

# «ЖИТЬ ТАК здорово ЗДОРОВО»

Березин Дмитрий  
МАОУ СОШ № 28 г.Томск  
Руководитель: Киселева Л.Н.

● ●



- <http://musanova.ucoz.ru>

Цель:

формирование культуры здорового  
образа жизни





# Задачи

1. Узнать, какие продукты полезны, а какие вредны.
2. Найти, какие еще передачи посвящены здоровью.
3. Создать справочник о пользе продуктов и рассказать одноклассникам о том, что я узнал.

# Методы, с помощью которых я узнавал:

- Беседа
- Телевидение
- Книги
- Интернет



# Вот что я узнал:

Здоровье человека - это главная ценность  
в жизни.

Здоровье не купишь за деньги.

Что бы нам не болеть нужно вести ЗОЖ.

**ЗОЖ** - это Здоровый Образ Жизни



# Основы здорового образа жизни:

1. Личная гигиена.
2. Правильное питание.
3. Физкультура.
4. Соблюдение режима дня.



# Правильное питание

- Полезное



- Вредное





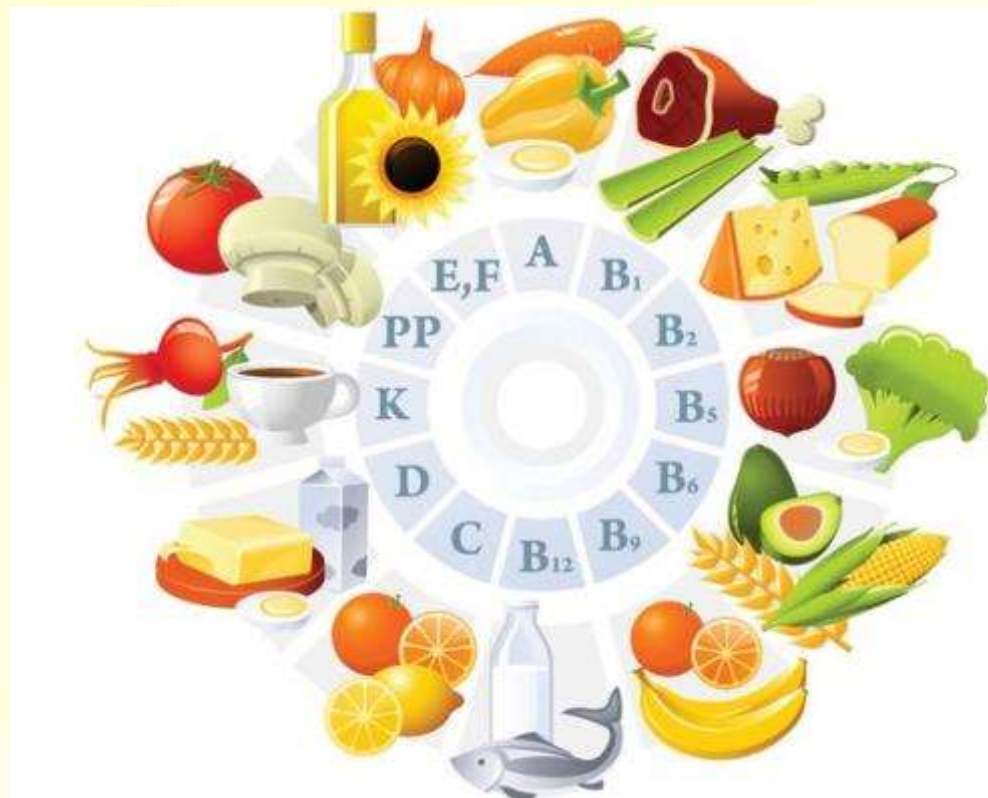
# Школьное питание.

- В школьной столовой нам готовят из полезных продуктов, поэтому нам надо съедать все, что готовят наши повара.
- Мне особенно нравятся: курица, рыба и картофельное пюре.



# Продукты необходимые школьникам:

- Молоко или кисломолочные продукты.
- Творог
- Сыр
- Рыба
- Мясные продукты
- Яйца
- Фрукты
- Овощи







Для ребят мы составили справочник полезных продуктов. Не все знают, что полезно для организма.





Я узнал новую для меня передачу  
«Здоровье» и познакомился с  
электронным журналом  
«Здоровье школьника».





В школе всем классом  
мы ели биомороженое.  
Школьный врач  
рассказала, почему  
нужно есть  
биомороженое. Оно  
тоже полезно для  
здоровья.

### Перспектива:

В моих планах узнать ,  
чем полезно  
биоморожение.





*Благодарю за внимание!*