

Презентация на тему:

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

Выполнила воспитатель
1 класса
Рожнова С.Б.
Февраль 2014г.



Цель: сформировать представление о здоровье, как об одной из главных ценностей человеческой жизни, выделить компоненты здоровья человека.

Задачи:

Образовательные: учить элементарным навыкам гигиены, учить самостоятельно следить за своим здоровьем, углублять знания детей о рациональном питании.

Воспитательные: воспитывать желание соблюдать режим дня, закаляться, прививать любовь к физическим

ФИЗИЧЕСКОЕ

ПСИХИЧЕСКОЕ

**ЗДОРОВЬЕ
ШКОЛЬНИКА**

ГИГИЕНИЧЕСКОЕ

НРАВСТВЕННОЕ

Все части здоровья нам очень важны. Все виды здоровья нам очень нужны.

ДУХОВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

РОДИТЕЛИ

ДРУЗЬЯ



ОБЩЕСТВО

- УМЕНИЕ ЖИТЬ
В СОЧЕТАНИИ

С СОБОЙ И
ОКРУЖАЮЩИМИ



ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

РАЦИОНАЛЬНОЕ
ПИТАНИЕ



СОБЛЮДЕНИЕ
ПРАВИЛ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ И
БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ



ДВИГАТЕЛЬНАЯ
АКТИВНОСТЬ



ОТКАЗ ОТ
ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК



ОПТИМАЛЬНОЕ
СОЧЕТАНИЕ УМСТВЕННОГО И
ФИЗИЧЕСКОГО ТРУДА



От чего зависит наше здоровье?

Здоровый
образ
жизни



Для поддержания здоровья важен распорядок дня, определённый ритм жизни и деятельности человека. Режим каждого человека должен предусматривать определённое время для работы, отдыха, приёма пищи и сна.





ЗДОРОВЬЕ

В ПОРЯДКЕ —

СПАСИБО ЗАРЯДКЕ!



Утренняя гимнастика



**Чтобы зубы были здоровыми – их надо чистить
ежедневно 2 раза: утром и вечером.**





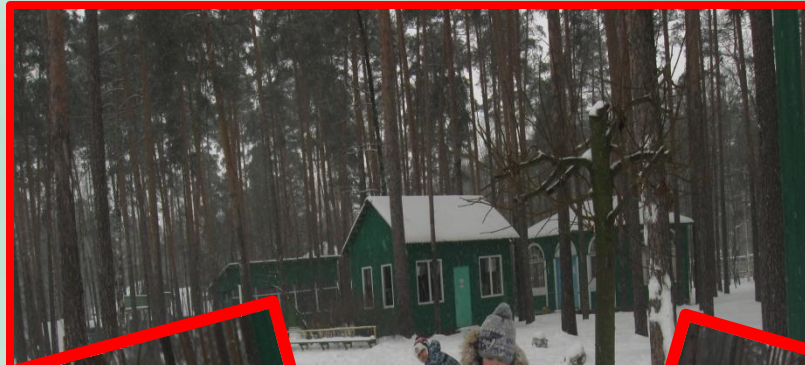
Заболевание легче предотвратить, чем потом лечить!!!!

В нашей школе дети, чтоб не заболеть посещают солевую комнату, ингаляторий, массаж, бассейн, джакузи.





**Как хорошо потрудиться на свежем воздухе
и полезное дело сделали и здоровье укрепили**



***Потрудились на славу --
теперь можно и поиграть.***





Щечки румяные, настроение
отличное,
не пора ли помыть ручки?
...? Но
сначала



моем

руки

**Ух и вкусный обед приготовили наши
повара
из самых лучших и полезных продуктов**



Игра

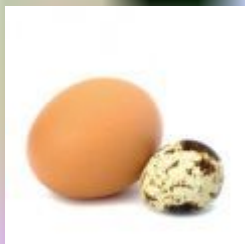
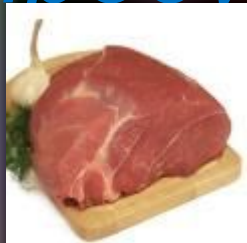
"ПОЛЕЗНО - ВРЕДНО"





