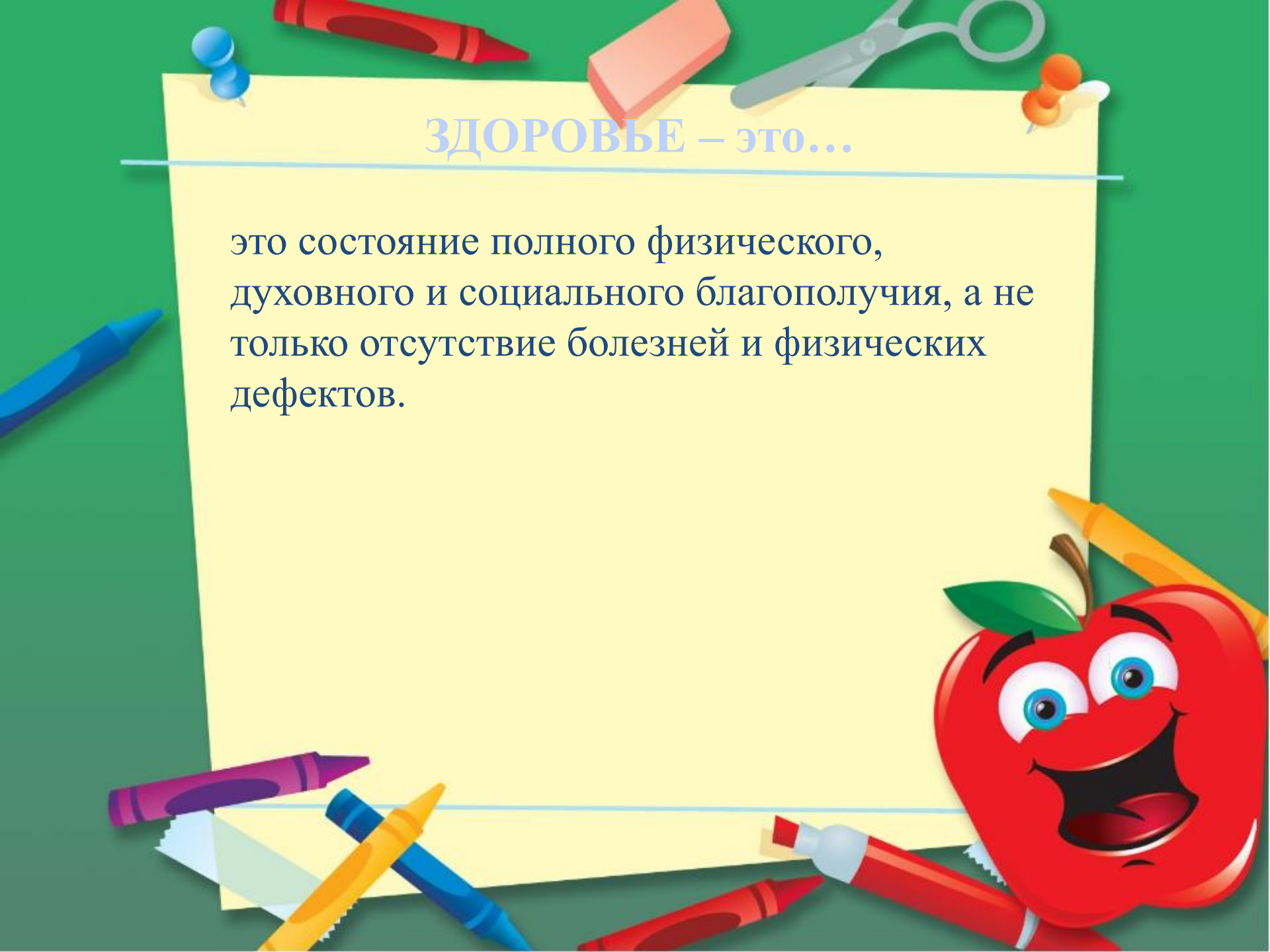


Волшебные правила здоровья

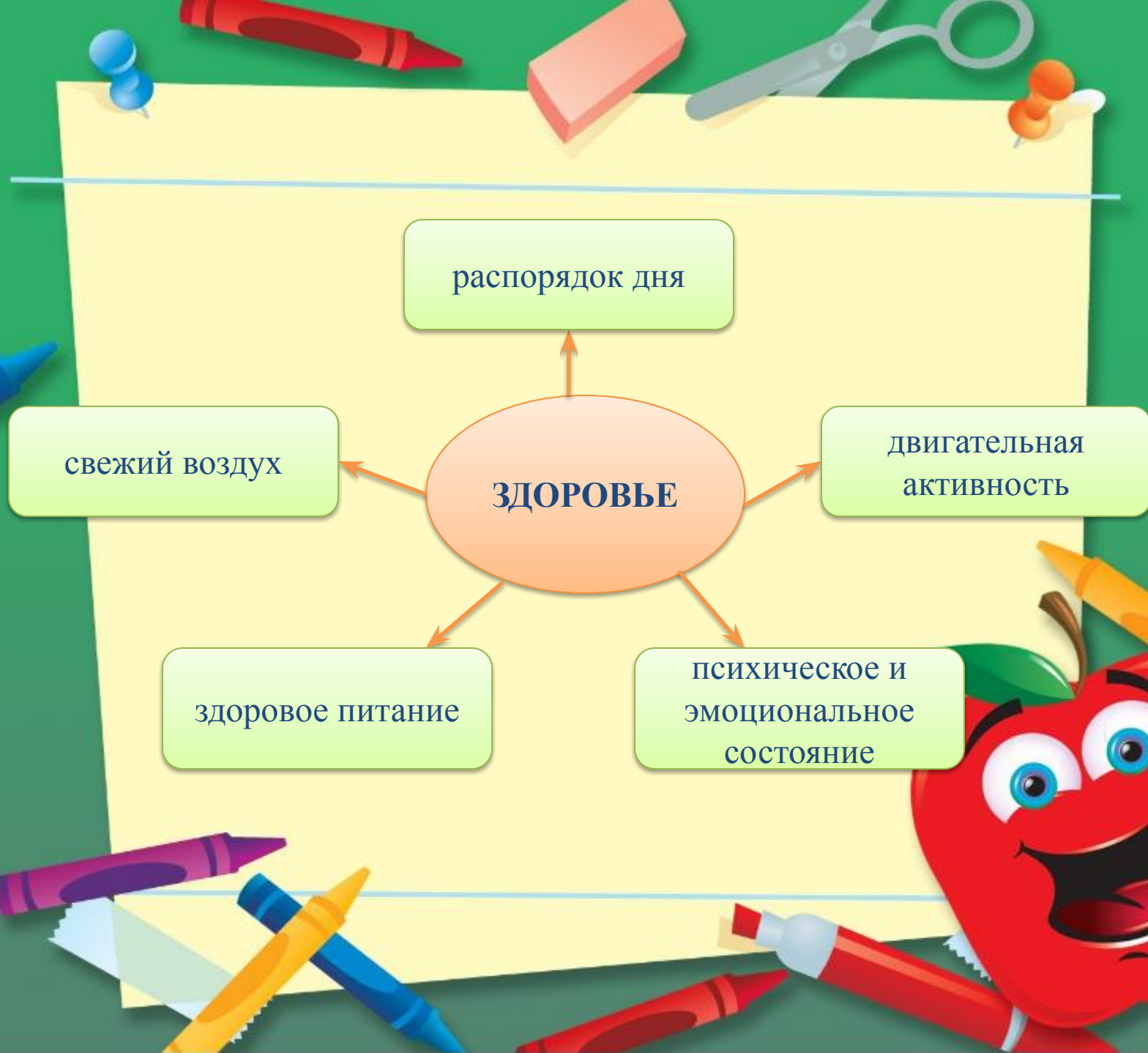




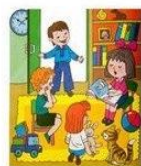
ЗДОРОВЬЕ – это...

это состояние полного физического,
духовного и социального благополучия, а не
только отсутствие болезней и физических
дефектов.





