



Цель урока:

- **Формировать у учащихся понятия у детей «здоровый образ жизни»;**
- **Обобщить знания детей о формах и методах сохранения здоровья;**
- **Познакомить с новыми системами оздоровления;**
- **Развивать потребность в здоровом образе жизни.**

**Деньги потерял – ничего не потерял,
Время потерял – многое потерял,
Здоровье потерял – все потерял.**



Как сохранить здоровье



**Мы откроем семь секретов
Как здоровье сохранить.
Выполняя все секреты
Без болезни будем жить**





Чистота – залог здоровья!



Движения – это

ж



**«Кто спортом занимается, тот силы
набирается»**

**Спорт нам плечи расправляет,
Силу, ловкость нам дает.
Он нам мышцы развивает,
На рекорды нас зовет.**



Правильное



Полезные продукты



Вредные



«Исправь ошибку»

- 1. Встань в восемь утра.**
- 2. Сделай зарядку
(почисти зубы)**
- 3. Позавтракай.**
- 4. Оденься и иди в школу..**
- 5. После школы сразу садись за уроки.**
- 6. Приготовь домашние задания.
(сначала надо отдохнуть, погулять на
свежем воздухе)**
- 7. Ужин.**
- 8. Ложись спать после 11 часов.**



слова

**Стерлась на «нет» в ежедневном
привете.**

**Здравствуйте! Это же – будьте
здоровы,
Это же- до**



Мы – за здоровый образ

