

Жизнь — увлекательная штука, особенно, когда ты молод!



Причины нездоровья!



1. Плохое питание
2. Курение
3. Малоактивный образ жизни
4. Недостаток сна
5. Генетические нарушения
6. Чрезмерное

Что такое здоровье ?

Как сохранять здоровый образ жизни?

Как укрепить свое здоровье?



Здоровье — самое большое богатство человека!

Здоровье - это красота!

Здоровье - это долгая и счастливая жизнь!

Здоровье - это сила ума!

Здоровье нужно всем - и взрослым, и детям!

Главные правила здоровьесбережения!



1. Соблюдать режим дня!
2. Правильно питайся!
3. Подвижный образ жизни!
4. Больше времени проводите на улице!
5. Занимайтесь физической культурой!
6. Меньше стрессов!





КОУ ОО «Болховская
общеобразовательная
школа- интернат для
обучающихся с ог-
раниченными воз-
можностями здоровья»



**Вперед по Дороге
здоровья!**



Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.
Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться —
На зарядку становиться!
Чистить зубы, умываться,
И почаще улыбаться,
Закаляться, и тогда
Не страшна тебе хандра.



303140 Россия, Орловская об-
ласть, г. Болхов, ул. Генерала Бе-
лова 82. тел. 2-39-44; 2-34-10
факс (8-486-40) 2-34-10; e-mail:
bolhovshkola@mail.ru; сайт:
<http://kouoo-bolhovshkola.ru/>

Выполнили обучающиеся ДОП на-
учно-технической
направленности
Кружок
Мир компьютера: Заманова Гюнай,
Чубаркина Ирина

Руководитель: педагог
дополнительного образования
кружка Мир компьютера:



Болхов, 2019 год