

# Привычка-

ЭТО ТО, ЧТО ТЫ ДЕЛАЕШЬ  
ПОСТОЯННО.

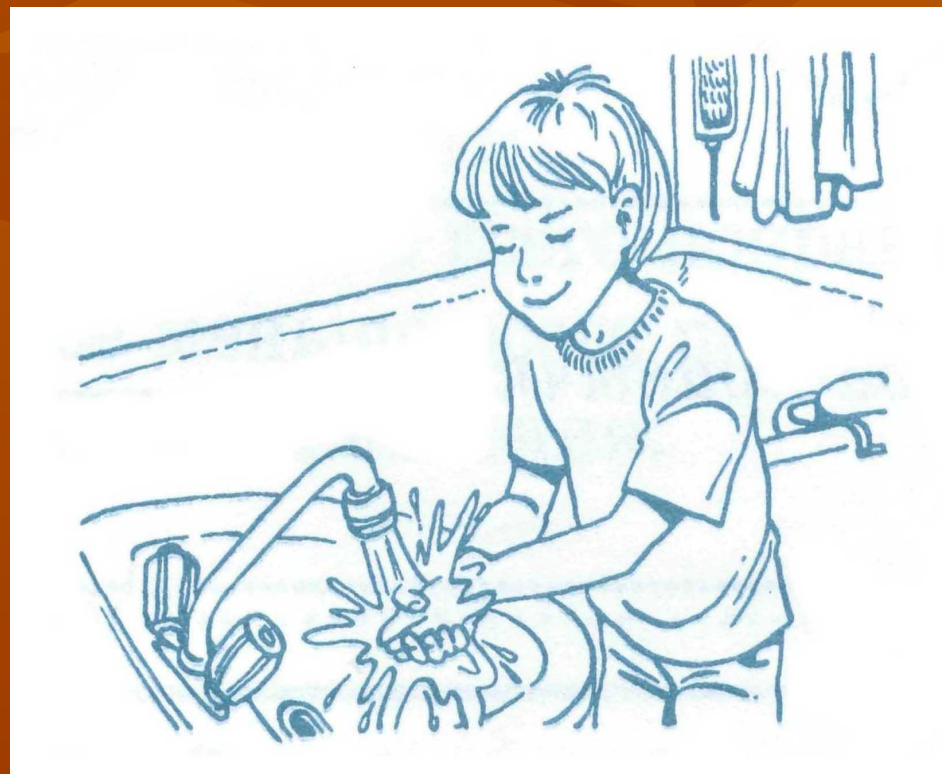
**Как вы понимаете смысл  
поговорки**

***«Привычка-вторая  
натура»***

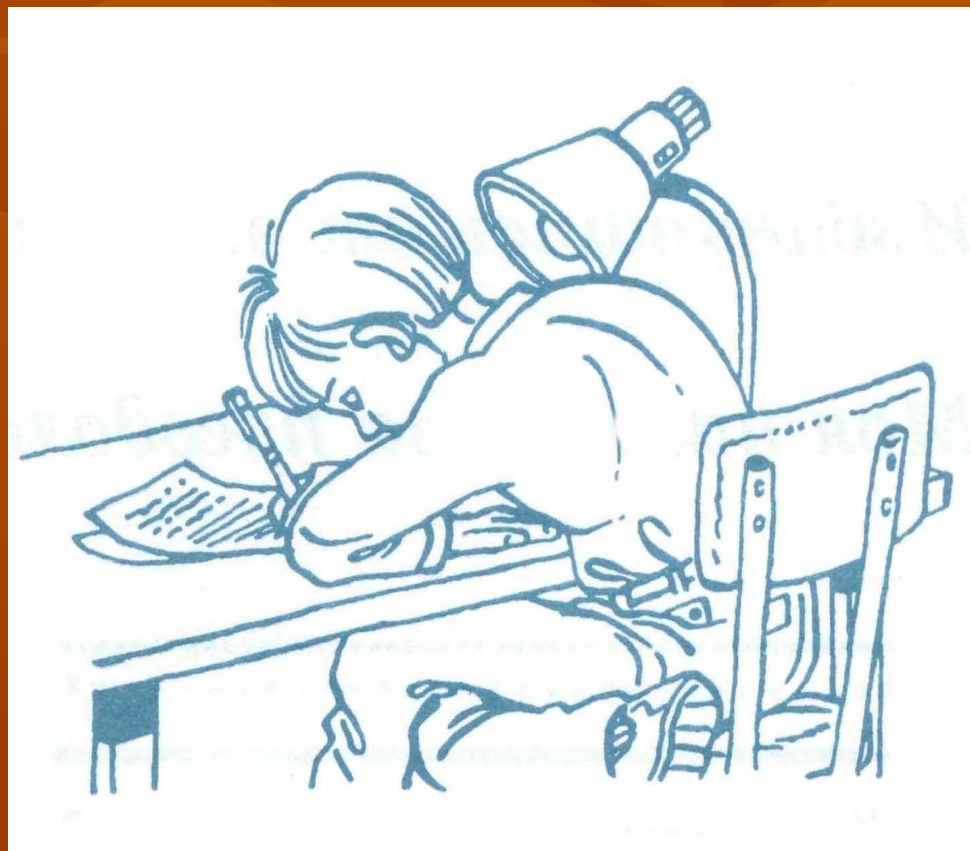
# Полезные и вредные привычки

- Обманывать
- Умываться
- Чистить зубы
- Сутулиться
- Класть вещи на место
- Делать зарядку
- Опаздывать в школу
- Говорить правду
- Ленимся
- Читать лежа
- Убирать за собой игрушки
- Помогать родителям
- Драться
- Регулярно учить уроки
- Бросать мусор где попало
- Кричать

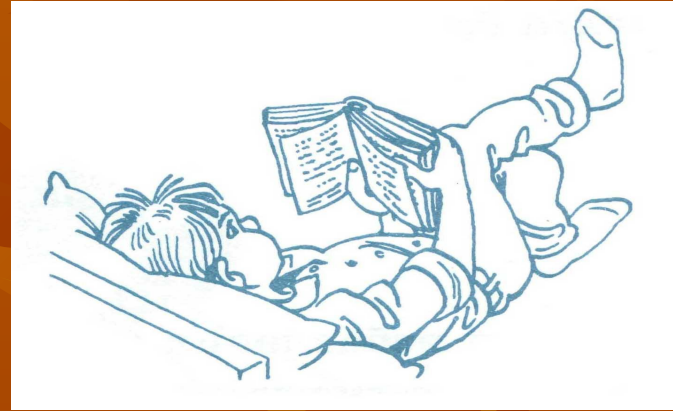
Привычки,  
способствующие  
сохранению  
здоровья,  
называются  
**ПОЛЕЗНЫМИ**



Привычки,  
наносящие вред  
здоровью,  
называются  
**вредными**



Найдите вредную привычку. Почему она плохая? Найдите полезную привычку. Почему она полезная?



# Мой план избавления от вредной привычки

- 1. Вредная привычка, от которой я хочу избавиться ...
- 2. Время для работы над собой (укажи время)...
- 3. Мне понадобится помощь (укажи человека)
- 4. Я должен/а сделать (укажи что)...
- 5. Избавившись от этой привычки, я...
- 6. Моя награда за преодоление вредной привычки.....

## Выводы:

- Существуют разные привычки: вредные и полезные.
- Надо постараться вести себя так, чтобы не приобретать вредных привычек.



