

Гезалов фазиль назир оглы – педагог ДО,
ФМАУ ДО «ЦДО г.Мирный в п.Светлый»

Мы за здоровый образ жизни





Пословицы о здоровье:

В здоровом теле -

здоровый дух.

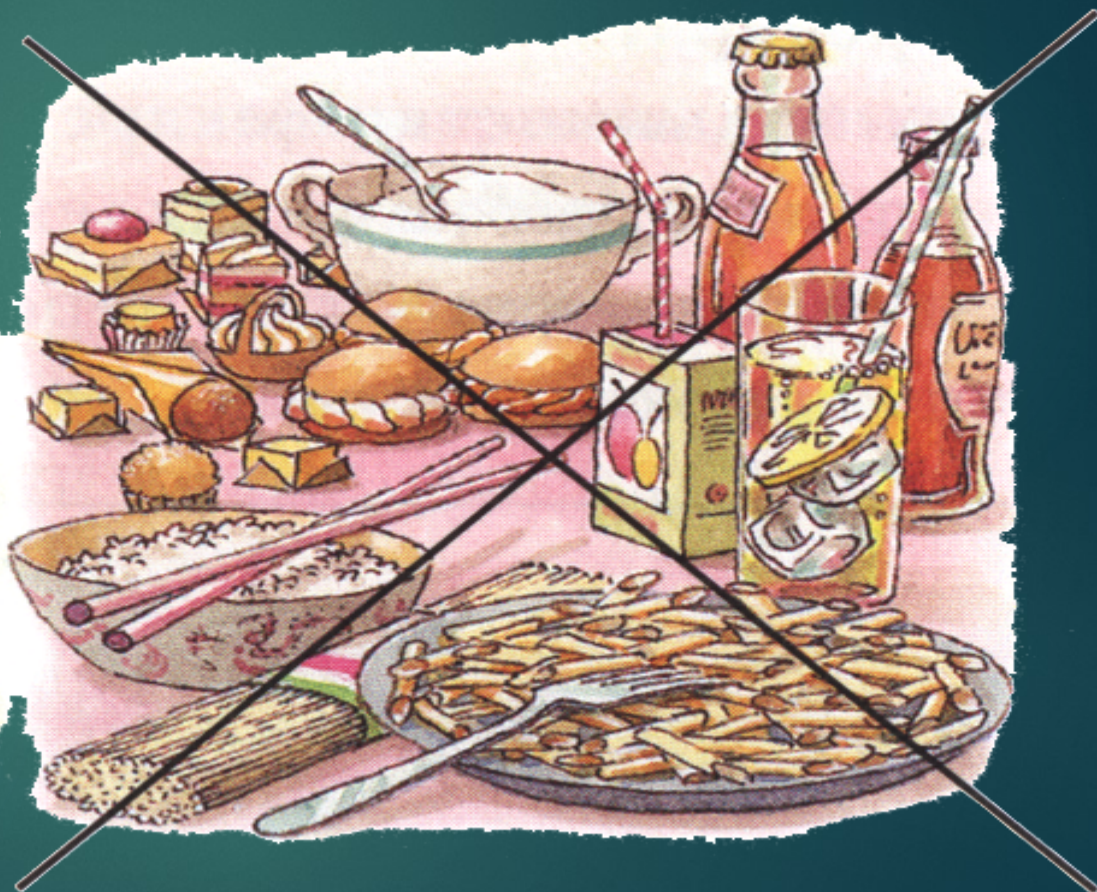
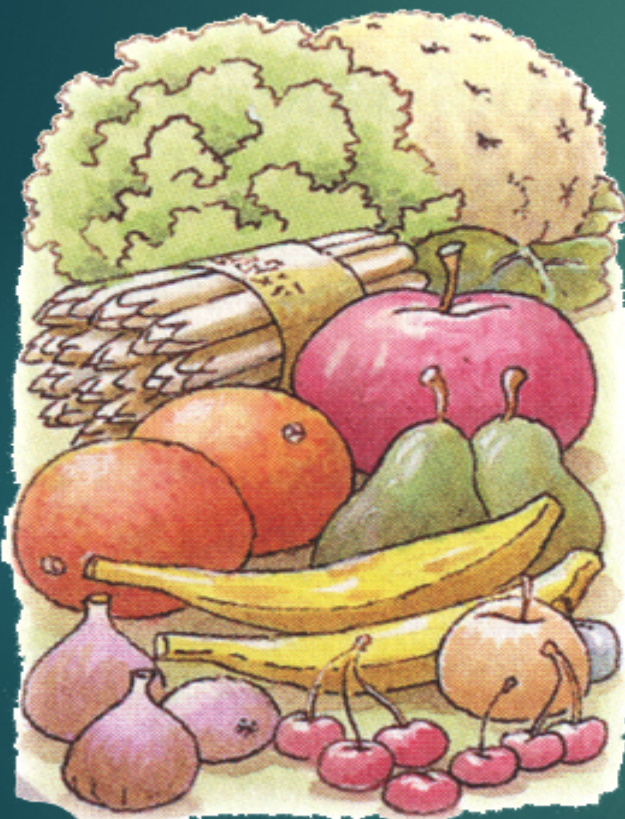
Здоров будешь - всё добудешь.

Здоровье всего дороже.

Здоровый образ жизни

- ⚙️ Правильное питание
- ⚙️ Двигательная активность
- ⚙️ Личная гигиена
- ⚙️ Закаливание
- ⚙️ Искоренение вредных привычек
- ⚙️ Любовь к себе и близким


Правильное питание



Чем ещё грозят фаст фуды?



ожирением



**ВЫБОР
ПРАВИЛЬНОГО
ПУТИ ТОЛЬКО
ЗА ТОБОЙ!**

**сославшись
на проблемы со здоровьем:**



«Нет, спасибо, у меня аллергия!»

**сославшись
на свой отрицательный опыт:**



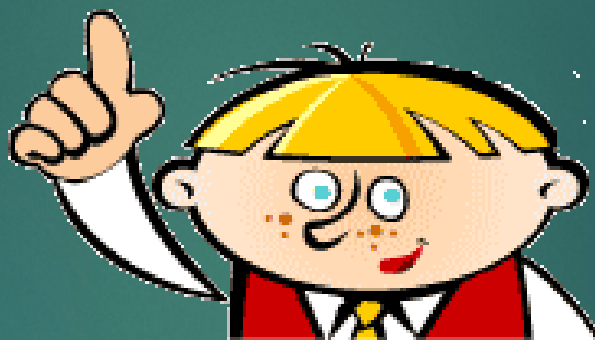
«Я пробовал и мне не понравилось!»

**сославшись на свою
занятость:**



**«У меня завтра контрольная
и мне надо учить уроки!»**

дав агрессивный ответ:



«Эта дрянь не для меня!»

Следуй советам:

«Прежде чем нагрубить
— сосчитай до десяти».

«Не позволяй твоему языку
опережать твою мысль».

«Когда говоришь, что думаешь-
думай, что говоришь».



Здоровье - это красота.

Так будьте же всегда красивыми,
не растрачивайте попусту то, что
дано вам природой, поддерживайте и
сохраняйте своё здоровье,
приумножайте свой капитал
здоровым образом жизни!



**Спасибо
за внимание!**