


# Урок здоровья

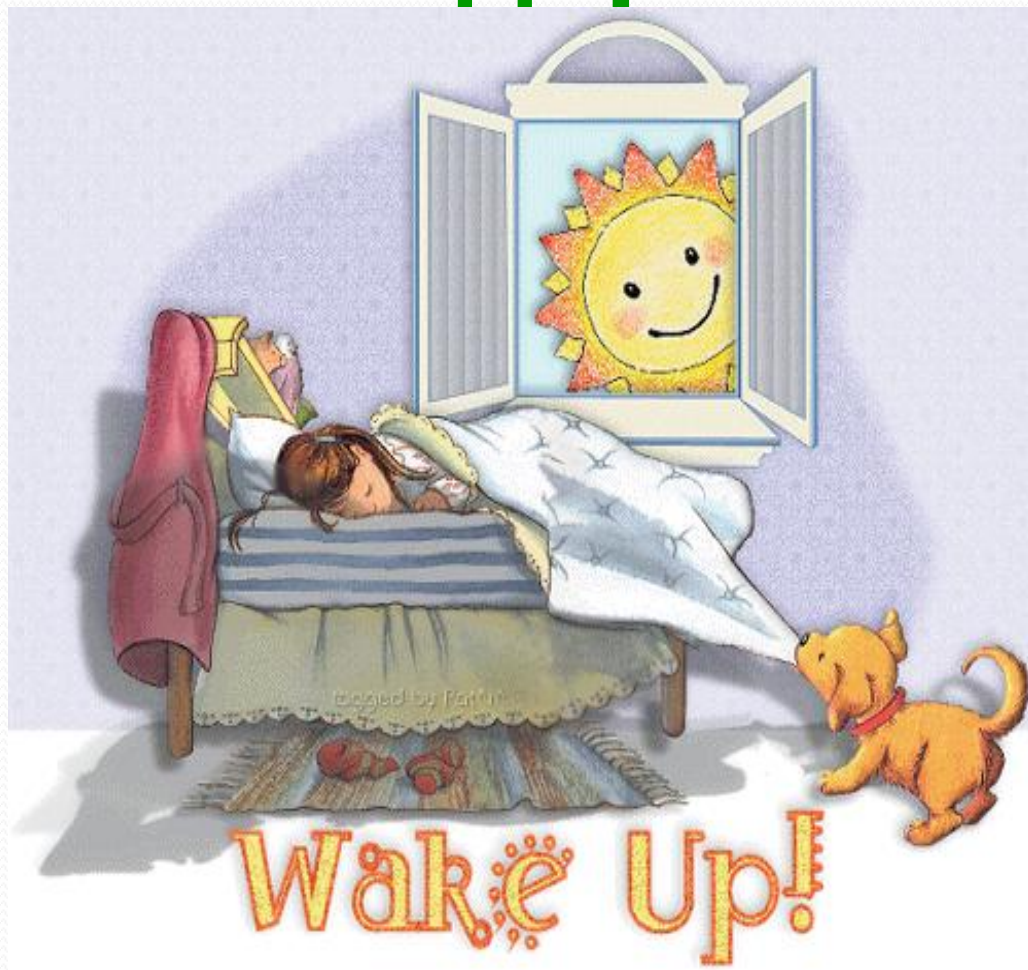
1-2 класс



Как правильно питаться,  
чтобы быть  
**здоровым???**

# Главные правила здоровья

Рано утром  
просыпайся



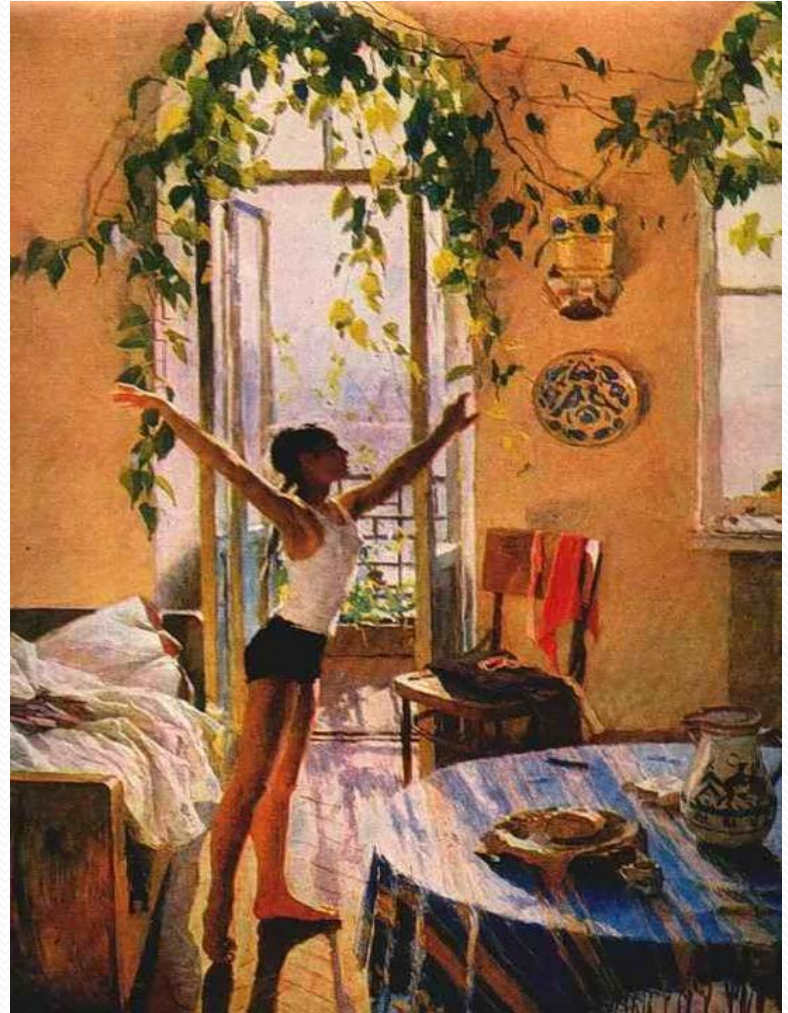
# Главные правила здоровья

Себе,  
людям  
улыбайся



# Главные правила здоровья

**Ты зарядкой  
занимайся**





# Главные правила здоровья

Обливайся



Вытирайся



# Главные правила здоровья

**Всегда  
правильно  
питайся**



# Главные правила здоровья

**Аккуратно  
одевайся**





# Главные правила здоровья

**В школу  
смело  
отправляйся**



# Наш урок посвящён правильному питанию

А зачем человек питается?

