



# «Здоровый образ жизни»

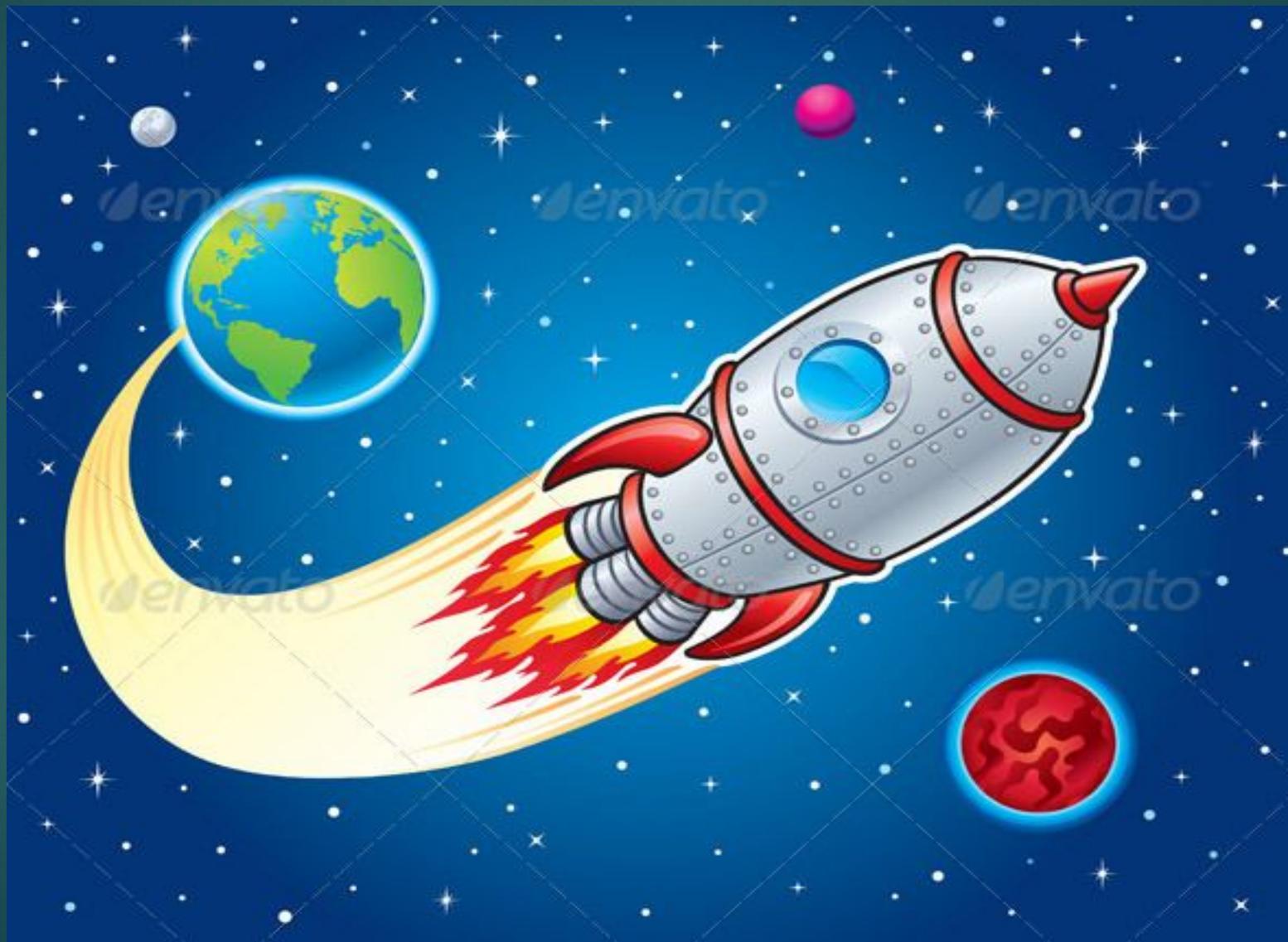








**Мое здоровье - в моих руках!**



# планета "успех"



# Режим дня

Режим - это правильное распределение времени в течении дня.





