



Я здоровье  
сберегу – сам  
себе я  
помогу!



7 апреля

Всемирный  
день здоровья!





Здоровье – это  
самое дорогое,  
самый  
драгоценный  
дар, который  
получил человек  
от природы.



Быть здоровым –  
значит делать  
утреннюю зарядку,  
заниматься спортом,  
правильно питаться,  
закаляться, соблюдать  
правила личной  
гигиены.





Утром я по  
распорядку  
Делаю  
всегда .Зарядку!



Болею мне  
некогда друзья,  
В футбол, хоккей  
играю я.  
И очень я собою  
горд,  
Что дарит мне  
здоровье...Спорт



Чтоб большим  
спортсменом  
стать,

Нужно очень  
много знать.

И поможет  
здесь сноровка

И, конечно, ...Тренировка!



Дождик теплый  
и густой,  
Этот дождик  
не простой.  
Он без туч, без  
облаков.  
Целый день  
идти готов.

Душ





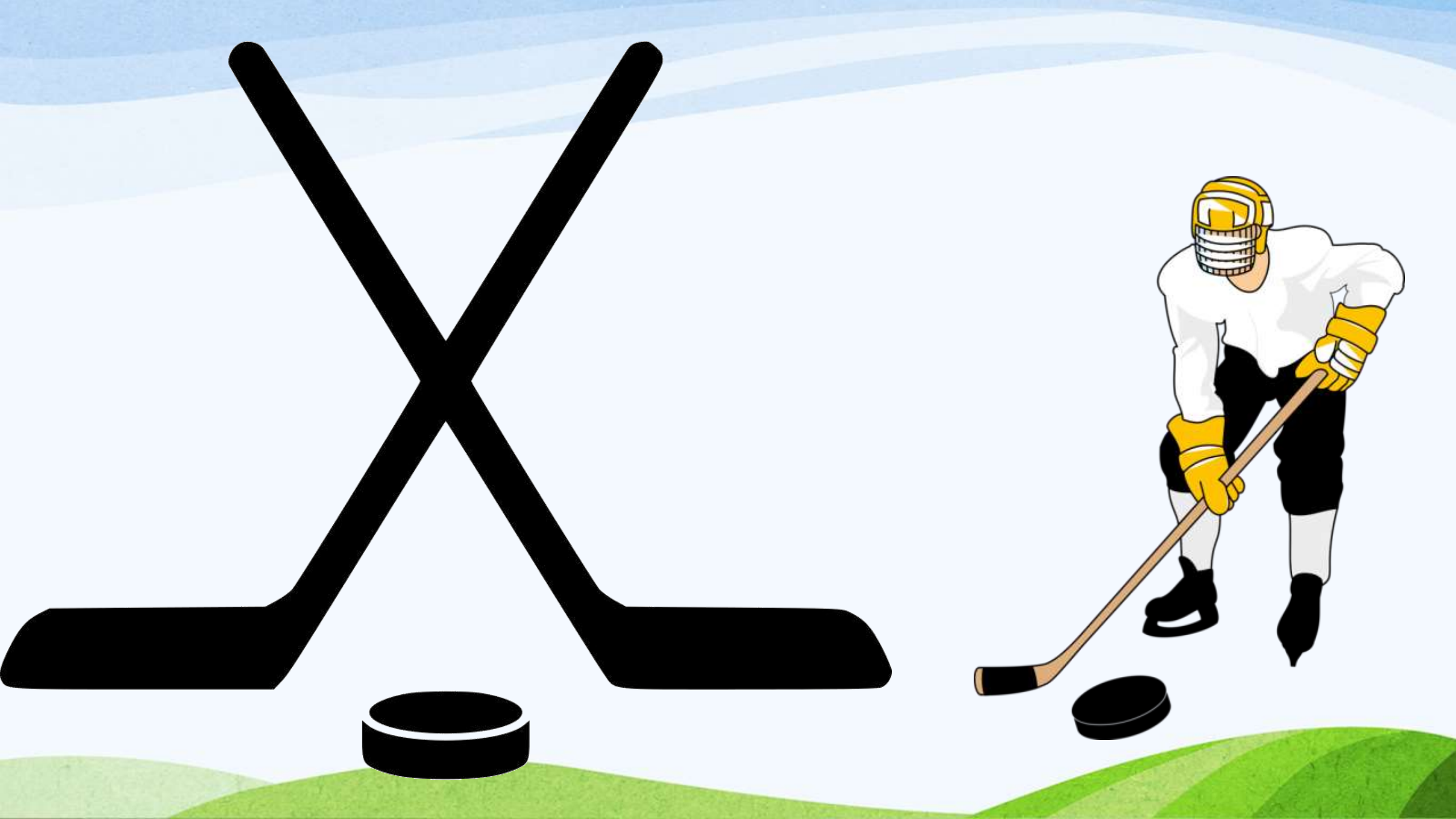
Горяча и холодна  
Я всегда тебе  
нужна.  
Позовёшь меня –  
бегу,  
От болезней  
берегу.

