

«Олимпиада начинается в школе»

Всемирный день здоровья





**В здоровом
теле –
здоровый
дух.**



Мы за здоровый образ жизни.



Наше здоровье в наших руках



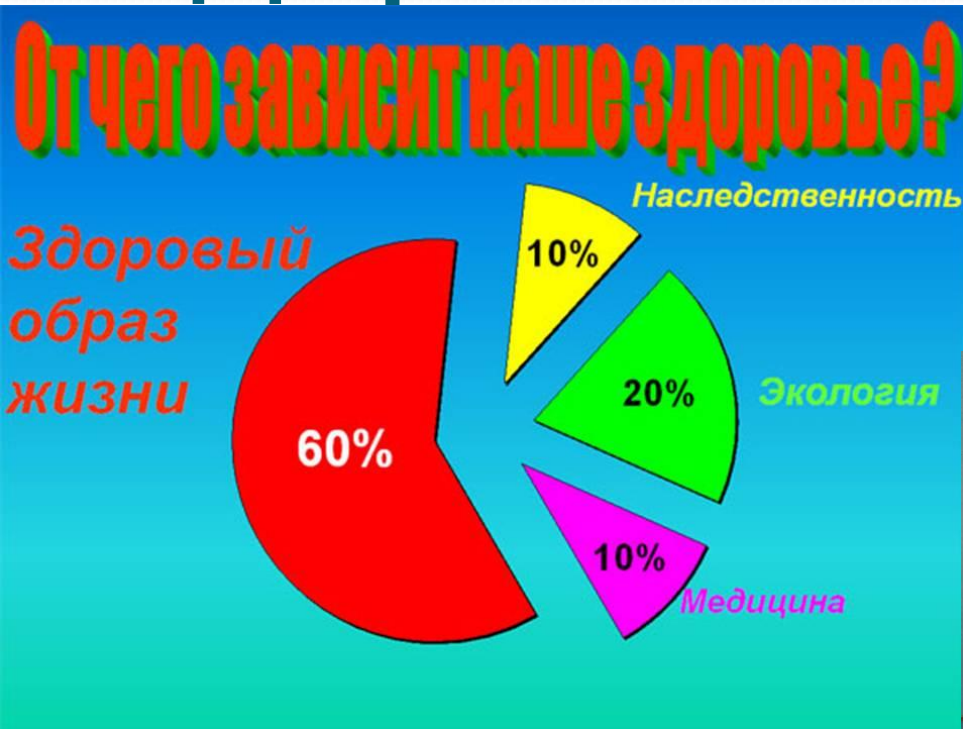


Физкультура - мой любимый,
обожаемый предмет.

Вот где можно порезвиться,
где запретов, в общем, нет!



Здоровье-это здорово!



Факторы здоровья:

- ➡ солнечный свет
- ➡ здоровый сон
- ➡ свежий воздух
- ➡ физические упражнения
- ➡ чистая вода
- ➡ здоровая пища
- ➡ хорошая осанка
- ➡ отдых
- ➡ закаливание
- ➡ организма



Важным условием здорового образа жизни является:

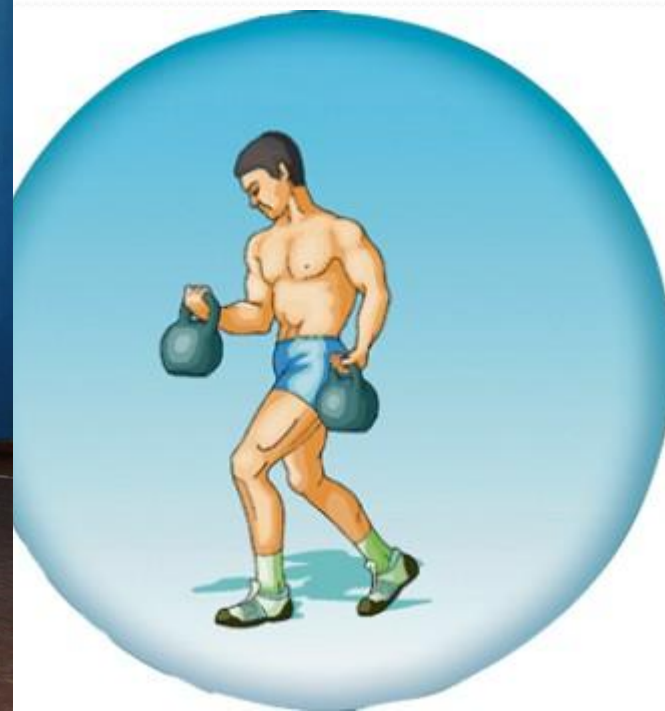
- *Мыть руки перед едой; во время еды не разговаривать; не переедать; есть небольшими кусочками; овощи и фрукты мыть перед едой; не есть много сладкого; употреблять только здоровую пищу.*

Районный турслёт , озеро Сартлан



Здоровье-это бесценный дар , он дан увы не
навечно , его надо беречь!

И.И.Павлов



Наше здоровье – в наших

руках подчеркиваем, что состояние здоровья каждого человека находится в его руках. Об этом говорят обобщенные данные

Всемирной организации
Здоровье человека
на 50% от образа

жизни; от

наследственности

среды от развития системы
здравоохранения

Движение – залог

