,  
каракули**



**При появлении  
первых признаков  
болезни не торопитесь  
обращаться  
к врачу**

**Прежде всего, дети  
должны расти  
счастливыми! Только  
счастливый ребенок  
может быть здоров  
физически и душевно,  
гармонично**



