



Создавай
будущее!



Помни!



Твори!



Будь
здоров!



Делай
добро!



Познавай
Россию!



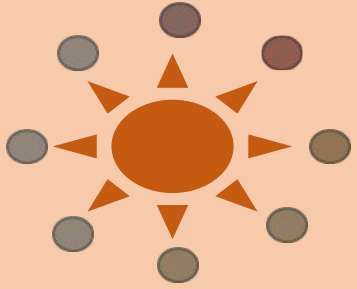
Меняй мир
вокруг!



Сохраняй
природу!

**БОЛЬШАЯ
ПЕРЕМЕНА**





БУДЬ ЗДОРОВ!

Цель

Изучить понятие здоровый образ жизни и
узнать как он воздействует на нашу жизнь



ЗДОРОВ'Ь
ОБРАЗ

ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни (ЗОЖ)– образ жизни человека направлен на профилактику болезней и укрепление здоровья.



Питание



Неправильное питание



Правильное питание (ПП)



Физические нагрузки



Зарядка



Итог

Здоровый образ жизни является залогом хорошей и счастливой жизни. Наше здоровье будет в порядке, если мы будем активно заниматься спортом и правильно питаться.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!