



«Здоровый образ жизни»

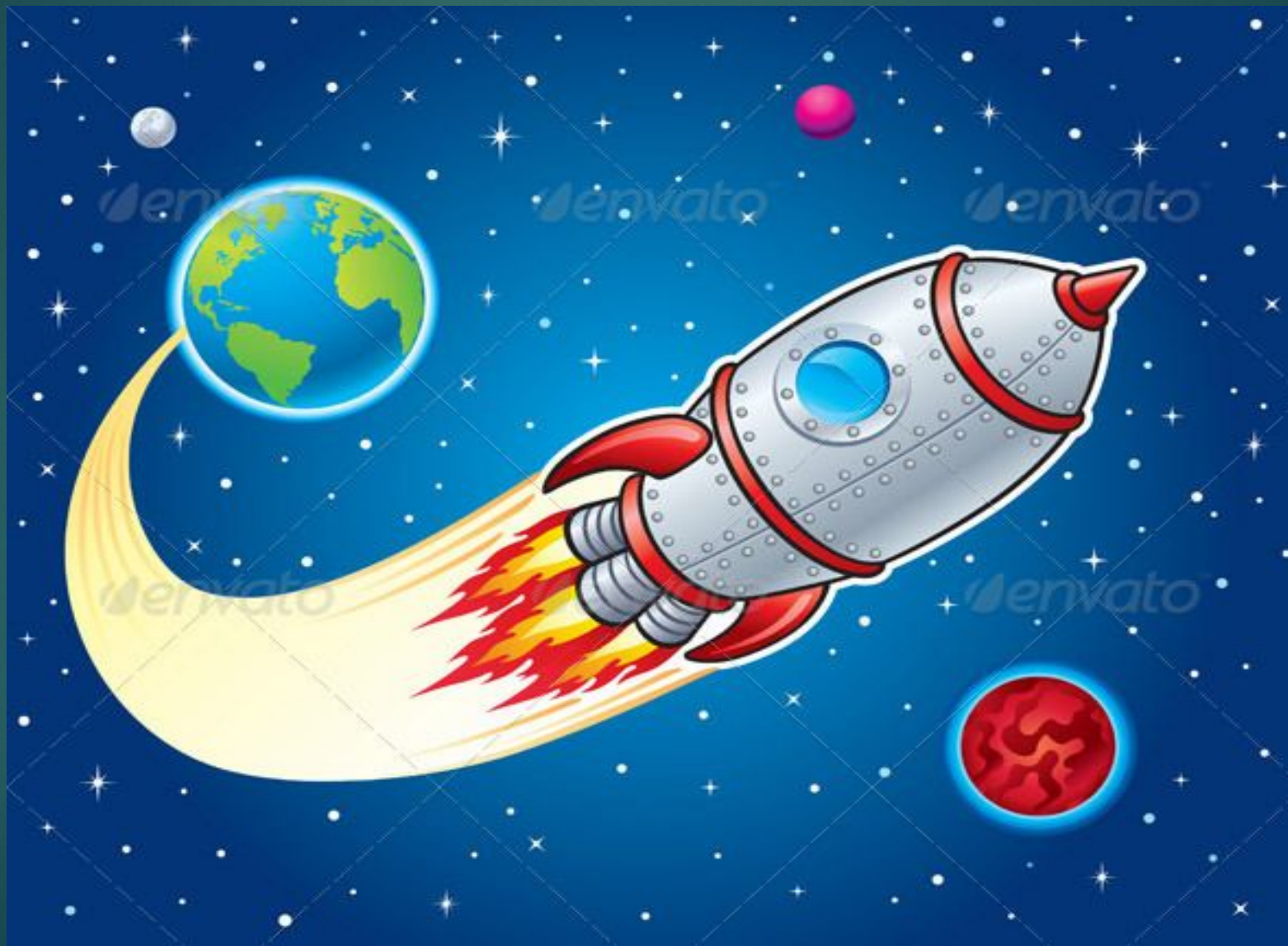








Мое здоровье - в моих руках!



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.

Факторы здоровья

- Движение
- Закаливание
- Питание
- Режим



Планета Земля



МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



Спасибо за внимание



Будьте здоровы!