

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

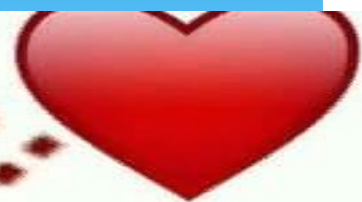


# Что такое здоровье?

**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