**Человеку нужно есть**  
**Чтобы сесть    И чтобы встать**



**Чтобы  
прыгать,**

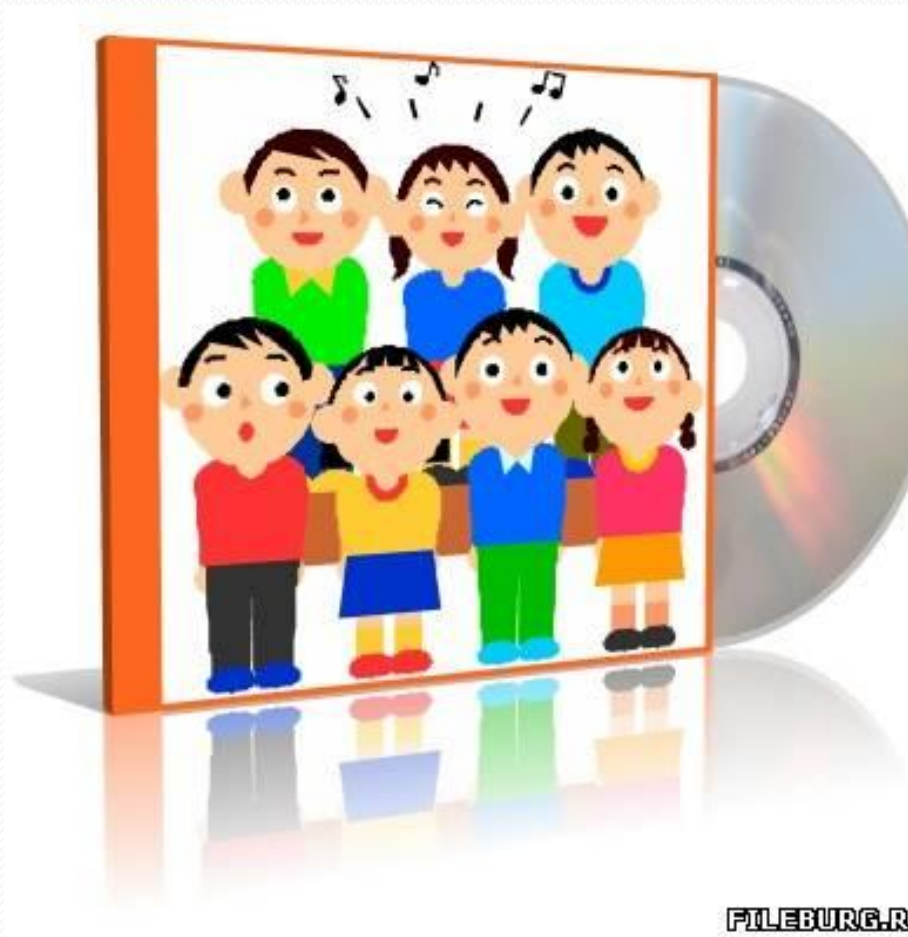
**Кувыркаться**





# Песни петь

# Дружить



# Смеяться



# Чтоб расти и развиваться





# И при этом не болеть





**Нужно правильно питаться с  
самых юных лет уметь.**







# Какой полезный продукт вы получаете в школе?

- Белое да не снег
- Вкусное, да не мёд
- От рогатого берут
- И ребятам дают



# Полезные продукты из молока





# Полезные продукты из молока



# Полезные продукты из молока



# **Молоко- ценный продукт**

## **В нём содержатся:**

- **Белки- для роста**
- **Жиры и углеводы- для энергии**
- **Кальций- для наших костей и зубов**

# Отгадайте второй важный и ценный продукт необходимый для детей?

Зайдите к нам на огород.

Стоит по яблоней завод,

В нём – тысячи рабочих

Снуют с утра до ночи.