Распорядок дня



7.00-8.10

Прием детей,
осмотр,
игры,
гимнастика



8.10-8.45

Завтрак



8.45-10.00

Игры,
коррекционная
работа,
развивающие
занятия



10.00-11.50

Подготовка
к прогулке,
прогулка



11.50-12.15

Возвращение
с прогулки



12.15-13.00

Обед



13.00-15.00

Подготовка
ко сну,
сон



15.00-15.10

Подъем,
воздушные
ванны,
физические
упражнения



15.10-15.30

Полдник



15.30-17.00

Подготовка
к прогулке,
прогулка



17.00-17.10

Возвращение
с прогулки



17.10-17.30

Ужин

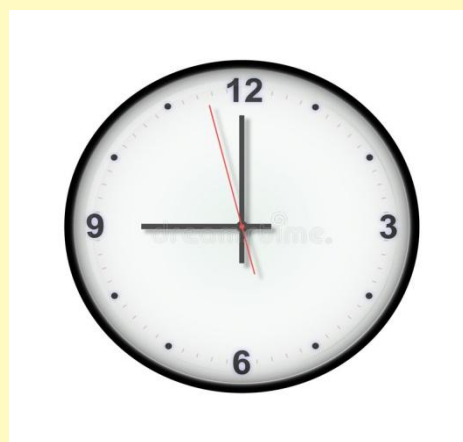


17.30-19.00

Игры,
коррекционная
работа,
уход детей домой



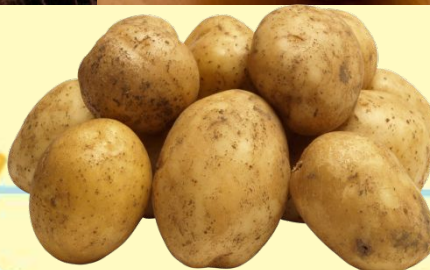
В какое время нужно ложиться спать?



Физкультура и спорт



Что из данных продуктов питания является полезным?



Правильное питание



Личная гигиена

Памятка «Личная гигиена»

Регулярно умывайся,
сledi за чистотой
своего тела

Регулярно чисти
зубы. Это не
только прекрасная
улыбка, но и залог
здоровья

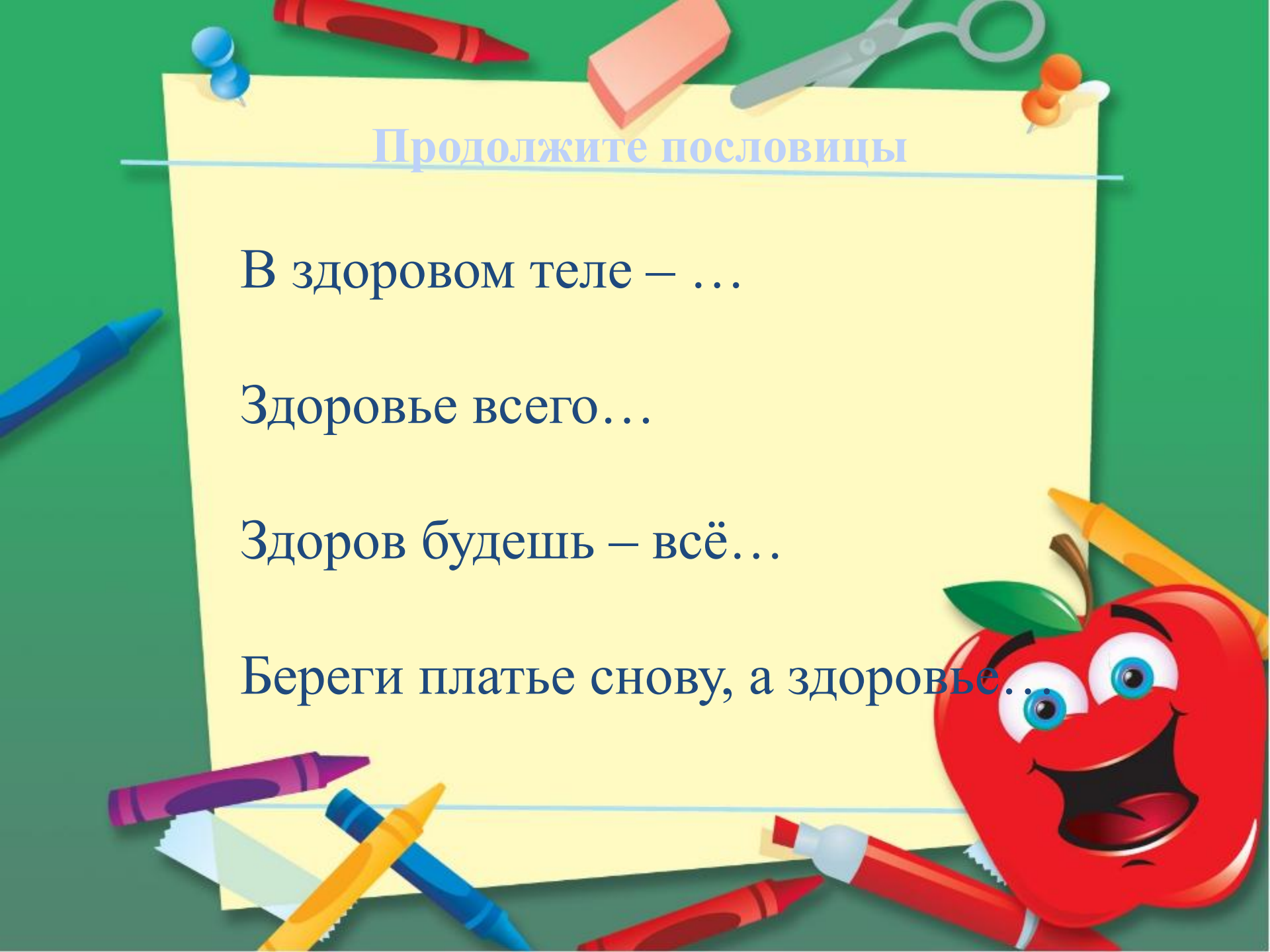
Аккуратная,
удобная одежда
и обувь – залог
комфорта,
здоровья и
успеха.



