



Круглый стол *«Как расти здоровым?»*

Автор : Лубошникова Екатерина Николаевна
МБОУ СОШ № 10 для детей с ОВЗ

Что такое привычка?

Привычка - хорошо усвоенное действие, в выполнении которого человек испытывает постоянную потребность.

Хорошие привычки

- **Занятие сортом ;**
- **Чтение книг;**
- **Привычка вовремя ложиться спать;**
- **Быть вежливым;**

Плохие привычки

- Ковырять в носу;
 - Ленииться ;
 - Грубить, употреблять бранные слова;
 - Плевать на пол;
 - Курить;
- ... и все делать не вовремя...

A detailed illustration of a three-headed dragon. The dragon is dark, scaly, and has three heads. Each head is breathing a stream of bright orange and yellow fire. The dragon's body is covered in scales and has long, spiky wings. It is positioned in the center of the frame, with its heads angled towards the top left, top center, and bottom center. The background consists of a dramatic, cloudy sky with shades of blue, grey, and orange. The overall style is reminiscent of fantasy art or video game concept art.

Сквернословие

Табакокурение

Пьянство

Дракон пожирающий жизни



**Информационный блок
«Врачи - о вредных привычках»**

Табакокурение

Доказано:

курильщик

сокращает свою

жизнь на 6 лет.

Курение вызывает

25 заболеваний!



ПЬЯНСТВО

**Это яд, он нарушает работу всех
внутренних органов**



Сквернословие



Эта вредная привычка – сквернословие – очень опасна для здоровья человека!

Мат – не наш формат!



Результаты социального опроса

**Учитесь говорить «НЕТ» тем,
кто предлагает закурить...**

**В мире от курения ежегодно
умирают 2,5-3 млн. человек или
1 человек каждые 10 секунд**



Что толкает людей в пасть дракона?



Викторина
«Как расти здоровым?»

**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
– ВЫБОР МОЛОДЫХ!**

АЗБУКА

ЗДОРОВЬЯ

**Мы здоровье сохраним,
Мы здоровьем дорожим!**



Здоровый
Образ
Жизни



**ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ**



?

Отга

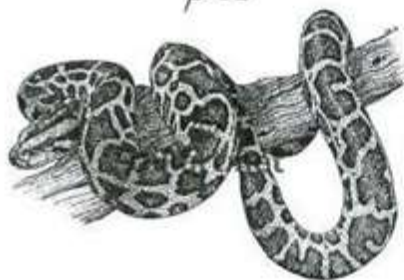


??



?

ФА



??



9



?

ПРА



~~К~~

?

~~К~~



З



??

^b
_eВ

ПРАВИЛА ЗДОРОВЬЯ



Правила здорового образа жизни





питайся правильно



пей чистую воду



ограничивай сладкое



занимайся спортом



отдыхай



избегай вредностей



думай



люби



радуйся жизни