

ЗДОРОВЬЕ

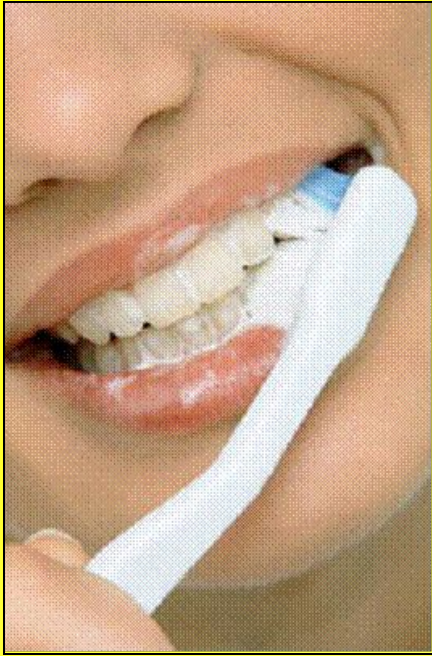


ЗДОРОВЬЕ

ЧЕЛОВЕКА

Гигиена -

**наука о
здоровье!**



*утром
после еды
вечером*



при необходимости

Доктор, доктор,
Как нам быть:
Уши мыть?
Или не мыть?

Если мыть,
То как нам быть:

Часто мыть
Или пореже?

Отвечает доктор гневно:

**Еже, еже –
Ежедневно!**

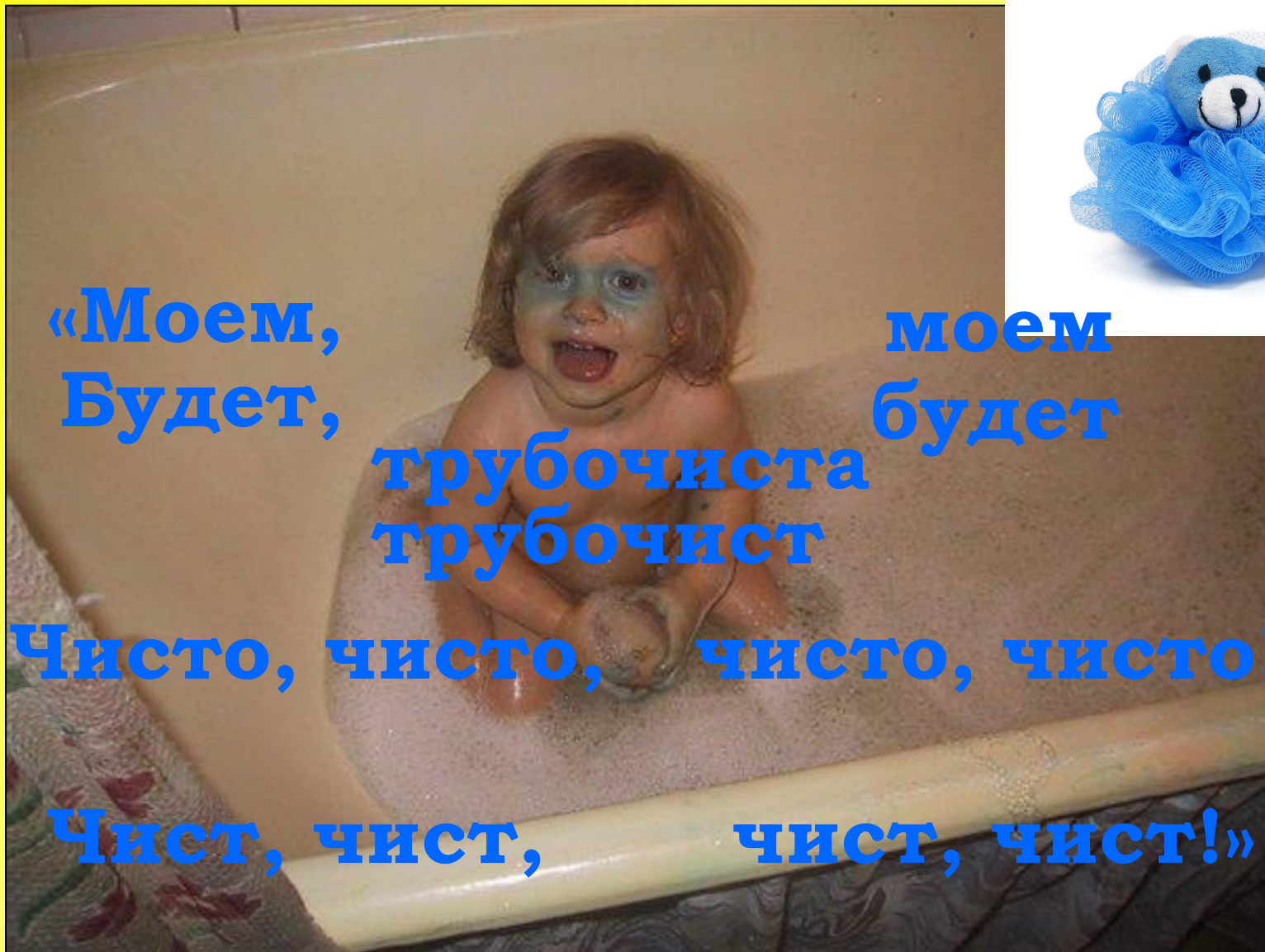




Надо, надо умываться
По утрам и вечерам,
а нечистым
трубочистам

СТЫД И СРАМ!

