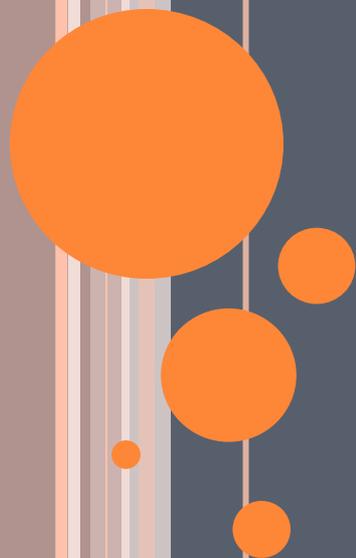


# **ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

**Чтобы быть здоровым,  
Бегать и играть,  
Надо вам, ребята,  
3 правила соблюдать!**



# **ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ**

**Лень, ребята, очень плохо –  
Не ленитесь никогда.  
Если будете лениться –  
Ждёт вас страшная беда:  
Будете лежать на печке  
С толстым пузом по углам.  
И всё кушать шоколадки  
С винегретом пополам.  
И придёт тот страшный час,  
И недельки через 3  
Лопните вы в страшных муках  
От обжорства и еды.**



*ПИТАНИЯ НАМ НЕОБХОДИМЫ ВИТАМИНЫ.*

*А КАКИЕ ОВОЩИ И ФРУКТЫ БОГАТЫ  
ВИТАМИНОМ С ?*



**С**



Т

В баскетбол мы все играли,  
И в кольцо мы мяч бросали.

Ну, а кто играл в футбол-  
Тот спортивный чемпион!

Спорт наш лучший, лучший друг,  
Говорю вам это вслух!!!



- Если ты хочешь вести здоровый образ жизни то ты должен заниматься спортом! Спортом нужно заниматься потому, что человек становится выносливее и у него крепнет здоровье. Каждый может найти свой вид спорта, поскольку их очень много: баскетбол, волейбол, футбол, хоккей и многие другие.



# ПРИВЫЧКИ

**Все ребята точно знают,  
Что куренье – это вред.  
Тот кто курит, заражает  
И себя, и рядом всех.**

**Тот, кто водку с пивом пьёт-  
Очень мало проживёт.**



***НИКОГДА НЕ КУРИ И НЕ  
УПОТРЕБЛЯЙ АЛКОГОЛЬ!***



# Вывод!

**Чтобы вести здоровый образ жизни нужно соблюдать 3 правила:**

- ◆ **Правильно питаться;**
- ◆ **Заниматься спортом;**
- ◆ **Не употреблять алкоголь и не курить.**



**Спасибо за  
внимание!!!**

ПРЕЗЕНТАЦИЮ ВЫПОЛНИЛА УЧЕНИЦА МБОУ СОШ  
№72 5«А» КЛАССА КРУГЛИК АННА

