

План:

- 1. Что даёт природа человеку
- 2. «Тропинки здоровья»
 - а) закаливание
 - б) прогулки на свежем воздухе
 - в) физические упражнения
 - г) витамины
- 3. Составление кластера
- 4.Итог





Как вы думаете, что даёт природа человеку?

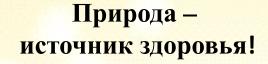






Здоровье— не всё, но всё без здоровья— ничто. Сократ

Человек — высшее творение природы. Но для того, чтобы сполна наслаждаться её сокровищами, он должен отвечать, по крайней мере, одному требованию — быть здоровым.



Общение с природой, является одним из важнейших факторов, сохраняющих здоровье человека, служащий как средство для снятия нервно –эмоциональных нагрузок, восстановление сил и душевного равновесия.

Что даёт природа человеку?

- Воздух.
- Вода.
- Пища.
- Одежда.
- Жилище.
- Отдых.



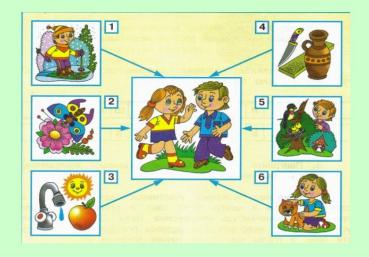


MyShared





ЗНАЧЕНИЕ ПРИРОДЫ ДЛЯ ЛЮДЕЙ



• На протяжении многих веког природа давала человеку все то, что позволяло ему комфортно жить и развиваться И чем дальше, тем интенсивне человечество использовало е для своих целей. Некоторые вмешательства в природу происходят без учета возможных последствий.

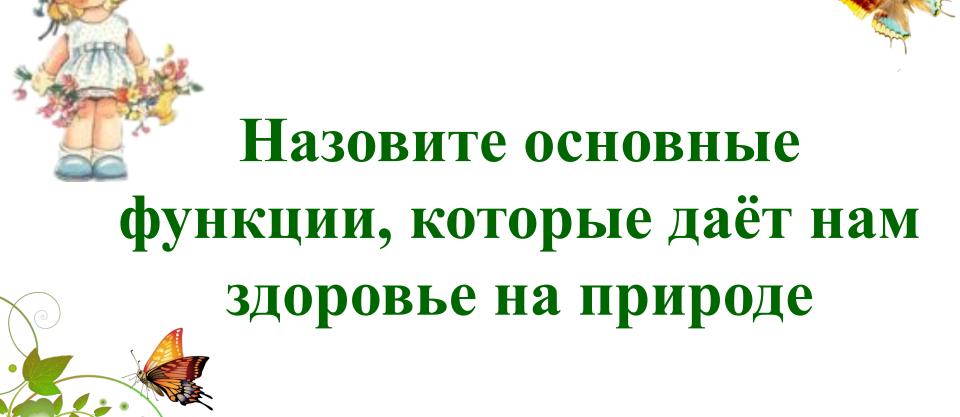
• В современном мире многие страдают от нехватки природы, особенно это касается городских жителей, которые проводят свое свободное время в лучшем случае в асфальтированных городских парках.

 Целый день проводя время сначала на работе в офисах, потом в своей квартире, мы, прежде всего, подвергаем





Природа играет для жизни человека основополагающую











Основные функции,

которые дает нам здоровье на природе:

- •Оздоровительная. На здоровье однозначно влияет свежий воздух, морские купания, чистая родниковая вода и многое другое. Чем чище воздух, вода, почва, тем здоровее человек.
- •Воспитательная. Природа оказывает положительное влияние на человека в любом возрасте, развивает его мировоззрение. Особенно важным является общение с животными.
- •Эстетическая. Красота природы положительно влияет на настроение человека.
- •Научная. Изучая природу, человек открывает для себя новые законы.



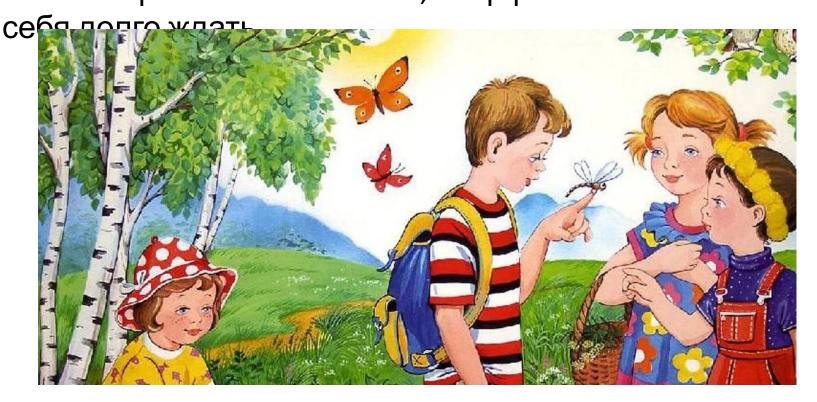






Профилактика многих заболеваний никак не может быть осуществлена без природы. Особенно это касается детей. Отсюда и частые <u>простудные</u>

