***«Все цвета, кроме чёрного».***

***3 «а» класс.***

***Классный руководитель: Петрова Ольга Феликсовна.***

*Задачи занятий*:

***• формирование у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему; • расширение знаний детей о правилах здорового образа жизни, формирование готовности соблюдать эти правила; • формирование умения оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение) и других людей; ***

*На занятиях здоровья ребятишки очень любят делать физминутки. Каждый день наш класс начинает с зарядки. Мы учимся следить за своим здоровьем.*

** 

*Мы очень любим работать группами с радостью ждём эти занятия.*

**

**

*Закаливание и спорт.*

*Одним из важнейших условий профилактики вредных привычек и формирование ЗОЖ –закаливание, занятия физкультурой и спортом.*

**

*Правильное питание.*

*На занятии мы озвучили золотые правила питания: 1.Главное - не переедайте. 2.Ешьте в одно и тоже время.*

*3.Пережёвывайте пищу.*

*4.Не употребляйте вредные продукты питания.*

*.* 

НМмМммм

*Измерение пульса на уроке здоровья. Работа кистей.*

*Мы следим за своим здоровьем.*

**