



Я учитель здоровья - 20

Парамонова

Людмила
Викторовна



Учитель МОУ гимназии №14
города Ейска



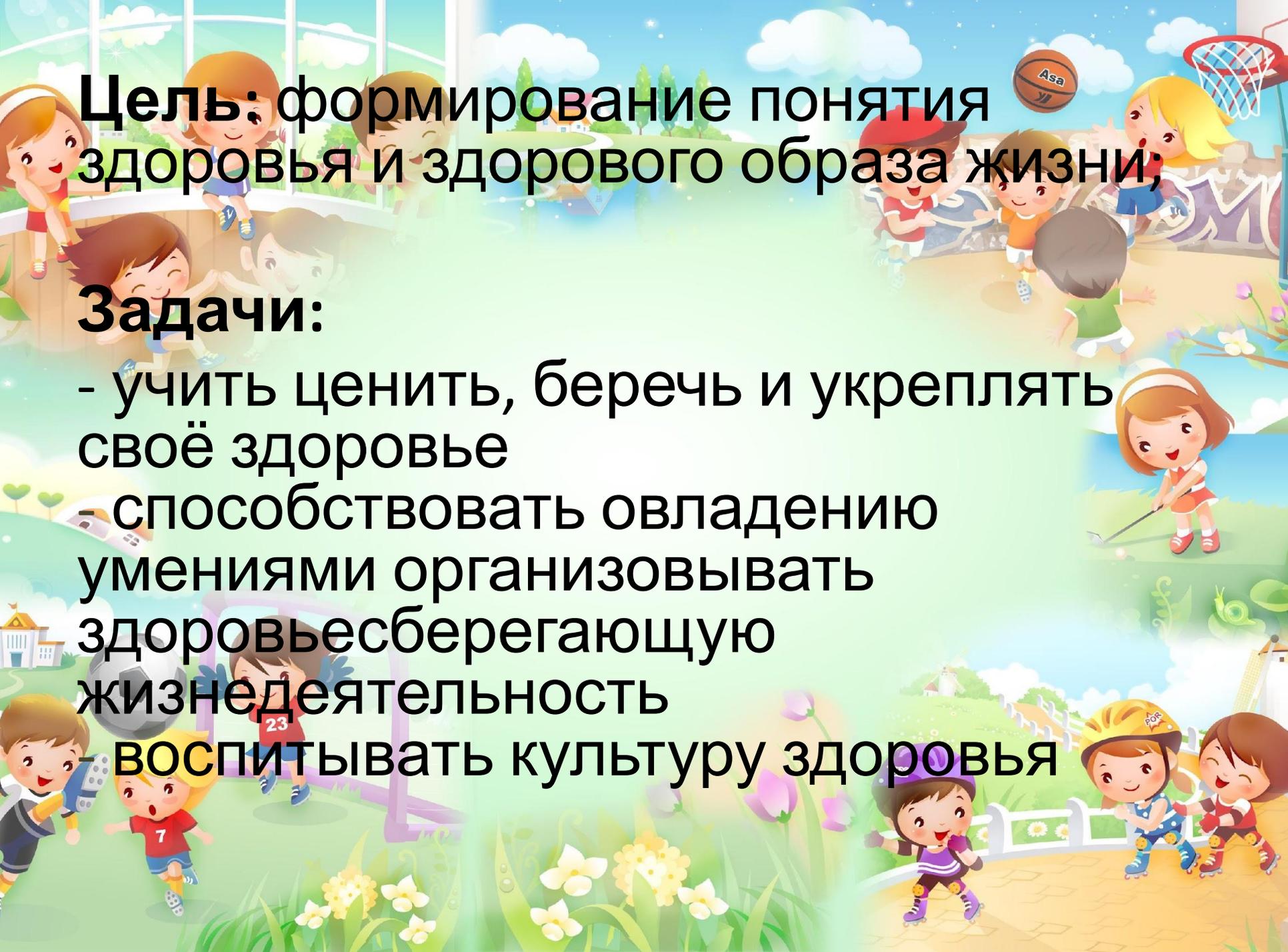


Если человек сам следит за своим здоровьем, то трудно найти врача, который знал бы лучше полезное для его здоровья, чем он сам.

Сократ

**Только в сильном, здоровом
теле дух сохраняет
равновесие, и характер
развивается во всем
своем могуществе.**

Герберт Спенсер



Цель: формирование понятия здоровья и здорового образа жизни;

Задачи:

- учить ценить, беречь и укреплять своё здоровье

- способствовать овладению умениями организовывать здоровьесберегающую

жизнедеятельность

- воспитывать культуру здоровья

От чего зависит наше здоровье?



Здоровый образ жизни



Физическая
культура,
движение,
закаливание

Рационально
е питание

Положительн
ые эмоции,
нравственная
регуляция

ЗОЖ

Экологическое
сознание и
поведение

Отказ от
вредных
привычек
(курение,
алкоголь,
наркотики)

Личная гигиена,
эстетика труда и
отдыха



Уроки с применением здоровьесберегающих технологий

Уроки физической культуры

Физкультминутки и динамические паузы

Здоровый ребёнок

Воспитательная работа

Организация горячего питания

Выездные мероприятия

Оздоровительные мероприятия (Летний лагерь)

Сотрудничество с ДЮСШ и ДЮЦ