# РЕЖИМ ДНЯ



**Планета  
"Спортивная"**



# Спорт

Спорт - это развлечение



# Физкультминутка



**планета  
"Здоровье"**



# Пословицы о здоровье

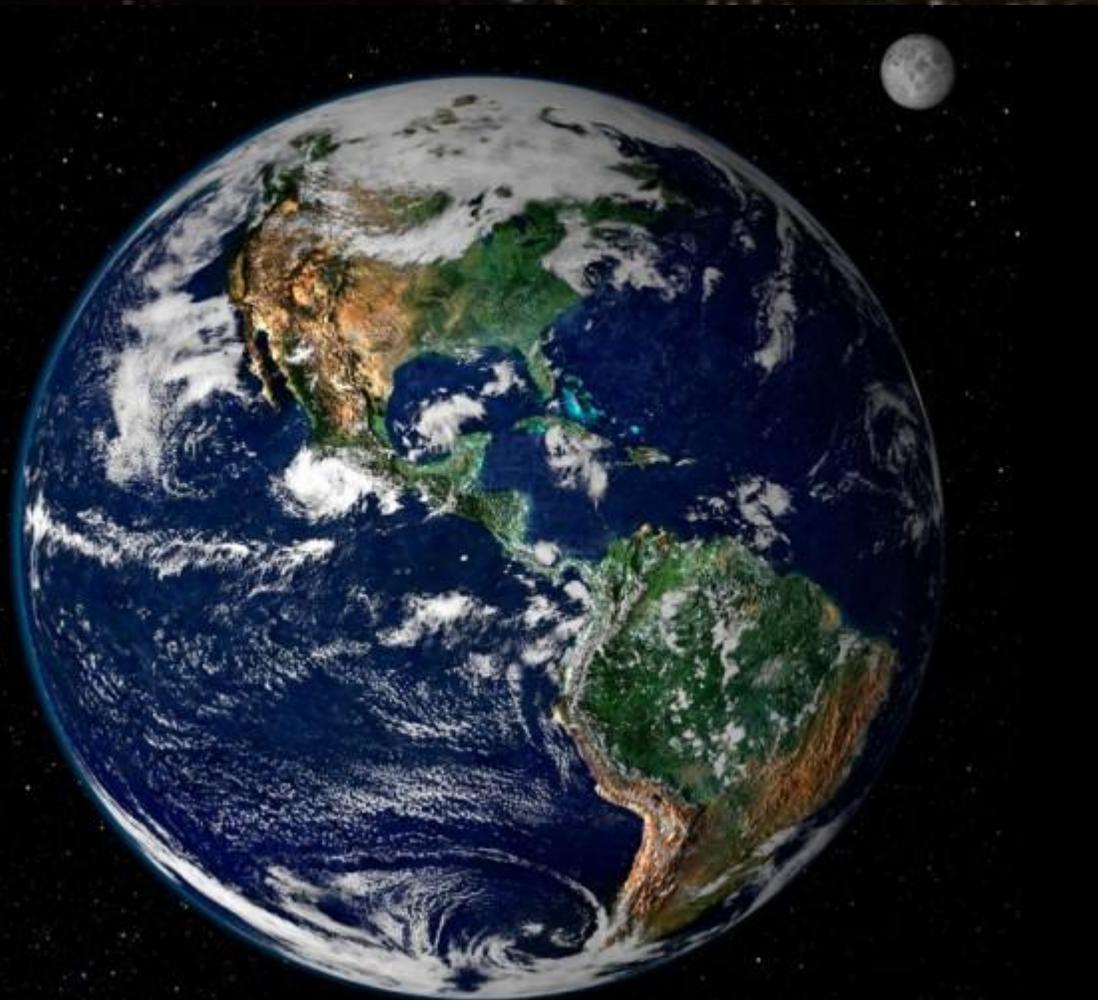
- 
- ▶ **В здоровом теле –** залог здоровья.
  - ▶ **Кто излишне полнеет,** проживёшь дольше.
  - ▶ **Двигайся больше,** тот стареет.
  - ▶ **Кто день начинает с зарядки,** у того дела в порядке.
  - ▶ **Чистота -** здоровый дух.
  - ▶ **Кто излишне полнеет,** у того дела в порядке.

# Факторы здоровья

- Движение
- Закаливание
- Питание
- Режим



# Планета Земля



NASA

# МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



Спасибо за внимание



Будьте здоровы!