

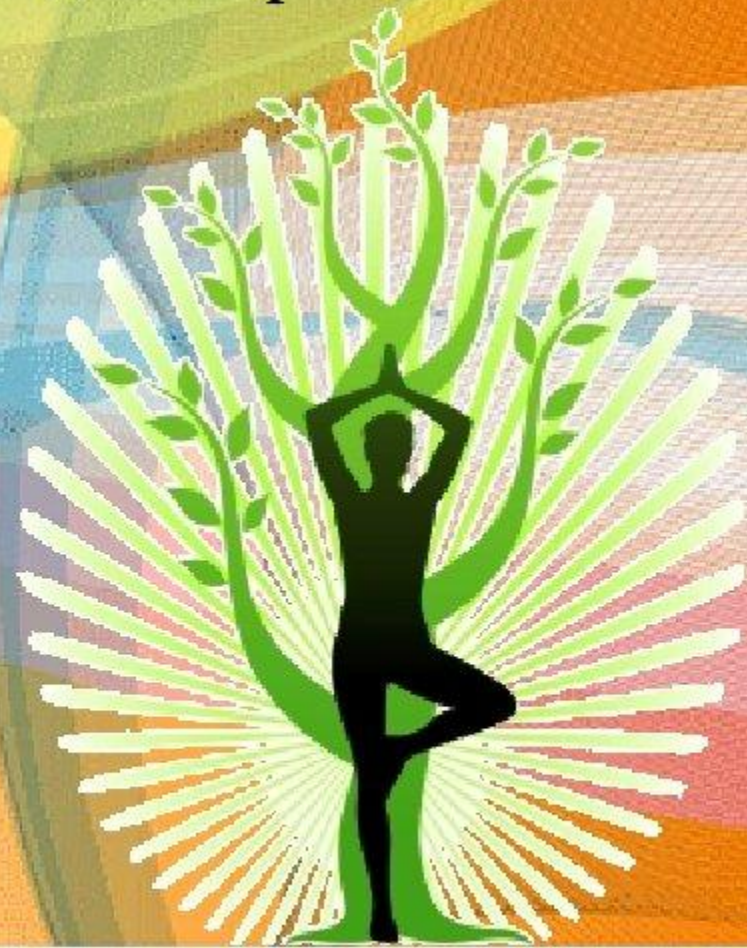
**Красота всегда совпадает с понятием о  
здоровой силе, о деятельной жизненной  
энергии.**



МАОУ СОШ № 26, ОТРЯД «СССР»,  
авторы Русаков Кирилл, Нопина Анна, 12  
лет, руководитель – Логинова Ирина  
Николаевна

НАШИ СЛУШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ

Здоровый образ жизни - это концепция жизнедеятельности отдельного человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек.



*Здоровье — состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции.*

*Здоровье — это не отсутствие болезни как таковой или физических недостатков, а состояние полного физического, душевного и социального благополучия.*



# Духовно-нравственное здоровье

РОДИТЕЛИ



ДРУЗЬЯ



ОБЩЕСТВО



- УМЕНИЕ ЖИТЬ  
В СОЧЕТАНИИ

С СОБОЙ И  
ОКРУЖАЮЩИМИ

**Здоровье нравственное начинается с формирования активной жизненной позиции, с проявление заботы о людях пожилого возраста, тех, кто обделен родительской лаской, с ощущения чувства прекрасного.**

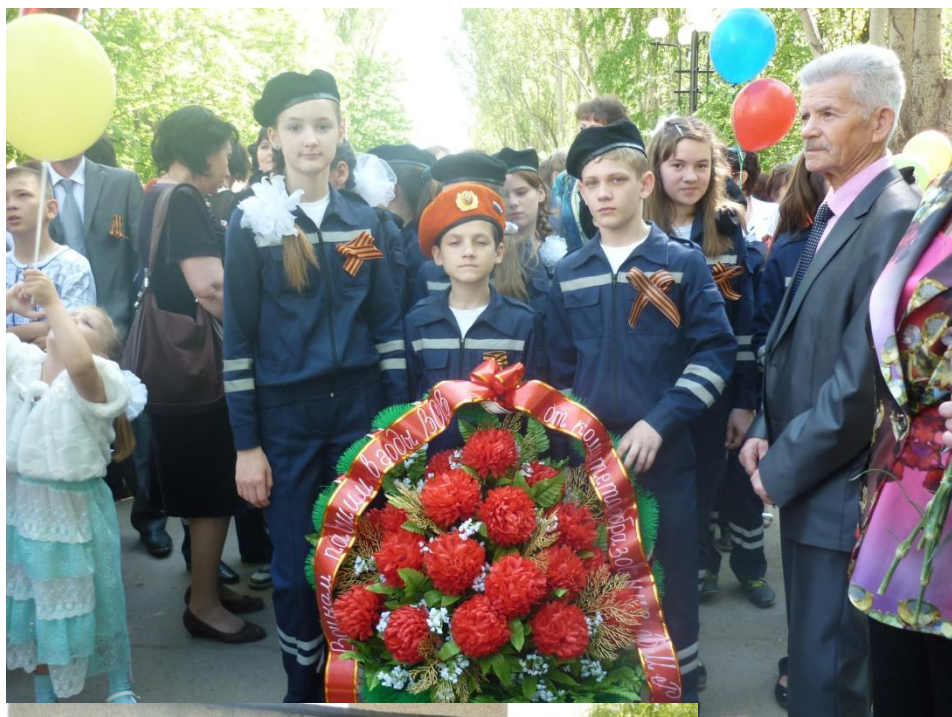




**Дружба и сплоченность класса – это одно из проявлений здорового общения в коллективе, а значит, здесь нет места вредным привычкам**



**Здоровье духовное проявляется в воспитании чувства гордости к героическим деяниям предков и их традициям.**





ДОЛОЙ

НАРКОМАНИЯ

ПЬЯНСТВО

КУРЕНИЕ



ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ!

