

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

Как сохранить здоровье

Заболевания

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

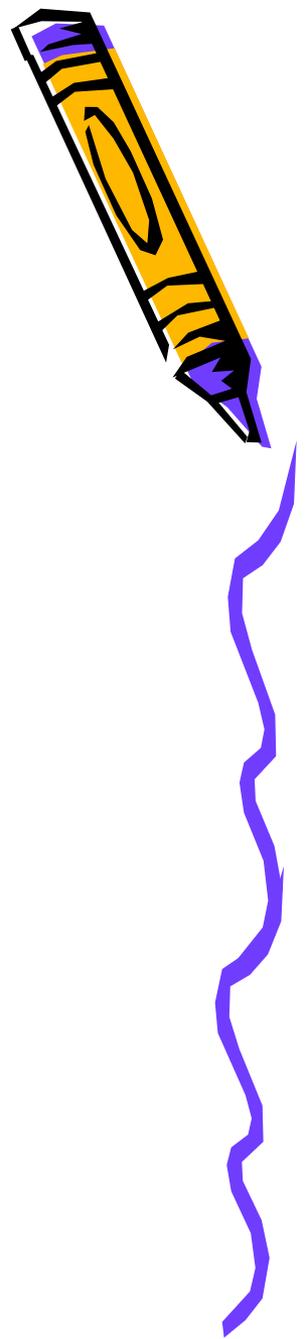


**« Человек в молодости тратит здоровье на
то,
чтобы заработать деньги,
а в старости тратит деньги на то,
чтобы выкупить здоровье.
Но никому это пока не удавалось.»**

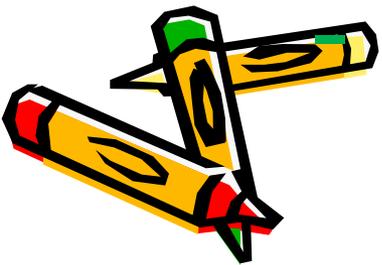
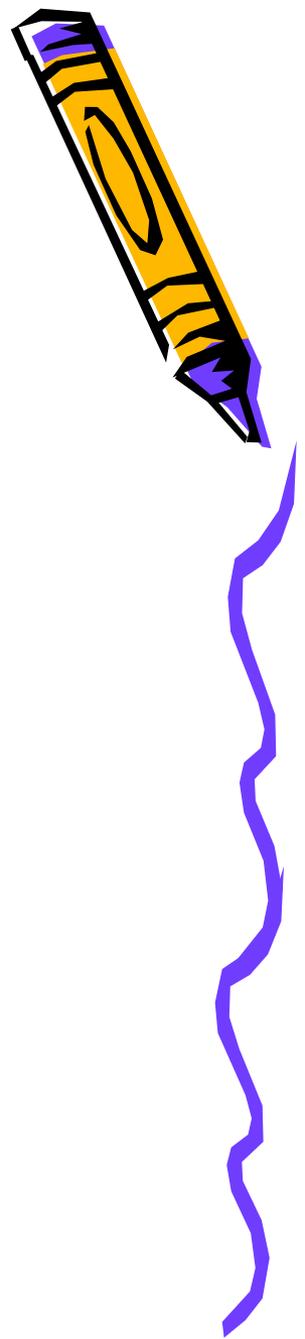


Физическая работа тела

- Постоянная активность
- Развитие выносливости



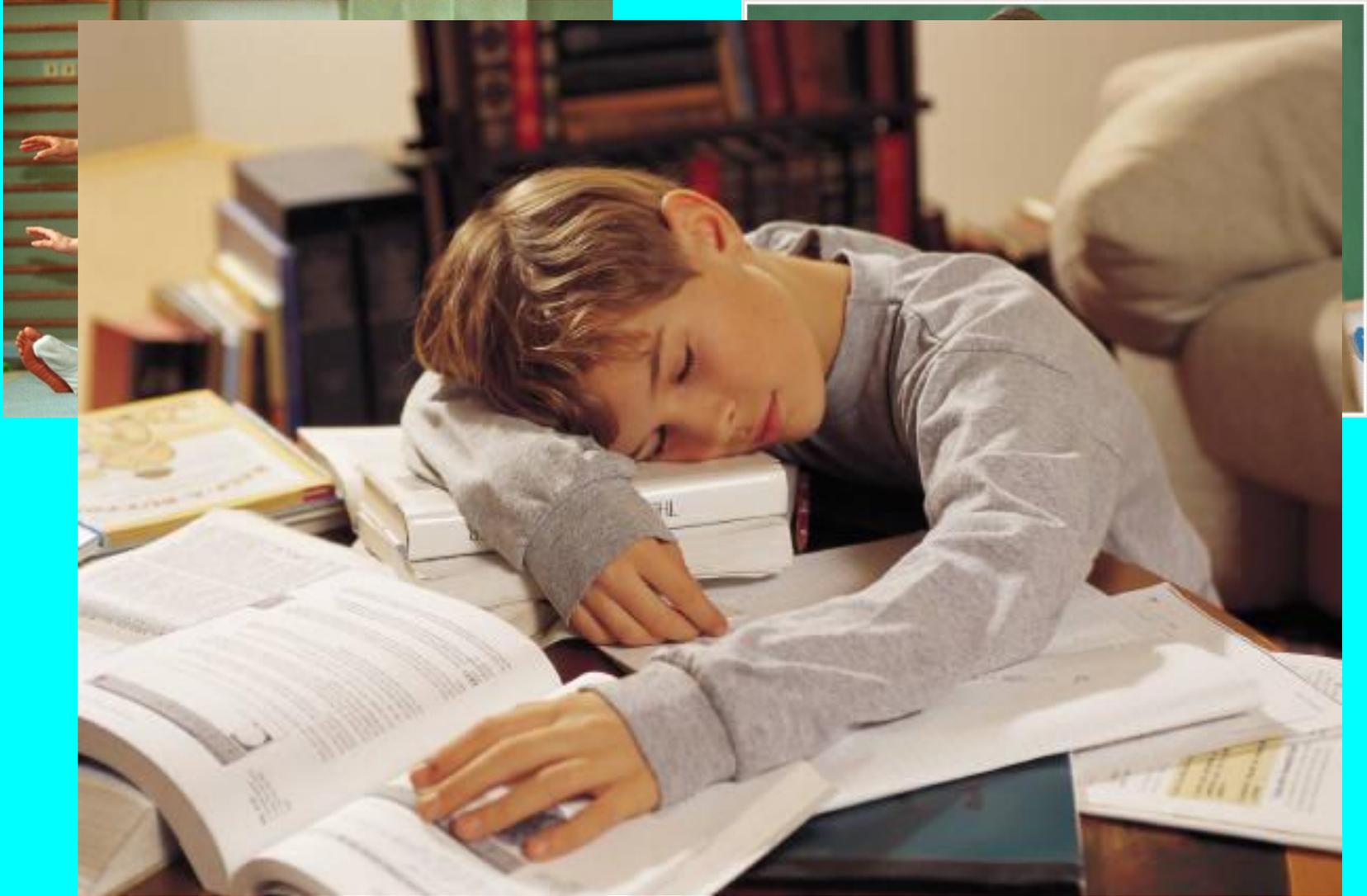
- Маркировка мебели;
- питьевой режим, режим проветривания, режим питания, динамические паузы, физминутки; кл. часы, мероприятия.



A vibrant field of white daisies and yellow buttercups under a bright blue sky with scattered white clouds. The flowers are in full bloom, creating a dense and colorful scene. 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