


A wide-angle photograph of a vast field of purple flowers, likely lupines, stretching to the horizon. The sky is bright blue with scattered white, fluffy clouds. The text is centered over the image.

Как сохранить здоровье

Заболевания

- **Нарушение осанки – 5чел.**
- **Нарушение зрения – 10чел.**
- **И др.**

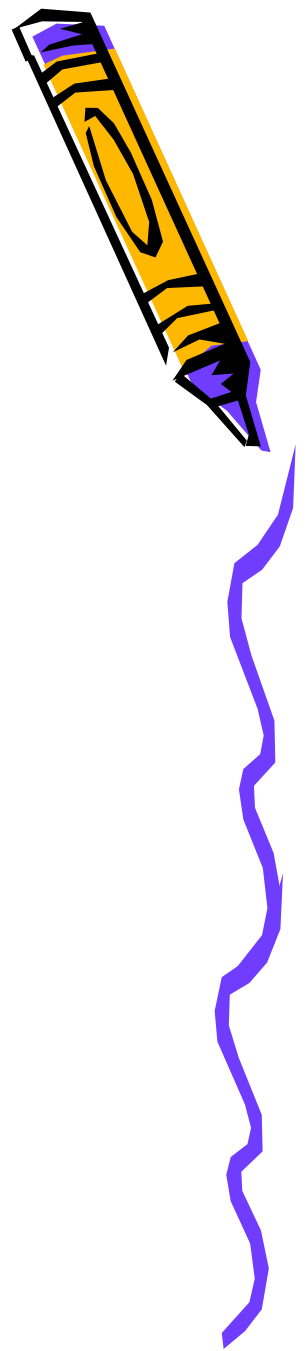


**« Человек в молодости тратит здоровье на
то,
чтобы заработать деньги,
а в старости тратит деньги на то,
чтобы выкупить здоровье.
Но никому это пока не удавалось.»**