Перенес

Полезные и продукты



Перенеси Вредные продукты



**После вкусного обеда
очень хочется поспать!**

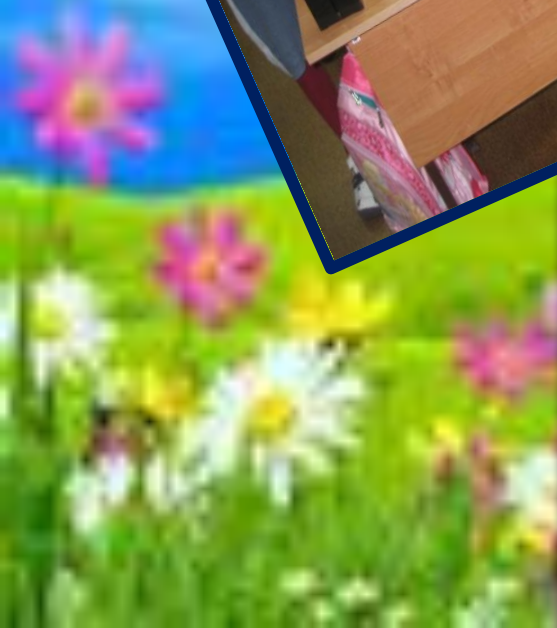




ФИЗМИНУТКА

Одолела нас дремота,
Шевельнуться неохота.
Ну-ка, сделайте со мною
Упражнение такое:
Вверх и вниз потянись,
Окончательно проснись.
Из-за парты дружно встали
И на месте зашагали,
На носочках потянулись,
А теперь вперед прогнулись,
Как пружинки, мы присели,
А потом тихонько сели.







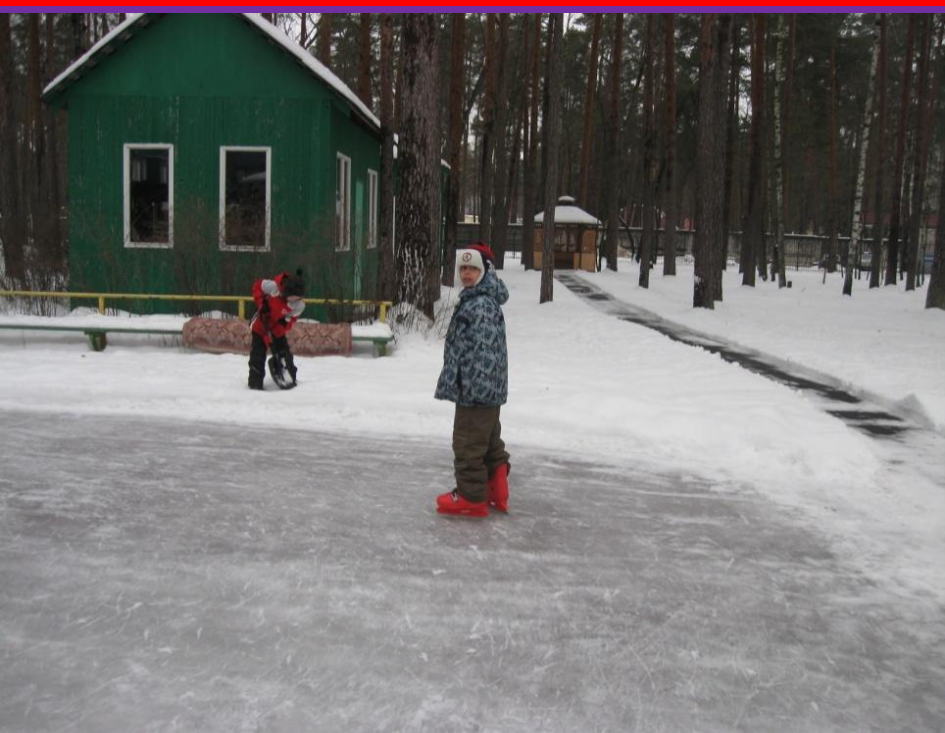
**СПОРТ —
ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ
ЖИЗНИ!**



Спортивный образ жизни — это залог здоровья и долголетия.

**Зимой наши лучшие друзья—
ЛЫЖИ, КОНЬКИ И САНКИ.**





В спортивных состязаниях, играх, соревнованиях мы





Выво



*МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ
ЖИЗНИ!!!!!!*