

# *Уроки о здоровье. Причины болезни.*

*Мы умеем думать,  
Мы умеем рассуждать  
Что полезно для  
здоровья,  
То и будем выбирать!*

*Жизнь =  
здоровье + семья + учеба  
+ друзья*

*Почему здоровье важно поставить на первое место?*

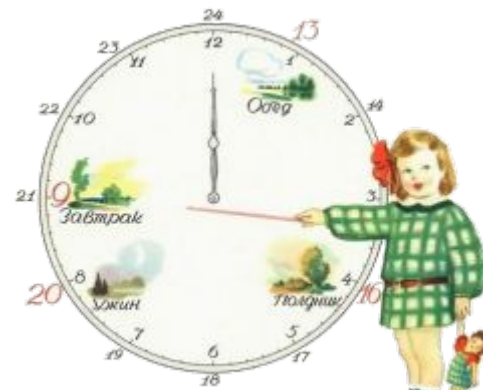


« Здоровье человека во многом  
зависит от образа жизни ,  
поведения и умения помочь  
себе и другим в трудных  
ситуациях»

**Я здоровье сберегу,  
Сам себе я помогу!**

# Наши помощники в сохранении здоровья.

Режим дня



Личная гигиена



Правильное питание



# Режим



Режим дня - это распорядок дел, действий, которые вы совершаете в течение дня.

# Личная гигиена.



Это правила, выполнение которых поможет не болеть и укрепить своё здоровье.

# Что значит «правильное питание»?

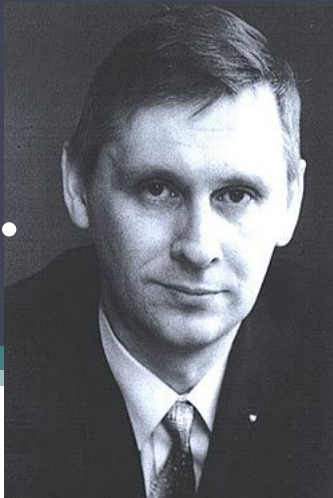


Правильное питание - это разнообразное питание. Для жизни человеку необходимы питательные вещества, которые находятся в разных продуктах питания.



*Физминутка*

Александр  
Константинович Лаптев  
родился 26 декабря 1960  
года в  
Иркутске.




**«Пирамида здоровья» -  
главный герой  
муравей Свати**



Жестокость - это путь к  
гибели и болезням.

**Радость - это особая  
мудрость и  
болезни ее боятся.**

«Каждый человек кузнец  
своему здоровью»

A decorative graphic element consisting of several horizontal lines of varying lengths and colors (teal, light blue, white) extending from the right side of the text area towards the right edge of the slide.

Если хочешь быть здоров.

