


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

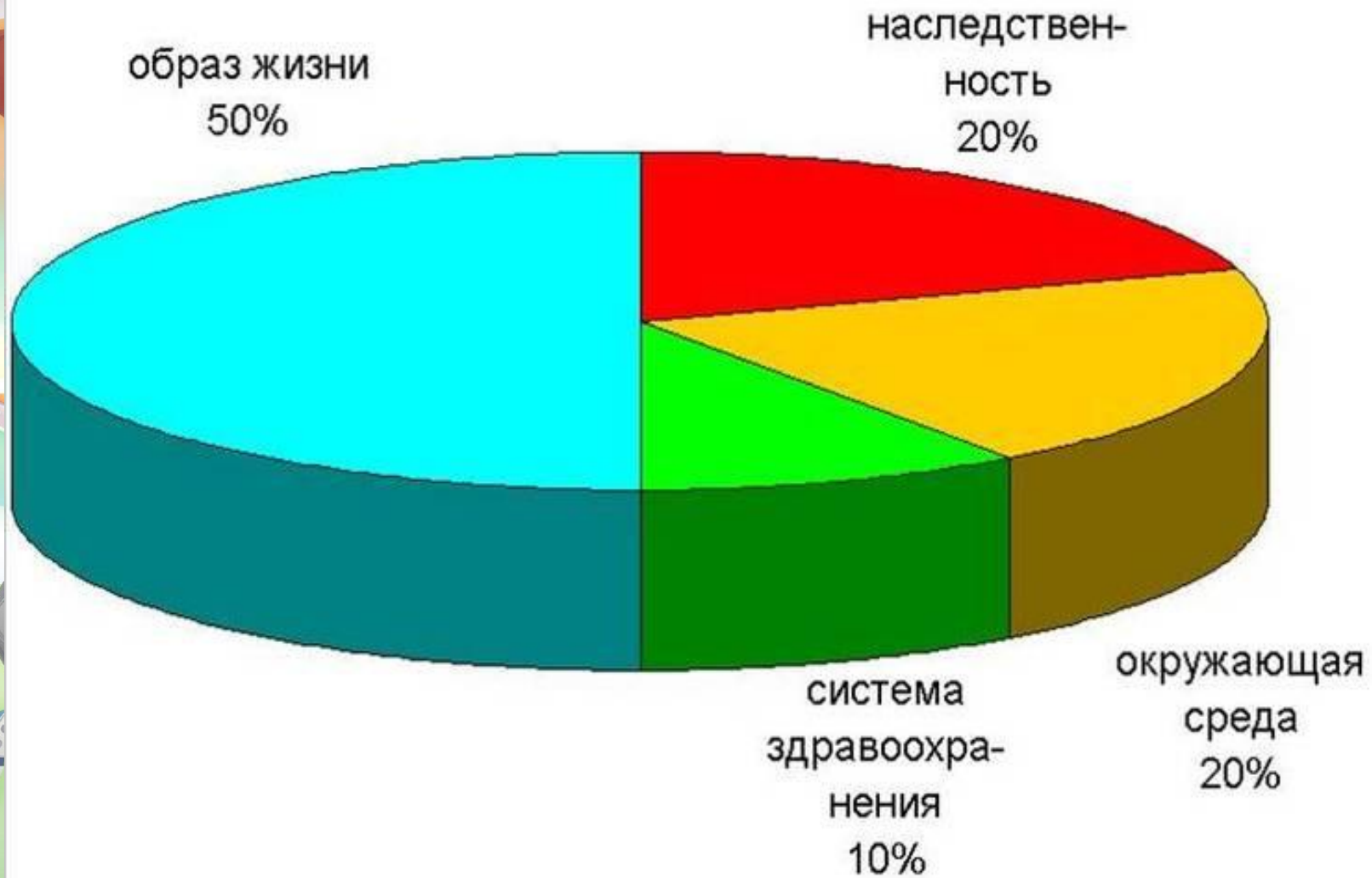
- способствовать овладению умениями организовывать

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

**Здоровый
ребёнок**

Уроки
физической
культуры

Уроки с
применением
здоровьесберегающ
их технологий

Физкультминутки
и динамические
паузы

Воспитательная
работа

Организация
горячего питания

Выездные
мероприятия

Оздоровительные
мероприятия
(Летний лагерь)

Сотрудничество с
ДЮСШ и ДЮЦ







