

Выполнил: 7в класс.

Классный руководитель: Дараа А.А.

Здоровье

Купить можно много: Игрушку, компьютер, Смешного бульдога, Стремительный скуте Коралловый остров (Хоть это и сложно), Но только здоровье Купить невозможно. Оно нам по жизни Всегда пригодится. Заботливо надо К нему относиться.



Стихотворение о здоровье

Здоровье - это ценность и богатство, Здоровьем людям надо дорожить! Есть правильно и спортом заниматься, И закалятся, и с зарядкою дружить. Чтобы любая хворь не подступила, Чтоб билось ровно сердце, как мото Не нужно ни курить, ни пить, ни злиться, Улыбкой победить любой укор. Здоровый образ жизни - это сила! Ведь без здоровья в жизни никуда. Давайте вместе будем сильны и красивы Тогда года нам будут не беда!







ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

РЕЖИМ ДНЯ

ЗАКАЛИВАНИЕ ОРГАНИЗМА

ОТКАЗ ОТ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

РАЦИОНАЛЬНОЕ СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

МАКСИМАЛЬНОЕ ПРЕБЫВАНИЕ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

ОПТИМУМ УМСТВЕННОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ

> СИСТЕМАТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ

УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ БЫТОМ, УЧЕБОЙ, РАБОТОЙ

Точка зрения детей: здоровье — это

сила,



- yM,
- красота,
- то, что нужно беречь,
- самое большое богатство,
- «здоров будешь все добудешь».











Здоровый образ жизни школьника включает:

- -правильное питание
- -закаливание
- -соблюдение режима дня
- -соблюдение норм гигиены
- отказ от вредных привычек
- -занятие физическими упражнениями



















Правила здорового образа жизни

ВЫБИРАЙ ЗДОРОВУЮ ЖИЗНЬ!!!

Boopoebe

Веселье

Энергичность

Вдохновение

Cuacmoe



Jones

Сипа

Позитив

 C_{nopm}

*Epacoma

Мы - за здоровье, Мы - за счастье, Мы - против боли и песчастья! За трезвый разум, За ясность мысли, За детство. юность, за радость жизни!







Мы за здоровый образ жизни !!!





«День здоровья»















Чтим традиции своего народа







Девочки-чемпионки 7в класса по вольной борьбе.

Тренеры – Достай Виктор Монгушович, Донгак Шолбан Васильевич



Д. Лагба-Сурун



Б. Алдын-Сай



И. Чаялга

Конные скачки





Чулдум Найыр (ученик 7в класса)- призер конных скачек Овюрского кожууна





























«Здоровый человек – самое драгоценное произведение природы»





давайте вести здоровый образ жизни.