Гудит, работает завод

И нам даёт душистый

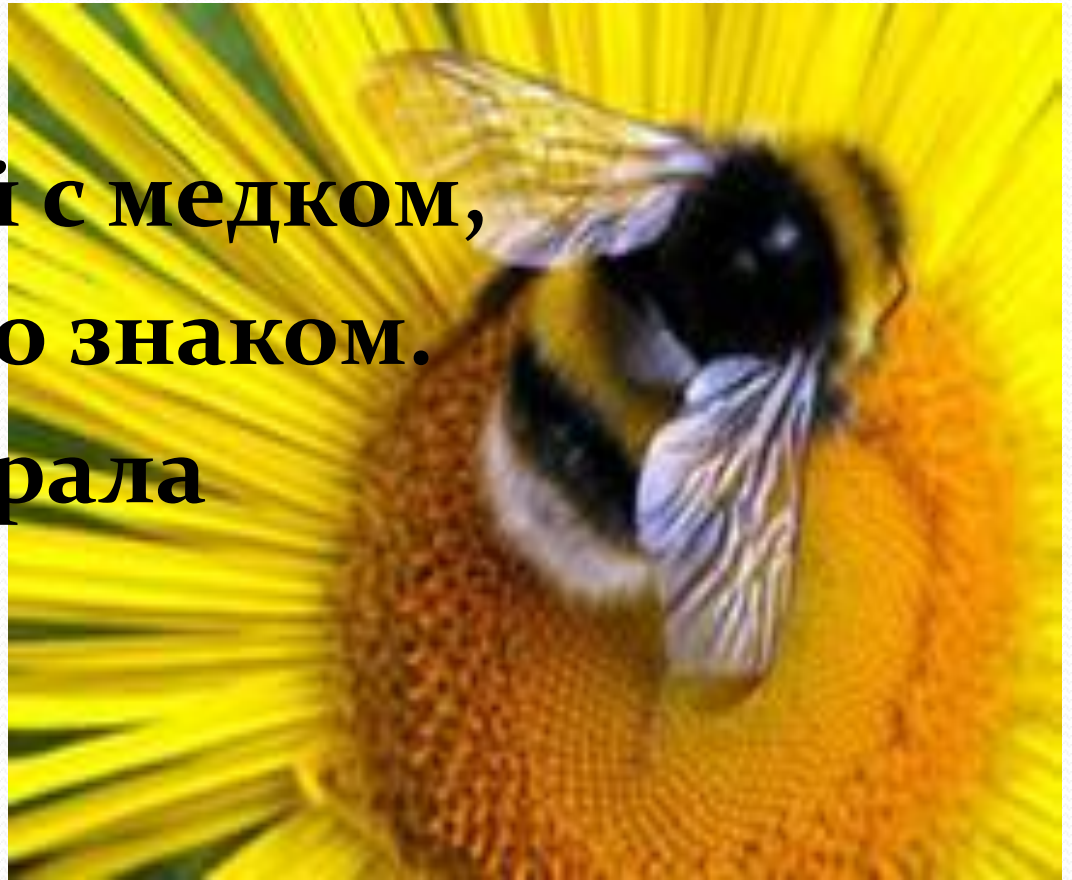


# МЁД



# Откуда берется мёд?

Если пил ты чай с медком,  
С ней ты хорошо знаком.  
Много меду собрала  
Работящая ...



Посетить хотят все дети  
Самый сладкий дом на свете.  
Но хозяйева жужжат,  
Строго домик сторожат.





Почему все любят мёд ?

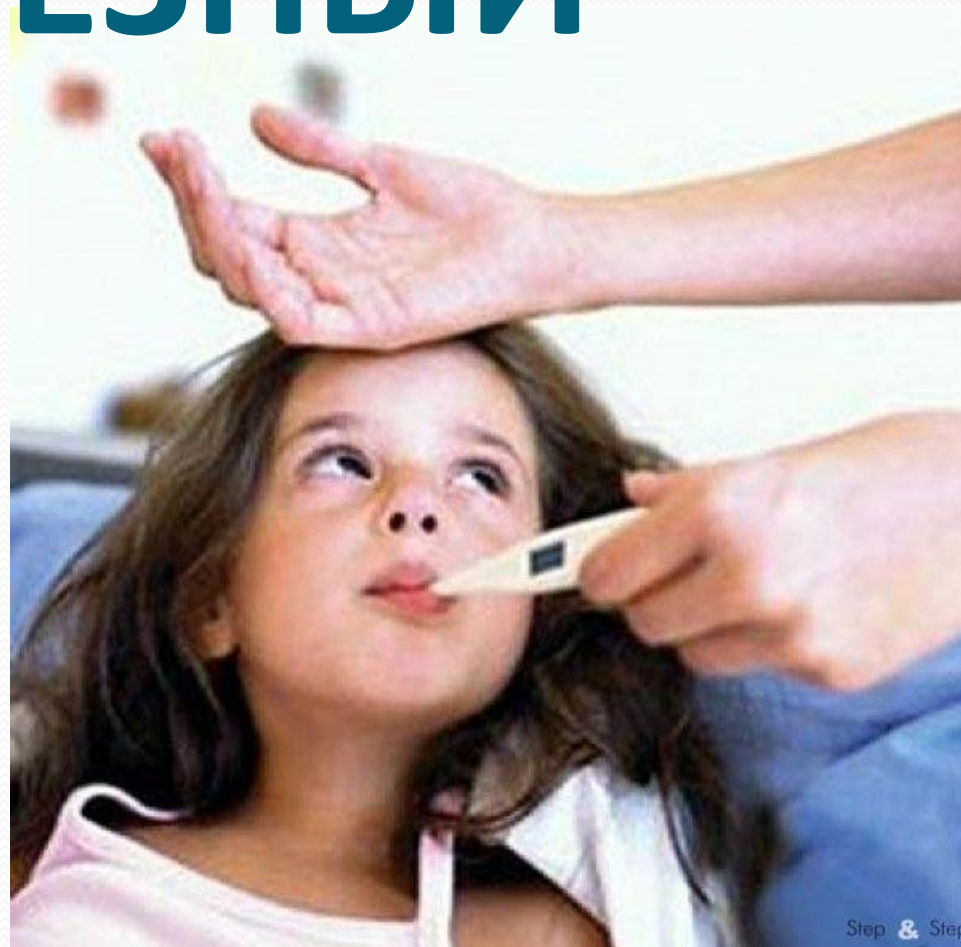


ВКУСНЫЙ



# ПОЛЕЗНЫЙ

**Защищает  
от  
простуды**





# Полезные свойства мёда

Лечат кашель



Лечат горло



# Полезные свойства мёда

1. Мёд оказывает  
успокаивающее действие
2. Быстро усваивается
3. Даёт энергию
4. Восстанавливает силы  
человека

# Два важных и ценных продукта

## Молоко



## Мёд





# Два важных и ценных продукта

## Молоко



## Мёд

