

# Растем здоровыми. Здоровый образ жизни

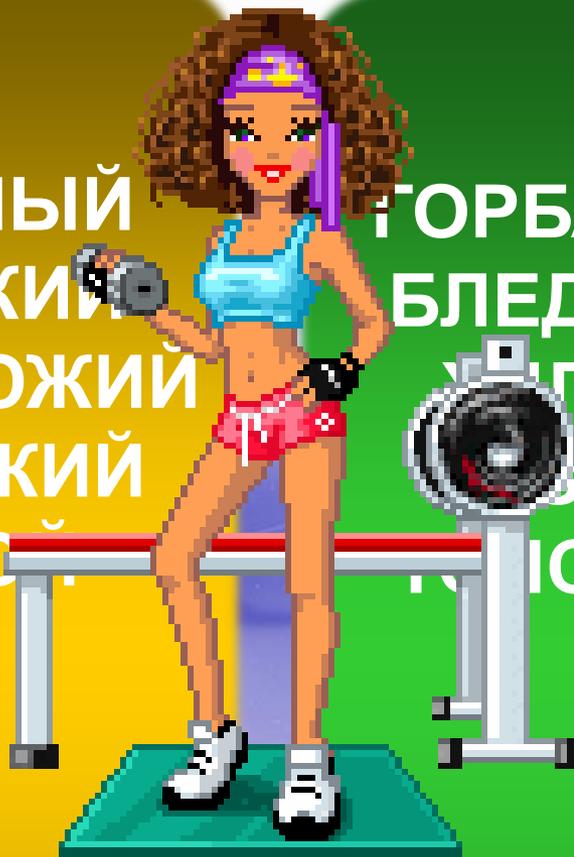
*Всем известно и понятно,  
Что здоровым быть приятно.  
Только надо знать.  
Как здоровым стать.*



Подготовила:  
Воспитатель Ракович В. А.



СУТУЛЫЙ  
КРЕПКИЙ  
НЕУКЛЮЖИЙ  
ВЫСОКИЙ  
ХУДСОК



ГОРБАТЫЙ  
БЛЕДНЫЙ  
УПЫЙ  
УЗКИЙ  
КОСТАТЫЙ

СТРОЙНЫЙ  
СИЛЬНЫЙ  
ЛОВКИЙ  
БОДРЫЙ  
ЭНЕРГИЧНЫЙ  
ВЕСЕЛЫЙ

**ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК – ЭТО ... ЧЕЛОВЕК**

# Формула здоровья

Соблюдай

Больше

Нет вредным

Правильно

Закаляйся

Сочетай



двигайся!

труд и отдых!

питайся!

чистоту!

привычкам!



# *Соблюдай чистоту!*

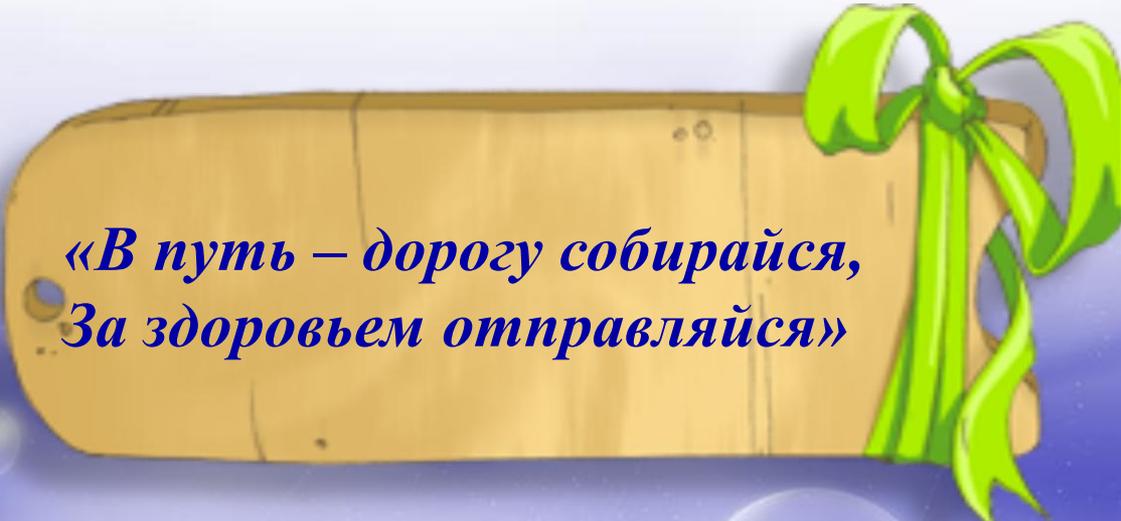
*«От простой воды и мыла  
У микробов тают силы»*



