



Кто жить умеет по часам.

Программа «Разговор о правильном питании».



«Сказка о потеряном времени»

Что произошло
с героями сказки?



Какой совет можно
дать героям сказки?



Что означает выражение
«терять время»?

Тема: «Кто жить умеет по часам».



Режим Дня и питания



О чём спорили Дима и Катя?

Тема: «Кто жить умеет по часам».





Режим Дня и питания

Советы Анны Петровны!

- ✓ Правильно распределяй время.
- ✓ Питайся в одно и тоже время.
- ✓ Гуляй на свежем воздухе.
- ✓ Вовремя ложись спать.
- ✓ Спи не меньше 10 часов.
- ✓ Утром делай зарядку и завтракай.



Тема: «Кто жить умеет по часам».





Режим Дня и питания

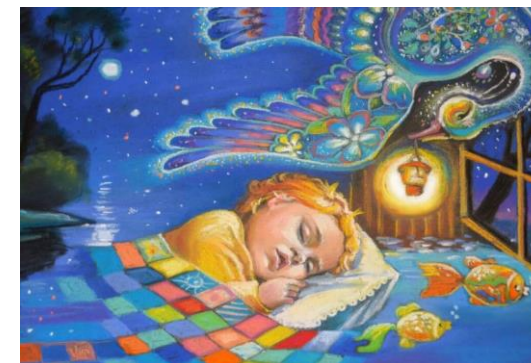
Сколько раз в день нужно есть?



Когда стоит пойти гулять?



Во сколько следует
ложиться спать?



Как организовать свободное время?



Нужно спать днем?



Тема: «Кто жить умеет по часам».





«Собери пословицы»

Время -

как воробей:

упустишь -

не поймаешь

Упустишь

минуту -

потеряешь

час

Поздно

встанешь -

мало

сделаешь

Тема: «Кто жить умеет по часам».





Вместе весело гулять!



Тема: «Кто жить умеет по часам».





Будьте здоровы!