Мочалка, зубная
щетка, расческа и
полотенце – это
предметы
индивидуального
пользования

Свежий воздух
и чистота
жилища
обеспечат тебе
хорошие
условия для
труда и отдыха





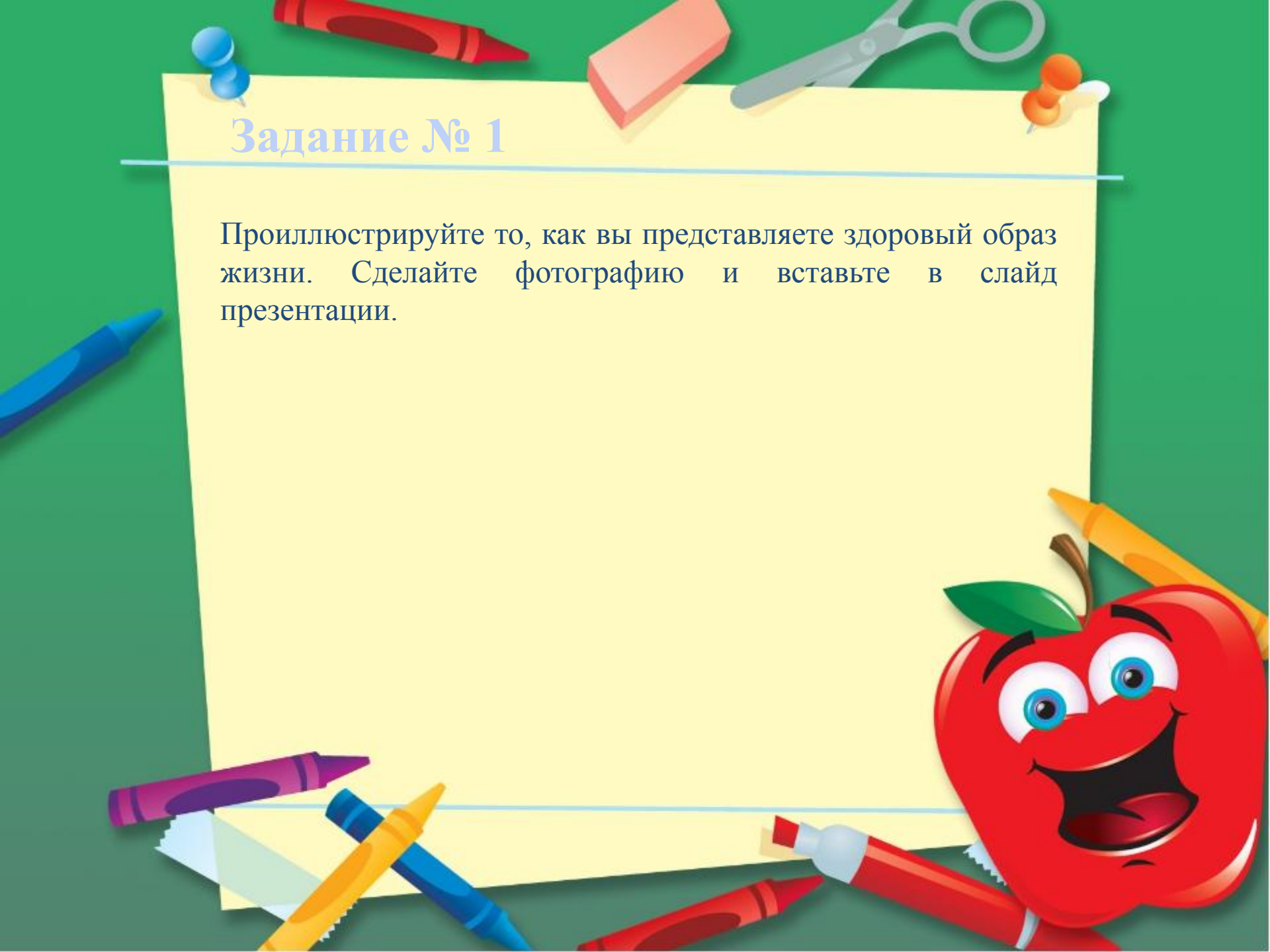
Продолжите пословицы

В здоровом теле — ...