Вода



# ИГРА «Назови вид спорта»

















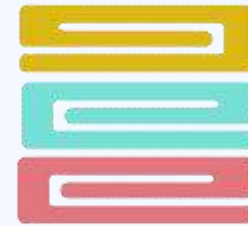
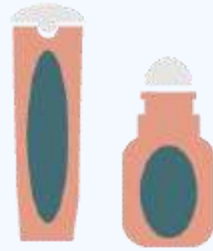








# ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

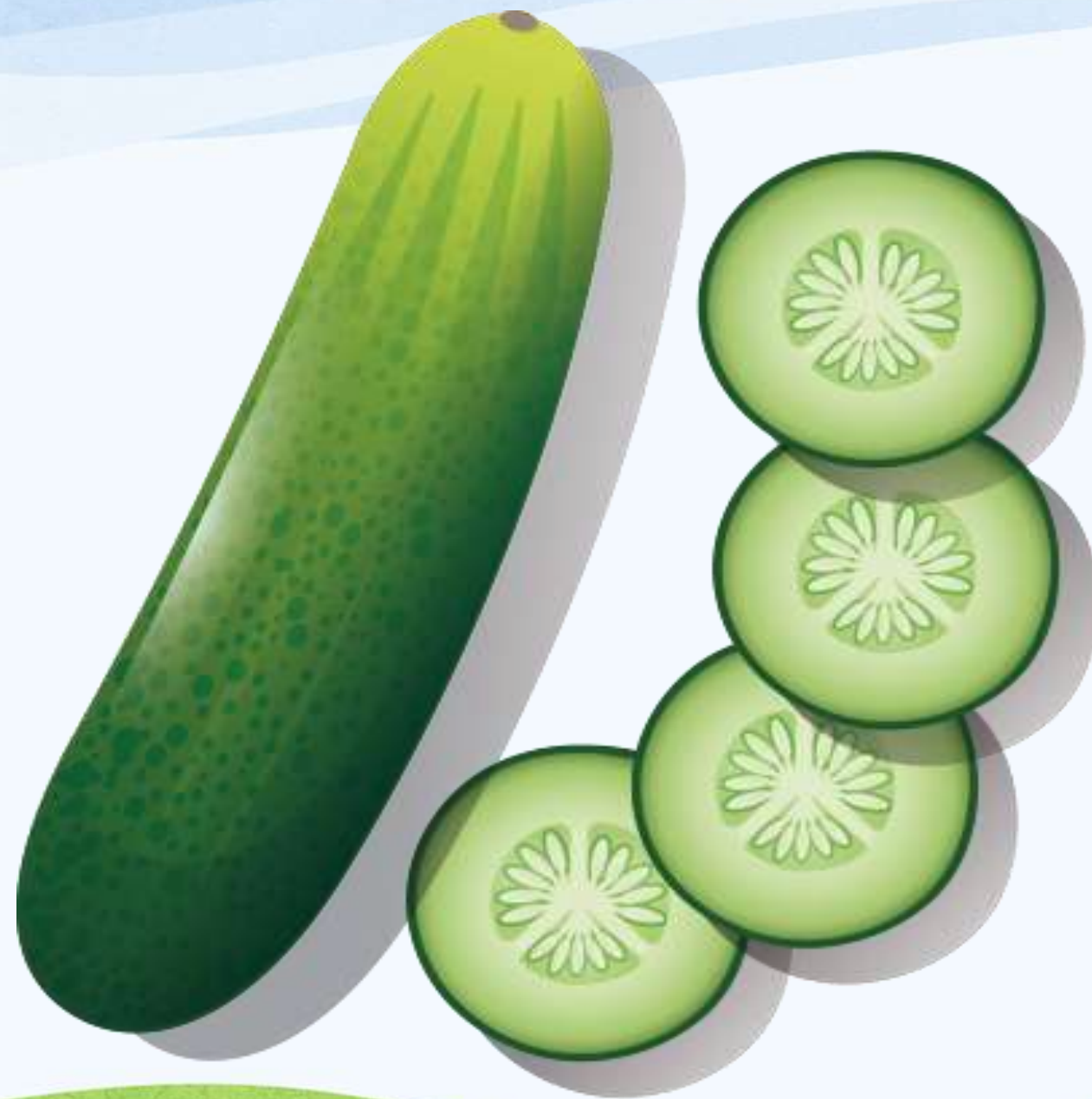


# ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ







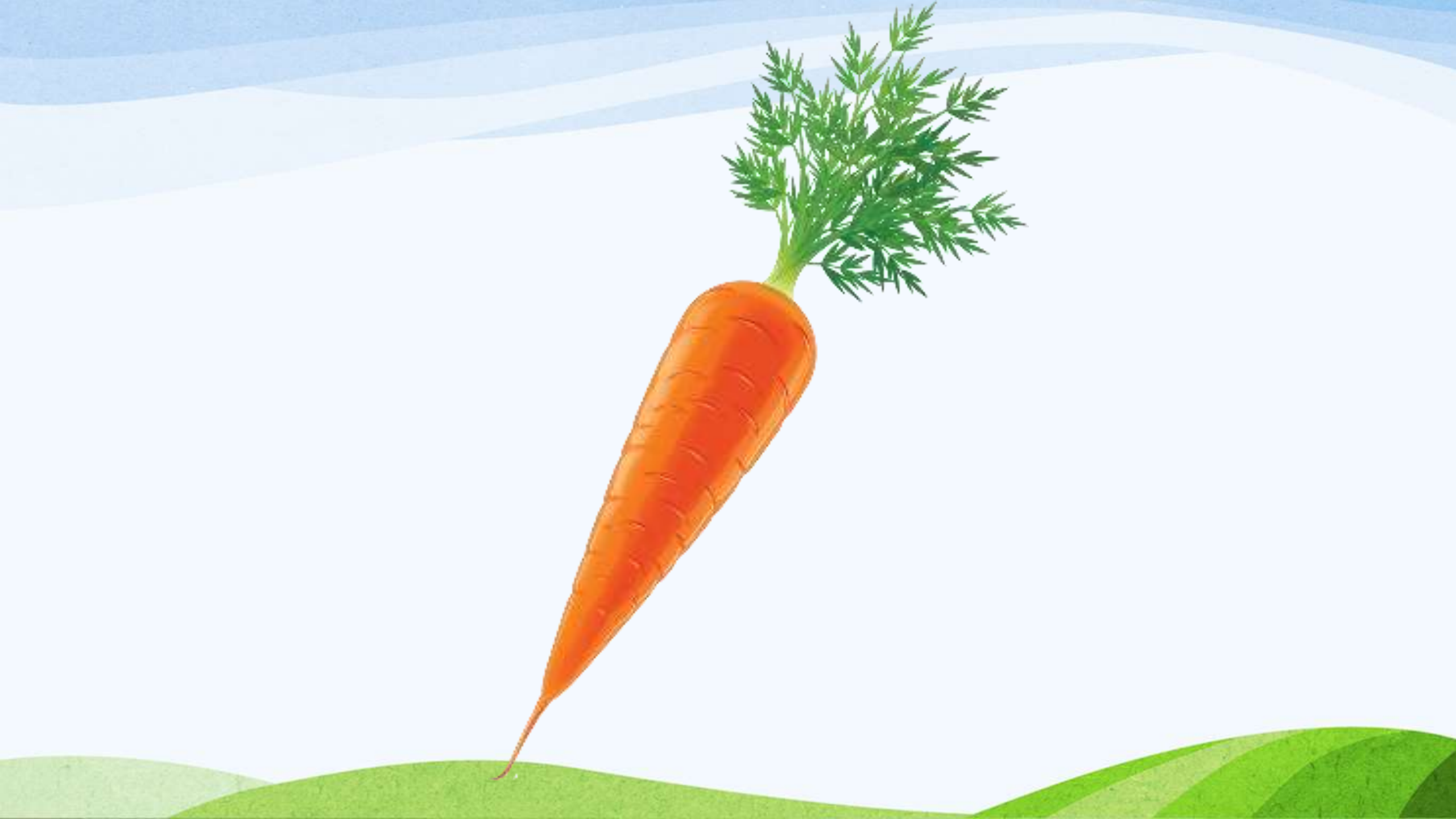






































# Правила хорошего здоровья:

1. Соблюдать правила гигиены.
2. Соблюдать режим дня.
3. Заниматься спортом.
4. Закаливать организм.
5. Правильно питаться.
6. Употреблять больше овощей и фруктов.
7. Больше времени проводить на свежем воздухе, а не за компьютером и телевизором.



*Спасибо за внимание!*

