

Полезные и вредные привычки

***ЧТО ТАКОЕ
«ЗДОРОВЬЕ»?***

Классный час

***Единственная
красота,
которую я знаю -
это здоровье***

***Генрих Гейне
немецкий поэт***

***Какова роль
здоровья в жизни
человека ?***

Что определяет состояние здоровья ?



Что такое **«ЗДОРОВЬЕ» ?**



**«ЗДОРОВЬЕ – это
физическое,
моральное и
духовное
благополучие»**

**Всемирная организация
здравоохранения**

Конкурс-викторина «Человек и его здоровье»



***10 золотых
правил
сохранения
здоровья***



Двигательная активность



Личная гигиена - защита от заболеваний



Закаливание организма



Правильное питание



СОБЛЮДЕНИЕ РЕЖИМА ДНЯ:

ЧЕРЕДУЙ ТРУД
С ОТДЫХОМ



Правильное экологическое поведение



Сохранение здоровья нервной системы

***ЭМОЦИИ В МЕРУ,
ЗЛОСТИ - НЕ МЕСТО-
ВОТ НАШ РЕЦЕПТ
ЗДОРОВОГО СЕРДЦА***

Отсутствие вредных привычек

**Мы за здоровый
образ жизни !!!**



Соблюдение правил безопасности на дорогах, в школе и дома





**ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ**

***ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ
В ВАШИХ РУКАХ***