

Моё здоровье моё право!





Жить здорово не запретишь



В здоровом теле.



Здоровый дух!

Роль семьи в формировании здорового образа жизни через двигательную активность дошкольников

Особое значение, в работе по формированию ЗОЖ приобретает, организованная работа с родителями, ни одна даже самая лучшая программа и методика не могут гарантировать полноценного результата, если семья не будет соблюдать принципы здорового образа жизни.



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Образ жизни – вошедший в привычку способ жизнедеятельности, поведения людей.



ЗДОРОВЬЕ

Физическое

Психическое

Возможность вести ЗОЖ зависит от:

1. Пола, возраста, состояния здоровья;
2. Условий обитания: климат, жилище;
3. Экономических условий: питание, одежда.
4. Отсутствия вредных привычек.



Здоровье это



Веселая, желанная
Морозная пора-
От холода румяная
Катаюсь с горки я.



Мой здоровый образ жизни

Левой! Правой!
Катаюсь и купаюсь
Я расту здоровенькой
Всем на радость!



А еще не забываю
Я на дачу приезжать,
Поливаю, собираю
И здоровье укрепляю



Если хочешь
быть здоров —
занимайся
спортом!



«Береги здоровье смолоду!»

Забота о
чистоте своего
тела



Закаливание и
занятия
спортом



Здоровый
образ жизни

Рациональное
питание

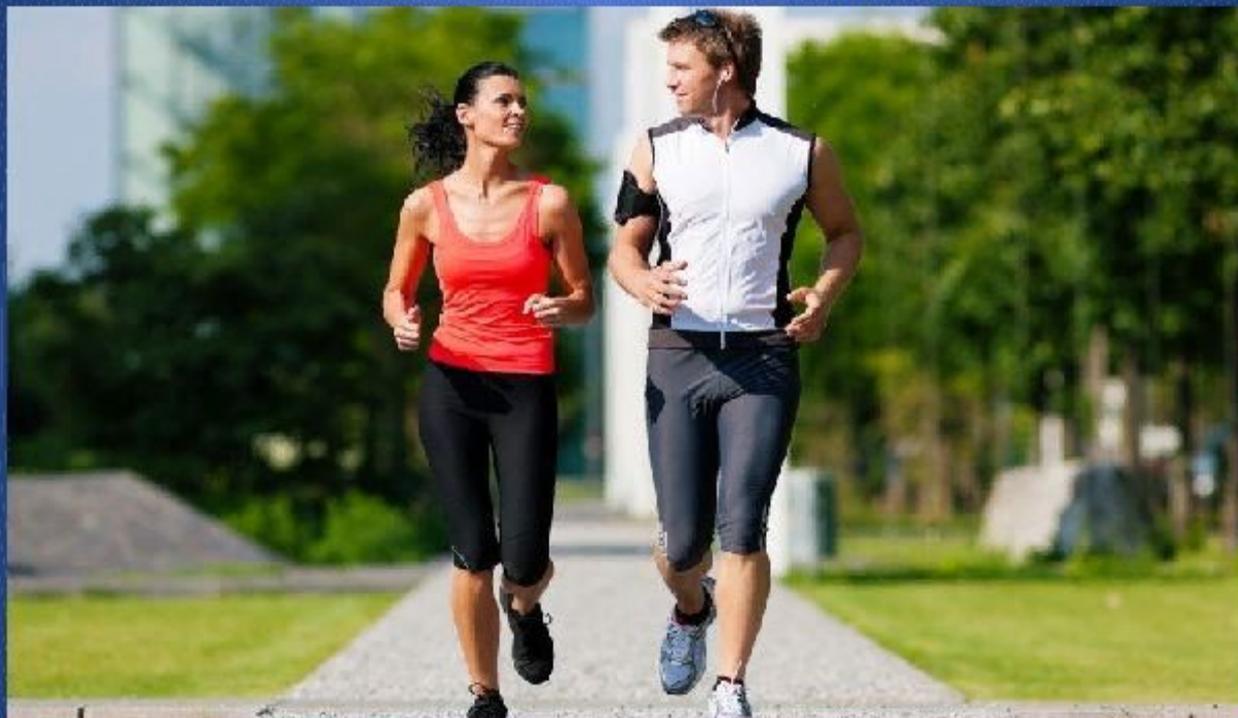


Отказ от
вредных
привычек

Правильный
режим дня



БЕГ КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ



Подготовил :студент 2
курса

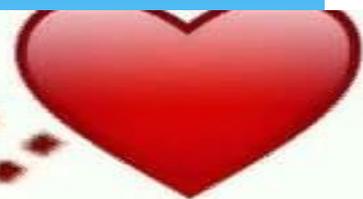
Группы 1563
Акимов

Что такое здоровье?

Здоровье — состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции; отсутствие недуга, болезни



Мы за здоровье!



Я, ты, он, она!



Мы

— ЗДОРОВАЯ СТРАНА!

Спасибо за внимание