

ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ - В ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ

МКОУ "СОШ №8"

ЦЕЛИ:

- учиться быть здоровым душой и телом;
- стремиться творить своё здоровье (сохранять и укреплять здоровье);
- расширение кругозора учащихся.

«Я введу тебя в мир того,
каким надо быть, чтобы быть
Человеком - Умным,
Красивым и Здоровым»

(Эммануил Кант)

**Вы - это наше будущее,
это наше бессмертие.**

ЗОЖ — это соблюдение
правильного образа жизни
поддерживающего здоровье.

**ЗОЖ – это соблюдение всех
прав и норм для
поддержания хорошего
здоровья.**
**Сегодня мы с вами
поговорим о некоторых из
них.**

• Кто по снегу быстро мчится
Гривалиться не боится!



10 плюс один кого-то
мяч хотят загнать в ворота,
а 11 других
не пустить стремятся их.



Двухметровая детина
Мяч к мячу за ним второй,
Ведь корзина-то с дырой!



100 Зеленый путь
скамеек лишь вокруг,
от ворот до ворот,
бойкотует народ
на воротах этих
рыбацкие сети



лед вокруг прозрачный, плоский
а две железные полоски
над ними кто-то пляшет
прыгает, руками машет.



ФИЗМИНУТКА



Этот мальчик любит мыло и зубной порошок.
Этот мальчик очень милый,
поступает хорошо!

Этот в грязь залез и рад, что грязна
рубаха
Горо такого говорят: Он плохой,
Неряха!

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

Личная гигиена — совокупность гигиенических правил поведения человека на производстве и в быту. Выполнение правил личной гигиены способствует сохранению и укреплению здоровья человека.

Правила личной гигиены включают режим дня, работы и отдыха, рациональное питание, закаливание, физическую культуру, уход за кожей, гигиену одежды, обуви и жилища

И для кудрей и хохолков —
Целых 25 зубков —
Лягут волосы рядком.



Лёг в карман и караулю —
Ресну, шпаксу и грязнулю
Ищу, утфу, протоки слез,
Не забуду и про нос?



Ей спины моей не жалко –
С мылом трет меня -



Угкользает как живое,
но не выпущу его я,
белой пеной тренился,
руки мыть не ленится!



Чтобы долго быть зубастым,
чистить зубы надо



А у пасты есть подружка.
Чистит зуб, старается?
Скажи, как называется?



Вафельное, полосатое,
мягкое,дохматое,
всегда под рукою,
что это такое?



ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

Здоровое питание — это одна из основ здоровья. Оно должно быть разнообразным и включать в себя овощи и фрукты.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!



Здоровье – неоценимое
богатство в жизни каждого
человека. Падение
сегодняшняя беседа не прошла
даром, и вы многого почерпнули
из нее. Не даром говорят:
«Здоров будешь – все
добудешь». Так будьте все
здоровы!