***Живи разумом,***

***так и лекаря не надо!***

Особенностью каждого человека является способность привыкать к каким-либо действиям и ощущениям. Привычки формируются в результате многократных повторений, когда человек часто совершает одни и те же действия, он привыкает их повторять, не задумываясь.

Вредными привычки называются не только потому, что они наносят здоровью вред, но еще от них бывает трудно отказаться, так как они постепенно становятся необходимыми человеку. Человек вынужден обращаться за помощью к врачу.

Чтобы выработать полезные привычки, необходимо прикладывать усилия, старания. Трудно воспитать полезную привычку, но избавиться от вредной еще сложней, это требует от человека проявления твердости и силы воли.

***МБОУ***

***«Елизовская начальная школа №5»***

******

***«Без вредных привычек по жизни иди, здоровье свое и других береги»***

*(Внеклассное занятие в 4 классе)*

***Учитель : Рудь Татьяна Викторовна***

