



**Культура здоровья
рождается в семье**

Ни что не дается нам так
дешево

И не ценится так дорого,



ценное здоровье.

Статистика актуальности темы

- ◎ **/итоги анкет среди обучающихся в 1 классе/**
Выполняешь ли ты дома утреннюю зарядку?
/25 % детей/
- ◎ Выполняют ли твои родители утреннюю зарядку?
/10 % родителей/
- ◎ Как долго ты смотришь телевизор ?
/в среднем от 3 ч. до 5 ч./ /65 % детей/
- ◎ Сколько времени проводишь возле компьютера, игровых приставок, телевизора?
(от 2 ч. до 3 ч.) /50 % детей/
- ◎ Соблюдаешь ли ты режим дня?
/20 % детей/

ГИГИЕНА

Раздел медицины, изучающий условия сохранения здоровья, а также система действий, мероприятий, направленных на поддержание здоровья.



ГИГИЕНА

- ◎ Режим дня
- ◎ Рациональное питание
- ◎ Формирование правильной осанки
- ◎ Профилактика близорукости

Защита проектов родителей

Режим дня школьника

www.solnet.ee
Детский портал
СОЛНЫШКО

Мой режим дня




ВРЕМЯ ВИД ЗАНЯТИЙ

П							
О							
Н							
Е							
Д							
Е							
Л							
Ь							
Н							
И							
К							

ВРЕМЯ ВИД ЗАНЯТИЙ

В							
Т							
О							
Р							
Н							
И							
К							

ВРЕМЯ ВИД ЗАНЯТИЙ

С							
Р							
Е							
Д							
А							

ВРЕМЯ ВИД ЗАНЯТИЙ

Ч							
Е							
Т							
В							
Е							
Р							
З							

ВРЕМЯ ВИД ЗАНЯТИЙ

П							
Я							
Н							
И							
К							
А							
С							
А							

ВРЕМЯ ВИД ЗАНЯТИЙ

С							
У							
Б							
О							
Т							
А							

ВРЕМЯ ВИД ЗАНЯТИЙ

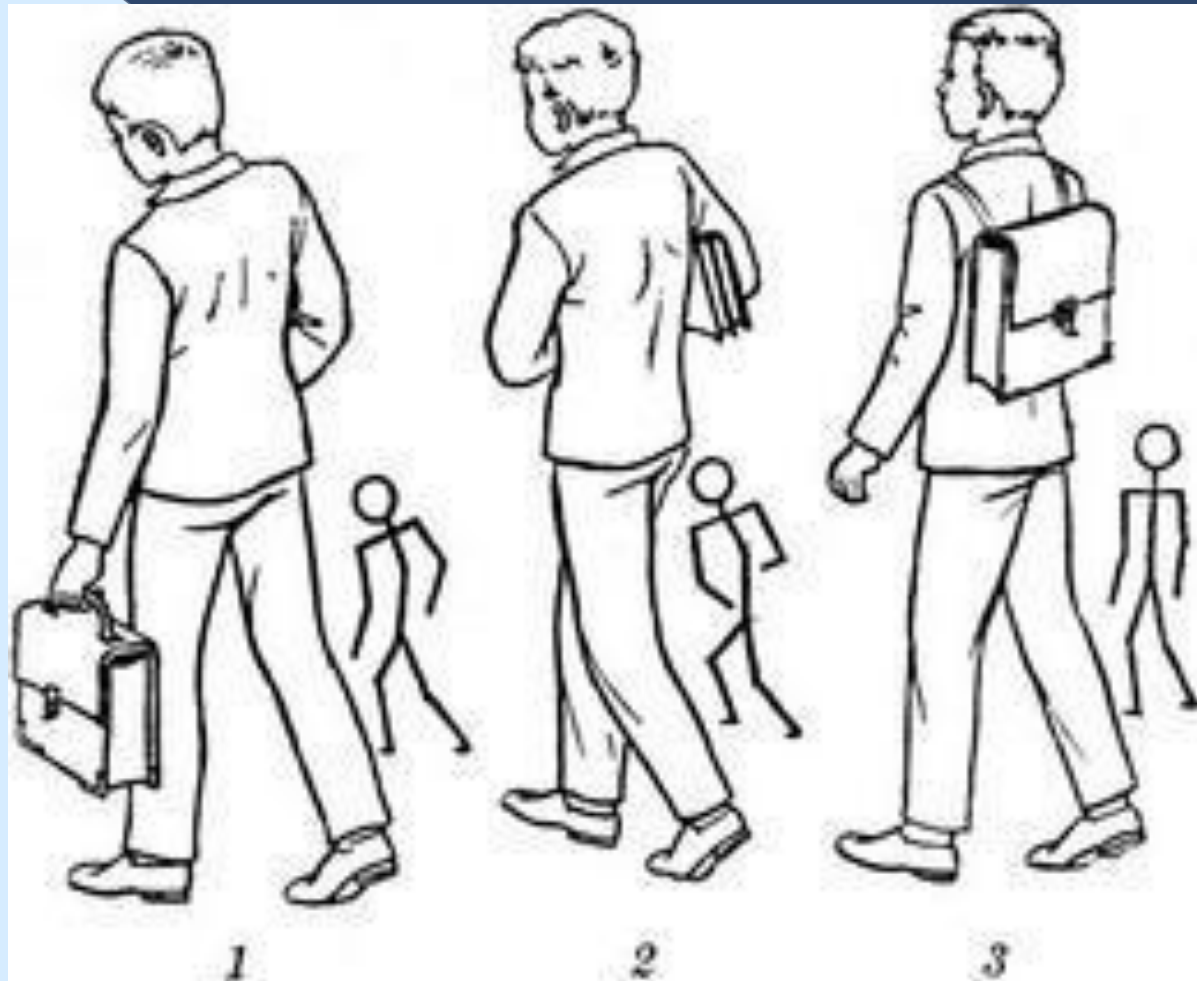
В							
О							
С							
К							
Р							
Е							
С							
Е							
Н							
Ь							
Е							

© 2006 ДЕТСКИЙ ПОРТАЛ «СОЛНЫШКО» <http://www.solnet.ee>

Рациональное питание



Формирование правильной осанки



Профилактика близорукости



Решение

- Продолжить воспитание гигиенических навыков детей дома и в школе.
- Родителям контролировать соблюдение детьми режима дня.
- Использовать рекомендации по формированию правильной осанки, рациональному питанию и профилактике близорукости.
- Оказывать детям помощь в укреплении здоровья.

Желаю, чтобы наши дети
были здоровы



CHANGING
SARIN
WORLD