Здоровье всего...

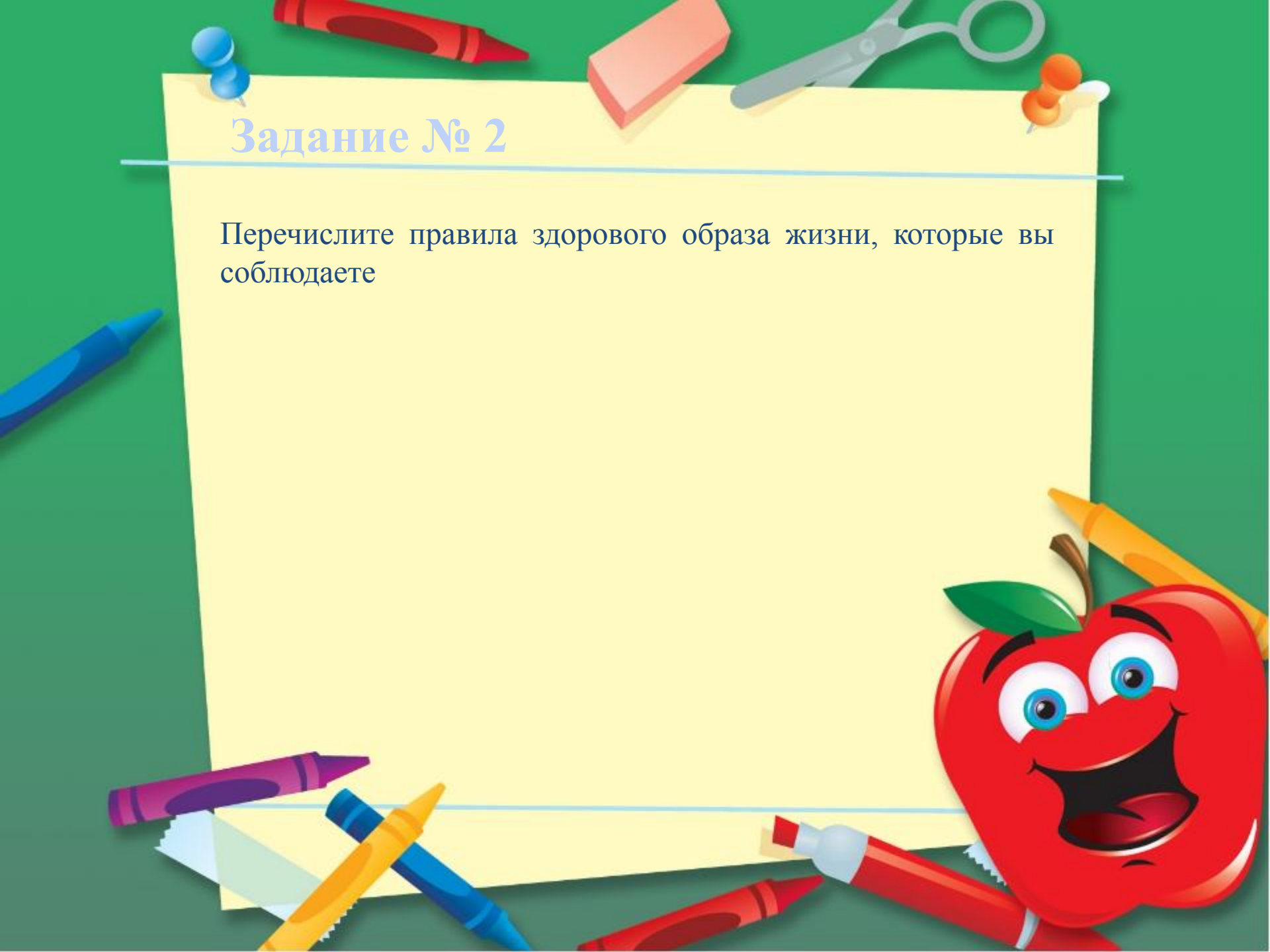
Здоров будешь — всё...

Береги платье снову, а здоровье...



Задание № 1

Проиллюстрируйте то, как вы представляете здоровый образ жизни. Сделайте фотографию и вставьте в слайд презентации.



Задание № 2

Перечислите правила здорового образа жизни, которые вы соблюдаете



Задание № 3

Составьте свой правильный распорядок дня



Спасибо за внимание!

