

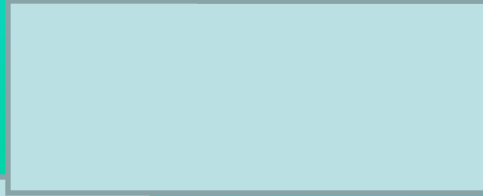
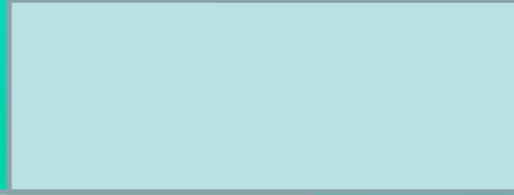
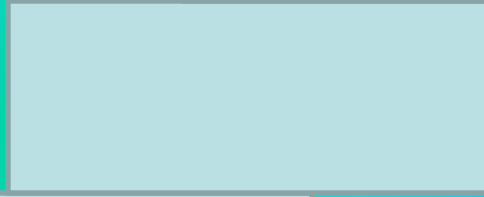
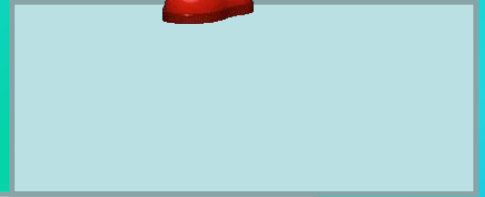
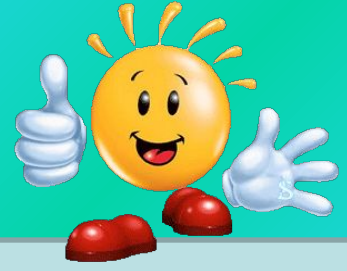
# «Путь в страну Здоровья»



МБУК «РДНТ» Кугальский СДК (Уртма)

# Цель:

- Формировать представление о здоровье, как одной из главных ценностей жизни;
- Научить, как ухаживать за своим телом, избежать болезней, повысить иммунитет.
- Воспитывать интерес к здоровому образу жизни, потребность быть здоровыми; создать радостное настроение.
- Развивать память, внимание.



**Зарядка**

душ



# ванна



# расчёска



# МЫЛО



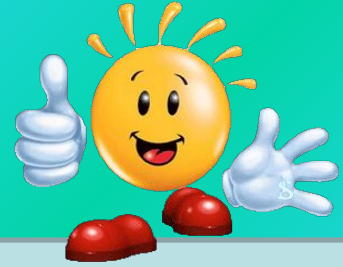
# полотенце





зубная щётка





**Личная  
гигиена**

**Зарядка**

# Богиня Гигиеня



**«Легче  
предупредить  
болезнь,  
чем  
лечить  
её...»**



**Режим дня**

**Личная  
гигиена**

**Зарядка**

# Режим дня школьника



# Подъем



# Зарядка



# Умывание, чистка зубов





# Завтрак



# Занятия в школе



# Обед



# Занятия в кружках и секциях



# Домашнее задание



# Прогулка



# Помощь родным



# Занятия спортом





# УЖИН

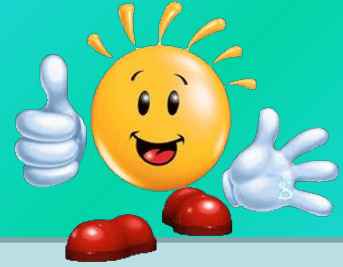


# Свободное время



# Сон





**Нет вредным  
привычкам!**

**Режим дня**

**Личная  
гигиена**

**Зарядка**

# Правильная посадка

НЕПРАВИЛЬНО



ПРАВИЛЬНО





**Физкультура  
и спорт**

**Нет вредным  
привычкам!**

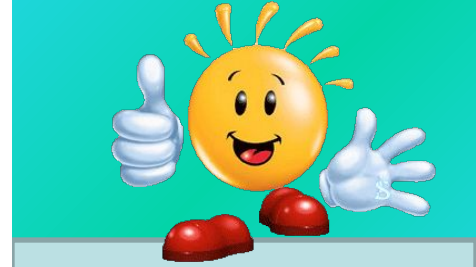
**Режим дня**

**Личная  
гигиена**

**Зарядка**

«Спорт, спорт, спорт!»





**Правильное  
питание**

**Физкультура  
и спорт**

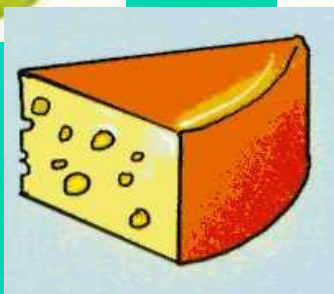
**Нет вредным  
привычкам!**

**Режим дня**

**Личная  
гигиена**

**Зарядка**





САХАР



# **Здоровый человек – это...**

**красивый ловкий статный**

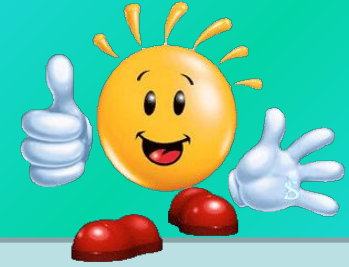
**крепкий**

**сутулый бледный толстый**

**неуклюжий**

**сильный румяный**

**стройный подтянутый**



**Правильное  
питание**

**Физкультура  
и спорт**

**Нет вредным  
привычкам!**

**Режим дня**

**Личная  
гигиена**

**Зарядка**

МЫ

ЗА

ЖИЗНИ

ЗДОРОВЬИ  
ОБРАЗ