заболевания, аллергия, плохая успеваемость в школе. А ведь некоторые даже не подозревают, что настоящие средства оздоровления находятся прям у нас под боком. Они совершенно бесплатны, а эффект от них не заставит

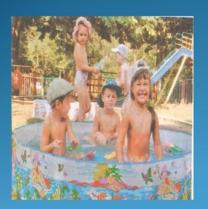






Закаливание организма как основа повышения устойчивости к простуде, инфекциям, физическим и нервным

Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья



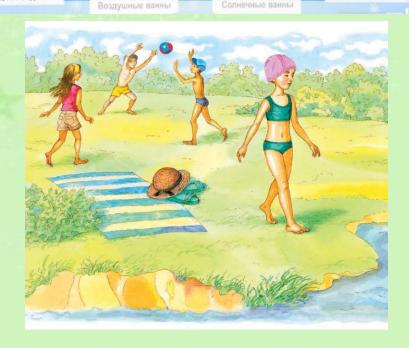
Как не стыдно человеку
Чуть чего бежать в аптеку!
Ты прими хоть сто пилюль,
Все равно здоровья - нуль!
Зато у матушки-природы
Полным-полно других даров.
Прими леса, поля и воды,
И гор хребты, и неба своды И ты практически здоров!

Ю.С. Энтин ∰ MyShared

Закаливание — шаг к здоровью

Закаливание — это оздоровительные процедуры с помощью воздуха, воды и солнца. Закаливание дарит нам крепкое здоровье, отличное настроение, помогает быть менее зависимым от природы, защищает от простуды и гриппа.





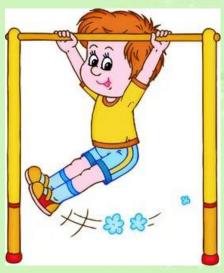


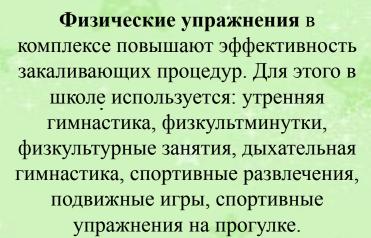
Хорошее средство укрепления здоровья — это **закаливание водой.** Умываясь, дети любят играть с нею; такие занятия улучшают настроение, вызывают радостные эмоции.

































Прогулки на свежем воздухе — отличное средство для закаливания детей.









ВИТАМИНЫ









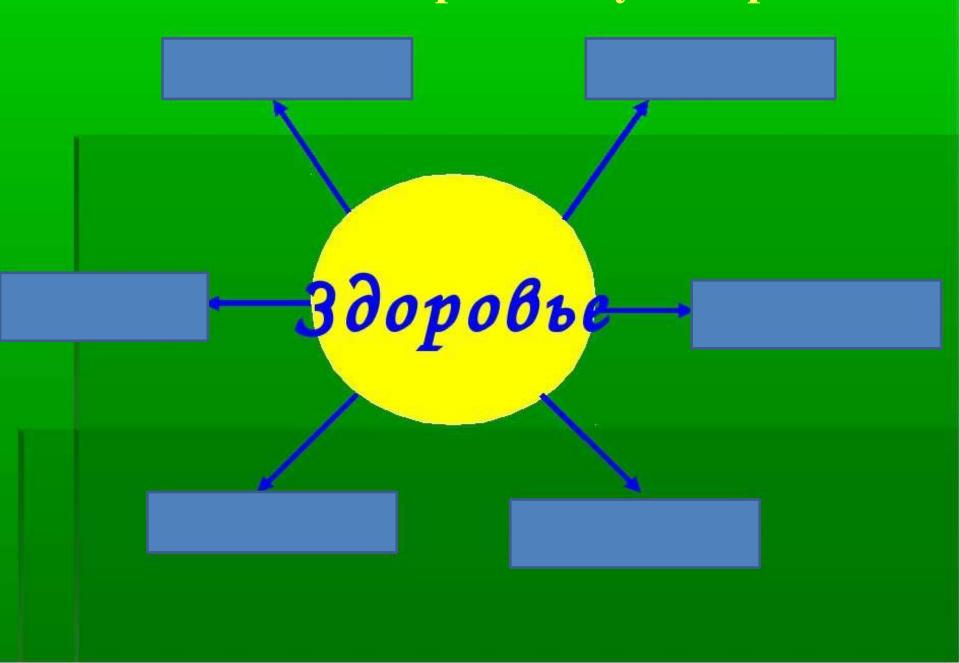




Ешь полезные продукты овощи, фрукты, ягоды!



Составьте кластер на тему «Здоровье»



А вот какой кластер получился у меня



Задание

Ответьте на вопросы письменно и пришлите в личные сообщения Анне Александровне

- 1. Что даёт природа человеку?
- 2.Перечисли основные функции, которые даёт нам здоровье на природе.
- 3. Назови все «ТРОПИНКИ ЗДОРОВЬЯ».
- 4.Какую роль играет для жизни человека природа? Почему?
- 5. Что нового ты узнал?
- 6.Понравилось ли тебе занятие?





Какой можно сделать вывод по всему занятию?





Здоровье — это бесценный дар, который дан человеку самой природой!

Будьте здоровы!

Спасибо за внимание!

