

# ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ: НАШЕ ЗДОРОВЬЕ



Выполнил:  
ученик 4 «Б» класса  
МБОУ СОШ №196  
Чернышов Кирилл  
Преподаватель:  
Прохорова О.Б.

Г. Новосибирск 2015

**Здоровый образ жизни** — образ  
направленный на  
профилактику болезней и  
укрепление здоровья.  
**Китайцы говорят:**

*«Здоровье – сокровище, которое  
всегда при тебе»*

# Что входит в здоровый образ жизни?


**Рациональное питание**

**Двигательная активность**

**Соблюдение правил личной гигиены и безопасного поведения**

**Отказ от вредных привычек**

**Режим труда и отдыха**



*Рациональное  
питание*

*Двигательная  
активность*

*Отказ от вредных  
привычек*

*Сочетание  
умственного и  
физического  
труда*

*Соблюдение  
правил личной  
гигиены и  
безопасного  
поведения*

*Режим труда и  
отдыха*

**НАШЕ ЗДОРОВЬЕ В НАШИХ РУКАХ**

***БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ***