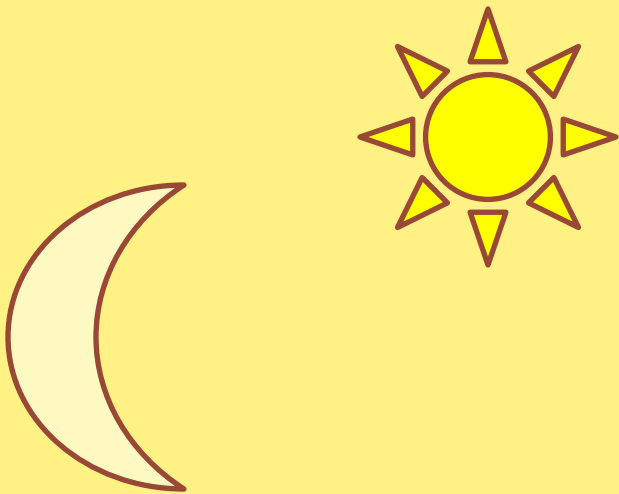


# ПРОЕКТ

## Здоровый образ жизни

1

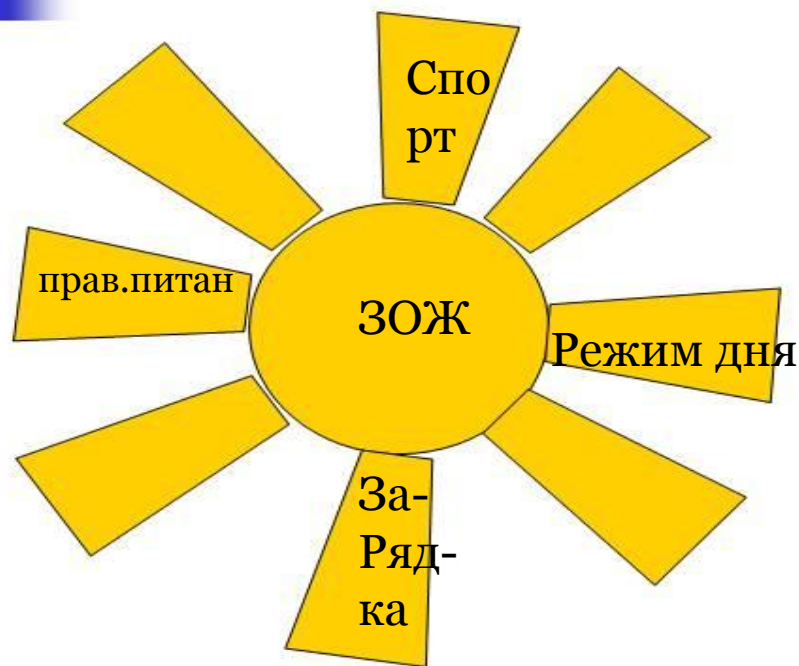
**БАННОВА КАМИЛЛА**  
**3 «А» КЛАСС**



# Солнышко здорового образа жизни

2

## Экипаж «Солнышко»



*Девиз: Сколько  
у солнышка  
ярких лучей,  
Столько у нас  
дел и затей.*

## ВИТАМИНЫ НУЖНЫ ВСЕМ

*Я ПОДРОБНО ХОЧУ  
РАССКАЗАТЬ О  
ВИТАМИНАХ! ПОЧЕМУ?*

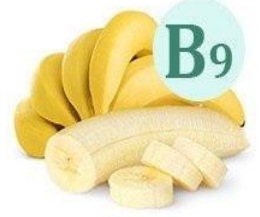
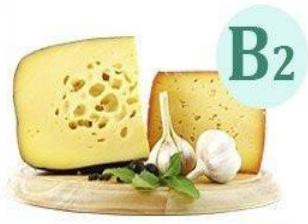
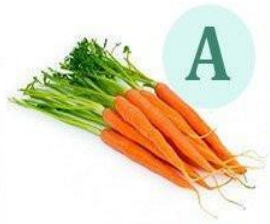
*ДА ПОТОМУ, ЧТО  
ВИТАМИНЫ НУЖНЫ  
НЕ ТОЛЬКО ВСЕМ  
ЛЮДЯМ, НО И  
ЖИВОТНЫМ.*



# Для чего, и почему нужны витамины?

4

- Витамины это – полезные вещества, необходимые для полноценного формирования и развития организма ребенка. Они отвечают за здоровье внутренних органов, слаженную работу эндокринной, нервной систем, регулируют обмен веществ. Если в детском организме не хватает витаминов, он начинает функционировать в усиленном режиме. Возникают быстрая утомляемость, судороги в ногах, головные боли, ухудшается память, происходит задержка в развитии (умственное или физическое отставание).



Спорт бывает разным. Например, фигурное катание или хоккей. На хоккей ходят мои одноклассники Костя и Глеб.