# Что же нужно делать, чтобы победить микробов?

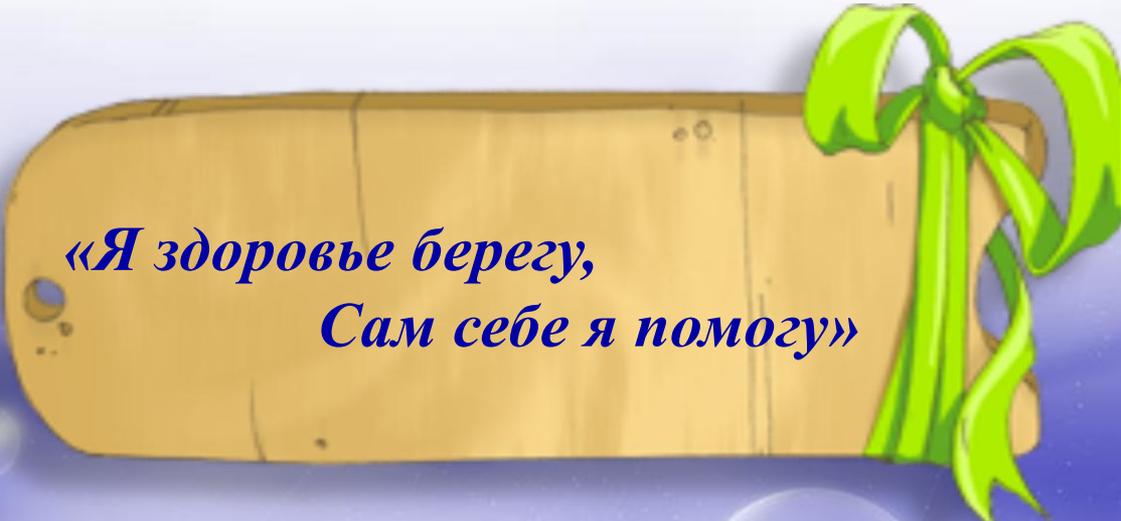


# *Больше двигайтесь!*



*«В путь – дорогу собирайся,  
За здоровьем отправляйся»*

# *Нет вредным привычкам!*



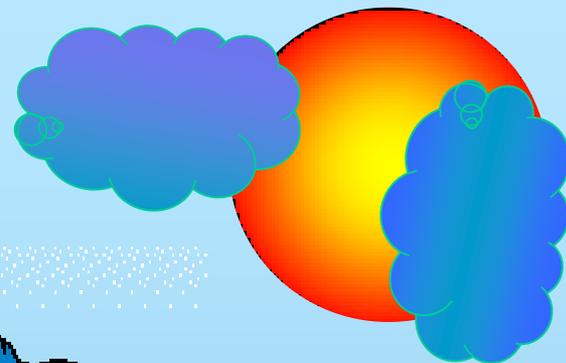
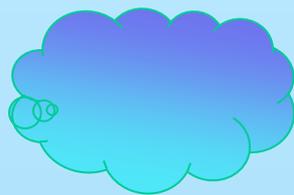
*«Я здоровье берегу,  
Сам себе я помогу»*



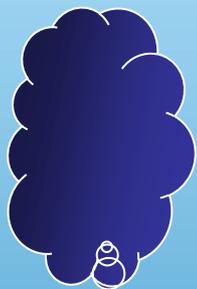
**Привычка - это то, что человек  
привык делать не задумываясь,  
почему он это делает и как.**

~~ЧИТАТЬ ПРИ ХОРОШЕМ ОСВЕЩЕНИИ~~  
~~ОШИБКА ПРИ ЧИТАНИИ~~  
~~ГРЯЗЬ НА ПЕРЧАТКАХ~~  
~~2 ПЕРЧАТКИ~~

Вредные привычки **Полезные привычки**



Динамическая пауза



Ребята, берегите зрение!



# Правильно питайся!



*«Прежде чем за стол мне сесть,  
Я подумаю, что съесть»*





**полезно**

**вредно**

## Витамин А



## Витамин В



## Витамин Д



## Витамин С



*Всю азбуку здоровья*

*нужно крепко знать*

*И в жизни эти знания*

*повсюду применять!*



**дороже**

**здоровье**

**золота**

**В**

**ЗДОРОВОМ**

**Теле**

**ДУХ**

**ЗДОРОВЫЙ**

**здоровья**

**чистота**

**залог**

**руках**

**моё**

**здоровье**

**в**

**моих**



**МЫ ЗА  
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!**

