

Расти здоровым

*Всем известно и понятно,
Что здоровым быть
приятно.*

*Только надо знать.
Как здоровым стать.*



Выполнил:
ученик 6 класса МКОУ
Круглоозёрной средней школы
Бурий Александр
Руководитель:
Учитель физической культуры,
воспитатель ГПД
Децик Н.В.

Цели:

- повторить условия, необходимые для жизни на Земле;
- подвести учащихся к пониманию важности здоровья для человека;
- сформировать начальные представления о том, как следует заботиться о своем здоровье;
- воспитывать ответственное отношение к своему здоровью.

Универсальные учебные действия

Предметные:

Знать:

- *средства сохранения и укрепления здоровья человека (личная гигиена, режим труда и отдыха, физкультура, правила безопасного поведения в природе);*

Уметь:

- *соблюдать режим питания, правила личной гигиены.*

Универсальные учебные действия

Личностные:

- самоконтроль и саморегулирование своего самочувствия для сохранения здоровья, осознанное выполнение режима дня.

Регулятивные:

- способность соблюдать правила рационального питания и личной гигиены.

Познавательные:

- установление зависимости здоровья от питания и режима дня.
- обсуждение проблемы, связанной со здоровьем детей.

Коммуникативные:

- умение работать в группе и индивидуально.

СВЕТ
(искусственное
освещение)

**ЗДОРОВАЯ
ПИЦЦА**

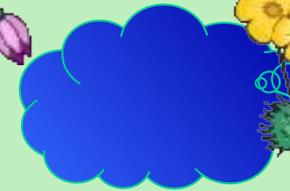
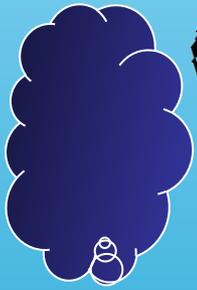
ТЕПЛО
(использование
тёплой одежды)

ЗДОРОВЬЕ

**СВЕЖИЙ
ВОЗДУХ**

**ЗАНЯТИЯ
СПОРТОМ**

**ЧИСТАЯ
ВОДА**



СУТУЛЫЙ
КРЕПКИЙ
НЕУКЛЮЖИ
И
ВЫСОКИЙ
ХУДОЙ

ГОРБАТЫЙ
БЛЕДНЫЙ
ХИЛЫЙ
НИЗКИЙ
ТОЛСТЫЙ

СТРОЙНЫЙ
СИЛЬНЫЙ
ЛОВКИЙ
БОДРЫЙ
ЭНЕРГИЧНЫ
И
ВЕСЕЛЫЙ

ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК – ЭТО ... ЧЕЛОВЕК

Формула здоровья

Соблюдай

Больше

Нет вредным

Правильно

Закаляйся

Сочетай

двигайся!

**труд и
отдых!**

питайся!

**чистоту!
привычкам**

!

КРУГЛЫЙ ГОД!



Соблюдай чистоту!



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



Что же нужно делать, чтобы победить микробы?

ПОДРОБНОСТИ В ВИДЕО:



Занимайся спортом!

*«Здоровье – это круто,
Здоровье – это класс!
И если вы хотите,
То спорт – это для вас.»*



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
СИДЯ НЕ СНАЖАЯСЬ И НЕ ДЕРЖА
ГРЯЗНЫЕ ПЕРЧАТКИ
2 ПЕРВАЯ ДУМЬ

Вредные привычки

Полезные привычки



*Всю азбуку здоровья
нужно крепко знать
И в жизни эти знания
повсюду применять!*



дороже

здоровье

золота

В

ЗДОРОВОМ

ТЕЛЕ

ЗДОРОВЫЙ

ДУХ

здоровья

чистота

залог

руках

моё

здоровье

в

моих