6



# Утренняя зарядка и закаливание тоже очень нужны для организма и вашего здоровья

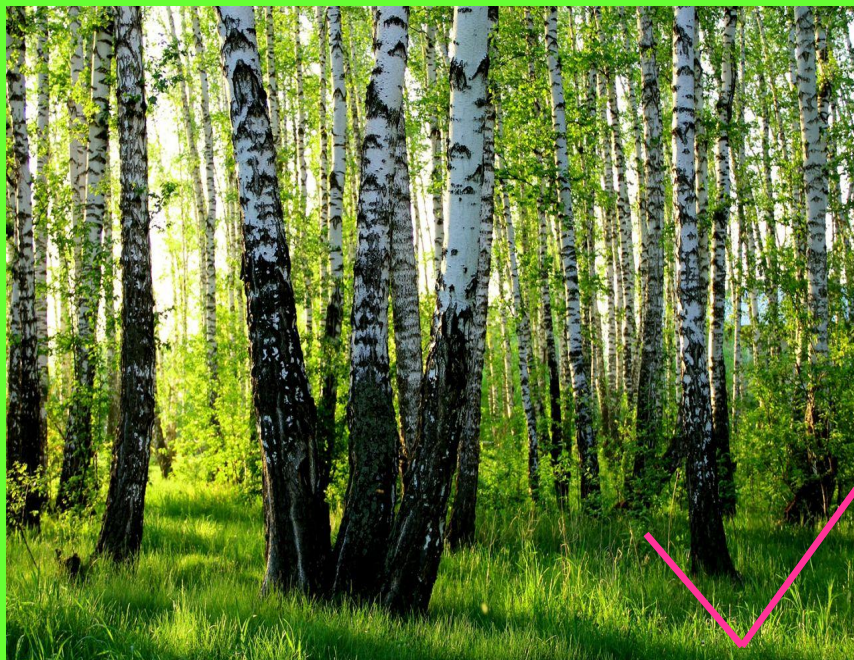
7



Чистый воздух обязательно нужен для  
здоровья, а грязный только вредит здоровью.

8

Чистый воздух



Загрязнённый воздух





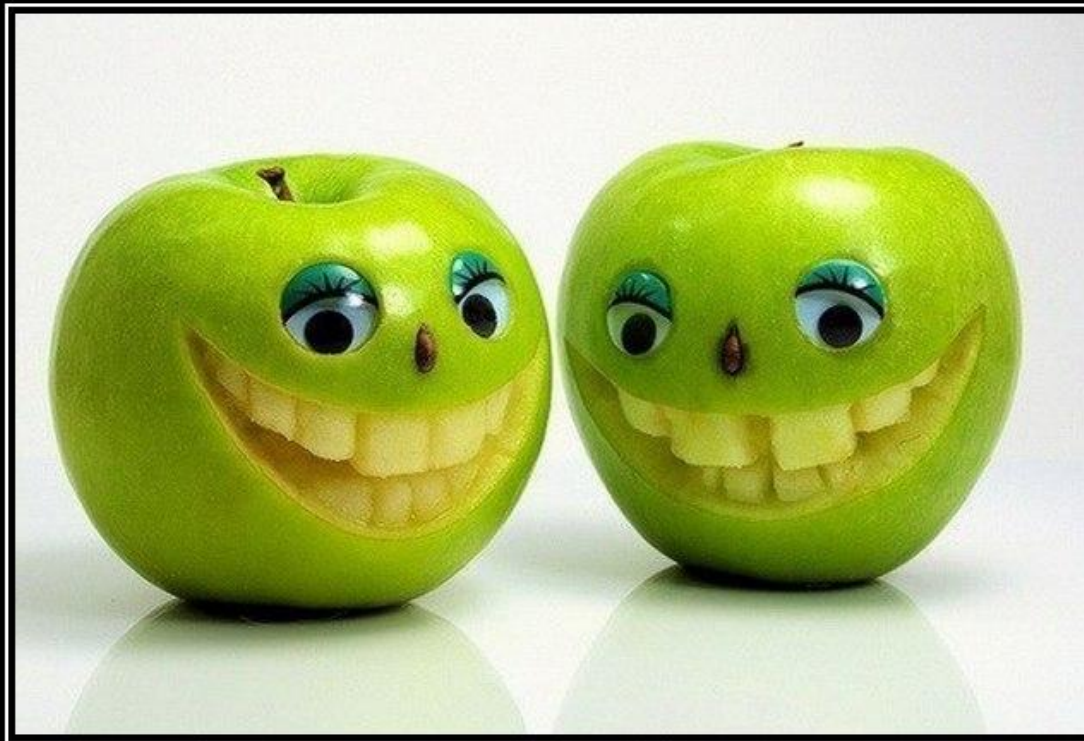
Будьте всегда в хорошем настроении, настрой должен быть позитивным. И у вас всё будет отлично!

9



Берегите зубы, своё зрение и пусть у вас будет  
здоровый сон!!!

10



**ВСЕМ ПОЗИТИВНОГО НАСТРОЕНИЯ!**

Занимайтесь спортом, соблюдайте режим дня, правильно питайтесь, дышите свежим воздухом и будете здоровы!!!

11

*Будьте здоровы!*