# Понятие о физическом здоровье

## ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ



СОБЛЮДЕНИЕ ПРАВИЛ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ И БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ



ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ



ОТКАЗ ОТ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК



ОПТИМАЛЬНОЕ СОЧЕТАНИЕ УМСТВЕННОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ТРУДА



Физическое здоровье - это здоровье нашего тела



Спорт развивает морально-волевые качества, воспитывает силу, ловкость, выносливость, стойкость, мужество, дисциплинированность в процессе занятий физической культурой и спортом, формирует опыт служения Отечеству и готовность к защите Родины.

## Мы за здоровый образ жизни



МЫ ПРОТИВ  
НАРКОТИКОВ!!!

МЫ ЗА  
СПОРТ!!!

ОПАСНАЯ  
ДРУЖБА





Наш первый  
спуск



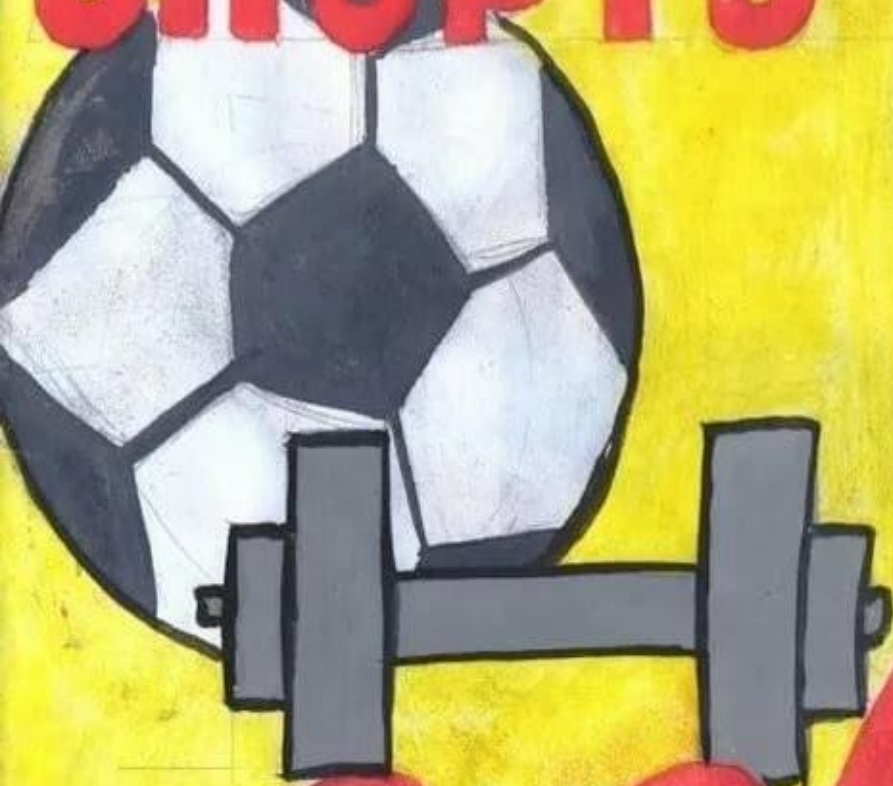
**Я**  **ЗА**  
**ЗДОРОВЫЙ**  
**ОБРАЗ ЖИЗНИ**







СПОРТУ



ДА!



НАРКОТИКУ



НЕТ!





*На спортивную площадку  
Приглашаем мы всех вас.  
Праздник спорта и здоровья  
Начинается сейчас.*



## **«День здоровья»**

*День здоровья встретим  
Мы легкою пробежкой,  
Праздник мы отметим  
С восторгом неизбежным!  
Желаем бегать, прыгать,  
Фигурою подвигать.  
Пусть польза в этом будет,  
Здоровье пусть прибудет.  
Будьте на подъем легки  
И в достиженьях высоки.  
Желаем сил, здоровья,  
Чтоб всё было с любовью!*



**Здоровье – это когда тебе хорошо.**

- **Здоровье – это когда ничего не болит.**

- **Здоровье – это красота.**

- **Здоровье – это сила.**

- **Здоровье – это гибкость и стройность.**

- **Здоровье – это выносливость.**

- **Здоровье – это гармония.**

- **Здоровье – это когда утром просыпаешься бодрым и весёлым.**

- **Здоровье – это когда ты без труда можешь подняться на 4 этаж.**

- **Здоровье – это когда ты с радостью выполняешь любую необходимую работу.**



