

Здоровая школа



Скуратова Татьяна Васильевна
учитель физкультуры МОУ СОШ№13 г.Люберцы

Цель: формирование здорового образа жизни

Задачи:

Сохранение и укрепление здоровья

Развитие интереса к занятиям физкультурой

Обеспечение безопасности

Здоровый образ жизни

Занятия
физкультурой

ЗАКАЛИВАНИЕ

Отказ от
вредных
привычек

ВРАЧБНЫЙ
КОНТРОЛЬ

Обеспечение
безопасности

Движение-это жизнь

Занятия
физкультурой
благоприятно
вливают на
организм
школьника



Гигиена



Личная гигиена
Гигиена мест занятий
Самоконтроль

Врачебный контроль

Наши дети всегда
находятся под
пристальным
вниманием
медицины



Закаливание

Всех полезней
солнце, воздух и
вода!
От болезней
помогают нам
всегда...



Укрепляем организм



Дыхательная система
по А.Стрельниковой
Фитотерапия



Питание

Овощи и фрукты-
любимые продукты
Дружим с
витаминами
здоровыми ХОТИМ
БЫТЬ МЫ



Восстановление



Баня
Массаж
Аутотренинг
Сон

Отказ от вредных привычек

Не курить!
Надо жизнью дорожить!
И здоровье - это важно-
Может каждый сохранить!



Обеспечение безопасности



Предупреждение
травматизма-
важнейший
фактор в
сохранении
здоровья

Это интересно



Уроки
Секции
Праздники
Соревнования
Личный пример

Береги здоровье смолоду

Будь со спортом не
разлучен.
Проживешь ты до ста
лет!
Вот и весь секрет!



Используемые материалы

- http://www.kelvin-plus.ru/bentwood_obliv.htm
- <http://www.goldmile.nnov.ru/?id=435>
- <http://www.liberty-rb.ru/09-psihologia-page-29.html>
- <http://www.stmedkol.bashmed.ru/molodeg.html>
- http://www.prodalit.ru/index.php?catrub=67&gl_aut=24