

Здоровье, как алмаз
Здоровье-это
бесценный дар,

он даётся увы не навечно,
его надо беречь.

И. И. Павлов

автор проекта:
Лелетка Антон
школа №11, 6"В" класс



Цель проекта:

Значение правильной осанки в жизни человека.

Задачи проекта:

1. Пропаганда здорового образа жизни .
2. Важность систематических занятий физической культурой для улучшения здоровья .

Методы исследования:

1. Теоретический.
2. Практический.

Здоровье - это первая и
важнейшая потребность человека,
определяющая способность его к
труду и обеспечивающая
гармоническое развитие личности.
Оно является важнейшей
предпосылкой к познанию
окружающего мира, к
самоутверждению и счастью
человека. Активная долгая жизнь- это
важное слагаемое человеческого
фактора

Ваше здоровье – в ваших руках

Осанка.



Кодекс здоровья



Признаками здоровья являются:

- Устойчивость к действию повреждающих факторов
- Показатели роста и развития в пределах среднестатистической нормы
- Функциональное состояние организма в пределах среднестатистической нормы
- Наличие резервных возможностей организма
- Отсутствие какого-либо заболевания или дефектов развития
- Высокий уровень морально-волевых и ценностно-мотивационных установок.

Главный труд

- Сохранение здоровья требует от каждого человека труда.
- О сохранение вашего здоровья кроме вас самих никто не позаботится.



Главный труд

- Если есть желание быть всегда здоровым, необходимо помнить, что для успеха надо в поте лица трудиться всю жизнь.
- Не утренняя зарядка, не часовая физкультура и бег трусцой, а культура труда, отдыха, сна, питания и жизни в целом - всё это есть основа нашего здоровья.

Благодарим

за

внимание