СТЫД И СРАМ!



**«Моем,
Будет,**

**моем
будет**

**трубочиста
трубочист**

Чисто, чисто, чисто, чисто!

Чист, чист, чист, чист!»

**И сейчас же щетки, щетки
Затрещали, как трещотки**

И давай её тереть, приговаривать:

Не видали разве
На руках грязь вы?

А в грязи – живет зараза,
Незаметная для глаза.

Если руки не помыв,
Пообедать сели мы,
Вся зараза эта вот
К нам отправится в живот.



Грязные руки грозят бедой –
Чтоб хворь тебя не сломила,
Будь культурен: перед едой

Мой руки мылом!



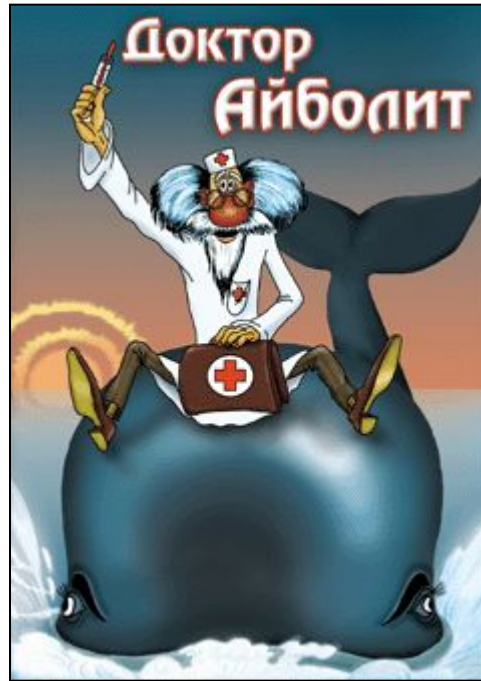
Давайте же мыться,
плескаться,

Купаться и прыгать
ВЕЧНАЯ
кувыркаться,

В ушах, в корыте,
СЛАВА
в лобани,

В реке, ручейке, океане.
ВОДЕ!
Везде и везде!

Спорт



По воде под ивняком
Ходит аист босиком:



И не хнычет:
«Ой, беда,
Ой, холодная вода!»

Он лежать совсем не хочет.
Если бросить, он подскочит.
Бросишь снова, мчится
вскачь,
Ну, конечно – это....



Этот конь не ест овса,
Вместо ног – два колеса.
Сядь верхом и мчись на нем,
Только лучше правь рулем.



Кто на льду меня
догонит?
Мы бежим вперегонки.
А несут меня не кони,
А блестящие...



Катаюсь на нём до вечерней поры,
Но ленивый мой конь возит только с горы.
Сам на горку пешком я хожу,
И коня своего за веревку вожу.



Деревянные кони по снегу скачут,
А в снег не проваливаются.





плавание



скейтборд



ролики

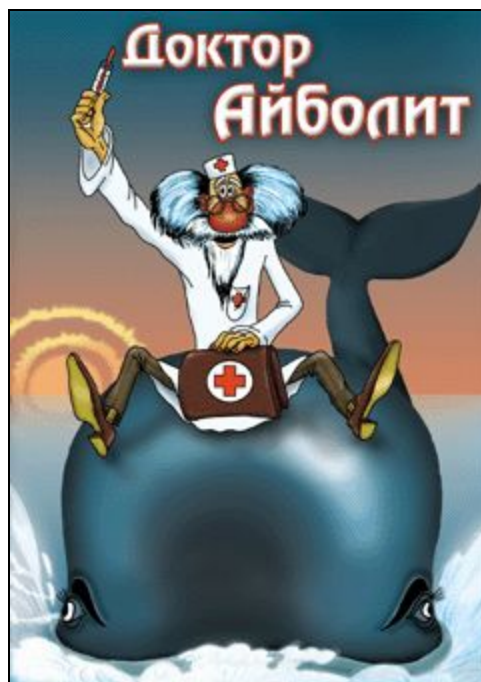


бег



бадминтон

Питание



Игра

"ПОЛЕЗНО - ВРЕДНО"





Будьте
здоровы!

