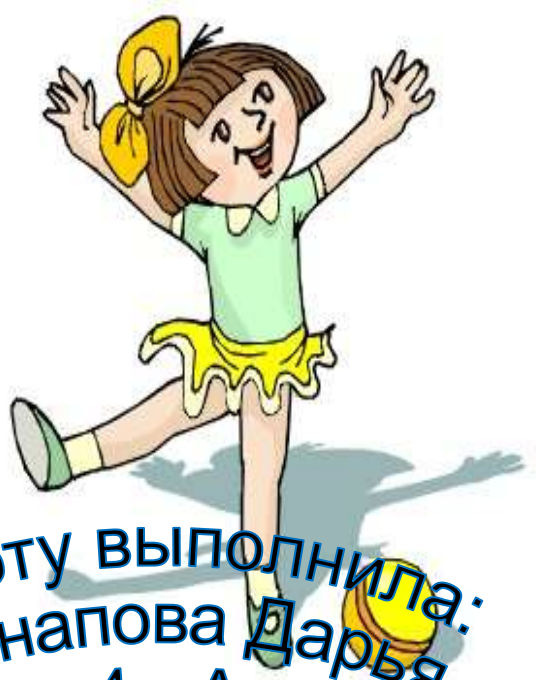


ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



Работу выполнила:
Маннапова Дарья
ученица 4 «А» класса





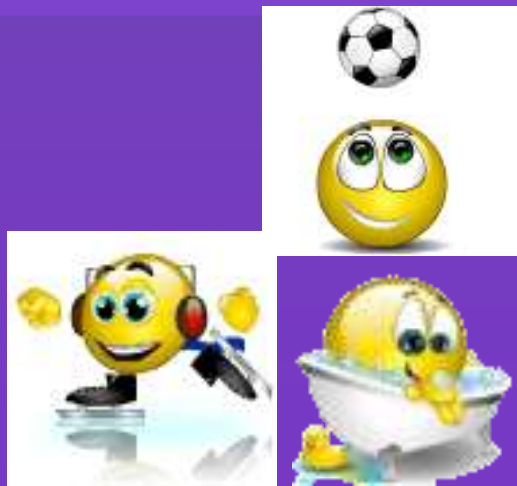


2009г.

«Здоровый образ жизни !»

Что значит для меня это выражение?

- А это в здоровом теле – здоровый дух!
- Здоровый человек – счастливый человек !
- Здоровому все здорово!



Вы представляете себе вкус здорового образа жизни!!
Он сочный и сладкий, как арбуз и ароматный, как ананас!



ВИТАМИНЫ





Овощи и фрукты являются основным источником витаминов и минералов и я их просто обожаю!



Я очень люблю яблоки потому что в них много железа и при этом они очень вкусные!!! К тому же в саду у бабушки они экологически чистые, а на свежем воздухе аппетит у меня - отменный!



Отдых в Турции доставил не меньше удовольствия. Участие в мюзикле «Кошки», детские дискотеки с ребятами из разных стран и конечно же море и солнце.





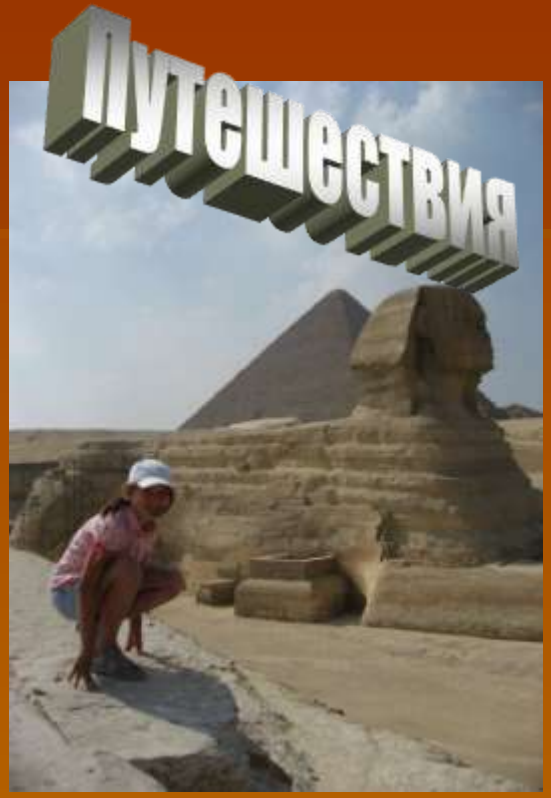
Отдых





Путешествия всегда приносят много новых впечатлений и положительных эмоций.







- Гигантские пирамиды, огромнейший сфинкс - все это дело рук человека !? Только побывав рядом понимаешь насколько это все внушительно и грандиозно.
- Африканское солнце, пустыня Сахара, «Великий» Нил и Красное море - впечатлений хватит надолго.





Водные процедуры любят все без исключения

- Давайте же мыться, плескаться,
  Купаться, нырять, кувыркаться
  В ушате, в корыте, в лохани,
  В реке, в ручейке, в океане,
  И в ванне, и в бане,



Всегда и везде — Вечная слава воде!







Учиться всегда пригодится !









Я с удовольствием участвую в различных мероприятиях

Осенью у нас в школе устроили праздник - «Осенины».

Все желающие могли поучаствовать в конкурсе осенних блюд и поделок. Мы с мамой приготовили «Павлиний хвост» и заняли с ним первое место в номинации «салаты». А потом мы дружно дегустировали блюда осени.









Мы своим классом подготовили сценку «Спор овощей»,

в которой овощи решали, кто из них полезней, вкусней, нужней, главней.



Ну а кто же не любит русскую зиму?





Традиционные зимние развлечения доставляют огромную радость и взрослым и детям.
Румянец на щеках и довольные улыбки служат тому подтверждением.



Прекрасная осень!
Пахнет листвой и грибами. Под ногами раскинулся яркий ковер, который так и манит прилечь. Я лично устоять не смогла!!!









Хорошо прогуляться веселой компанией по осеннему лесу,





развести костёр на опушке и на прутиках жарить сосиски. Они становятся такими румяными, ароматными, что просто «слюнки текут»!

Вместе весело шагать по просторам и арбуз поедать лучше хором !





Ну и конечно же катание с горы











Традиционный зимниий хоровод на полянке со своим классом!

Так все таки какой он - этот здоровый образ жизни?

- Вкусный, как арбуз, и полезный, как плавание!
- Интересный, как все мои увлечения,
  и познавательный, как путешествия по миру!
- Веселый, как игры с друзьями, и радостный, как улыбка мамы!
- Румяный, как мои щечки, и звонкий, как мой смех!
- Бодрящий, как зимний морозец,
  и согревающий, как летнее солнышко





Спасибо за внимание!!!

Желаю всем здоровья!!!