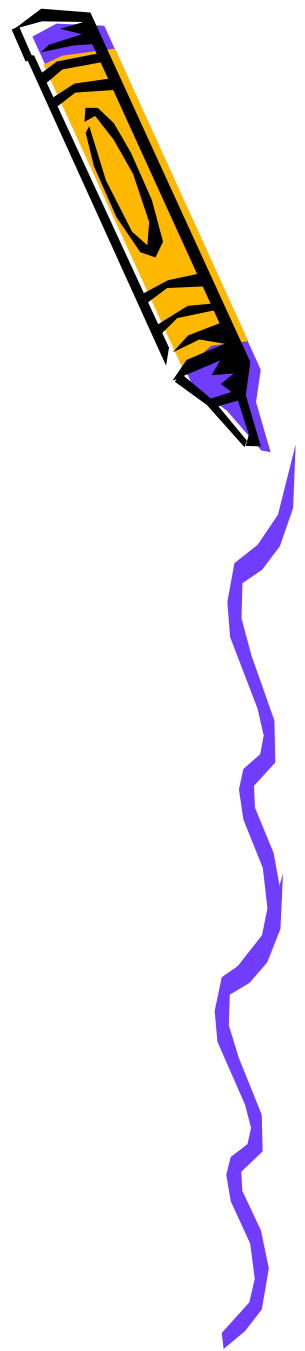


Физическая работа тела

- Постоянная активность
- Развитие выносливости




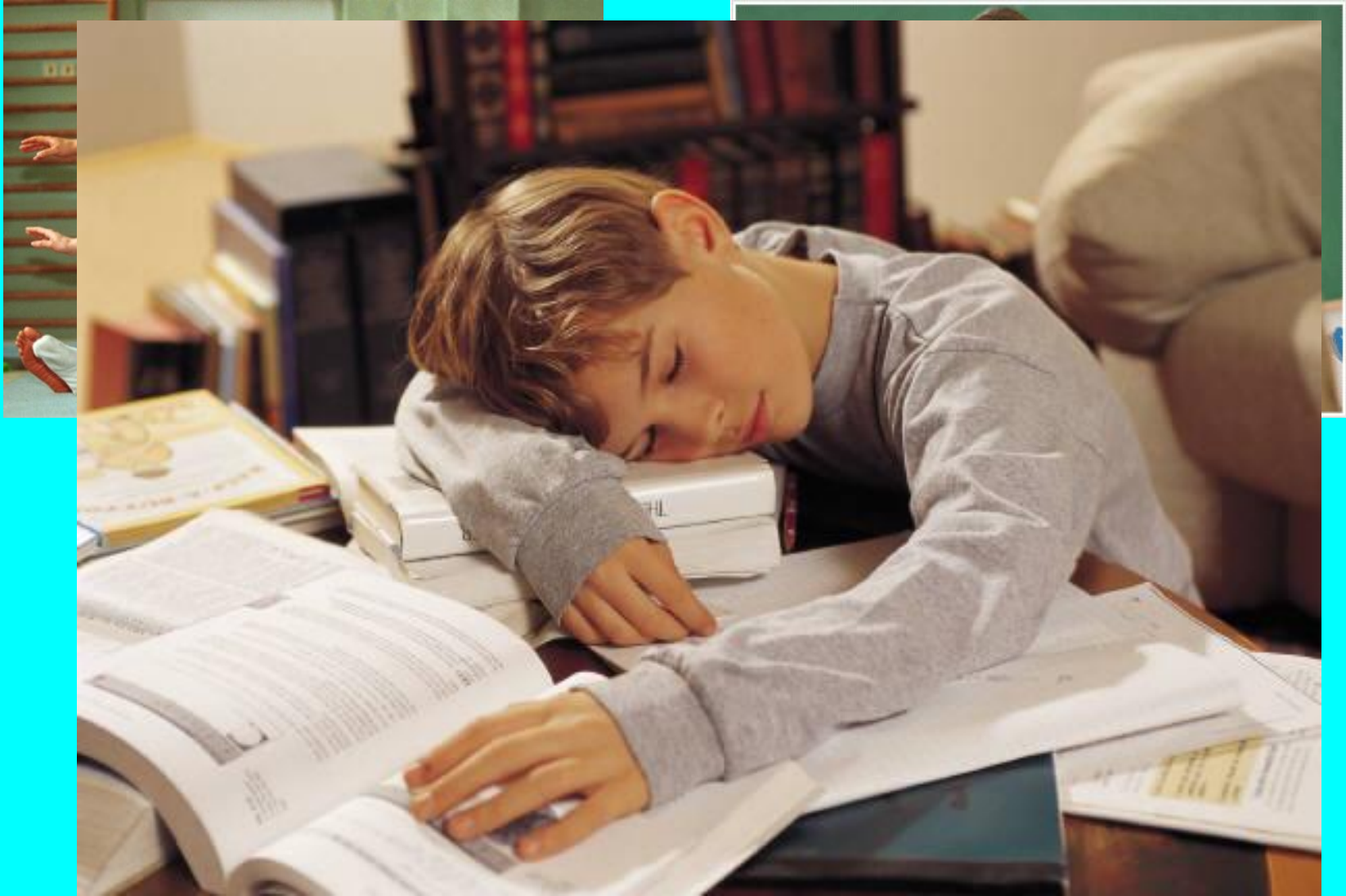
- Маркировка мебели;
- питьевой режим, режим проветривания, режим питания, динамические паузы, физминутки; кл. часы, мероприятия.



A vibrant field of wildflowers, including white daisies with yellow centers and yellow buttercups, set against a bright blue sky with scattered white clouds. The text is overlaid in the center of the image.

***Советы
родителям***

- 
- Наблюдайте за состоянием здоровья;
 - обращайтесь к специалистам;
 - составьте режим и соблюдайте;
 - движение – это жизнь;
 - следите за осанкой;
 - учитесь понимать ребёнка;
 - помогайте ребёнку во всём;



Как сохранить и укрепить здоровье:

- **-Соблюдать режим дня.**
- **- Утро начинать с зарядки.**
- **- Закалять свой организм.**
- **Правильно и регулярно питаться.**
- **Заниматься спортом, больше двигаться.**
- **Принимать жизнь с радостью, больше улыбаться, меньше ссориться.**

**Спасибо за
внимание!**

счастья

здоровья