

Здоровье, режим дня, витамины

ЦЕННОСТИ

ЧЕЛОВЕК

**ЖИЗНЬ
И ЗДОРОВЬЕ**

ЦЕЛЬ БЕСЕДЫ

- Углублять знания о здоровье как ценности, о влиянии физических упражнений, сна, свежего воздуха на организм.
- Формировать понимание важности витаминов (где они содержатся, зачем нужны).
- Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, привычку выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать гигиену.

ИНФОРМАЦИОННЫЙ ПОВОД



Дополнительные:

- 1 декабря — Всемирный день борьбы со СПИДом (для старших — разговор об иммунитете, здоровом образе жизни);
- 3 марта — Всемирный день иммунитета;
- 20 февраля — Всемирный день социальной справедливости (здоровье как право каждого).