

Растем здоровыми. Здоровый образ жизни

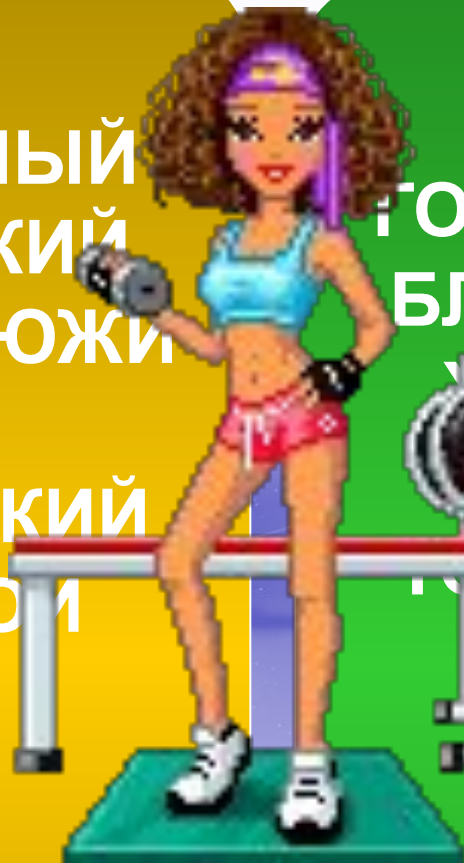
*Всем известно и понятно,
Что здоровым быть приятно.
Только надо знать.
Как здоровым стать.*



Файл скачан с сайта <http://5psy.ru>
5psy.ru - первый психологический портал
г. Пятигорска



СУТУЛЫЙ
КРЕПКИЙ
НЕУКЛЮЖИ
И
ВЫСОКИЙ
ХУДОШ



ГОРБАТЫЙ
БЛЕДНЫЙ
УПЫЙ
СЫЩИЙ
ИСТИЙ

СТРОЙНЫЙ
СИЛЬНЫЙ
ЛОВКИЙ
БОДРЫЙ
ЭНЕРГИЧНЫ
И
ВЕСЕЛЫЙ

ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК – ЭТО ... ЧЕЛОВЕК

Формула здоровья

Соблюдай

Больше

Нет вредным

Правильно

Закаляйся

Сочетай



двигайся!

**труд и
отдых!**

питайся!

**чистоту!
привычкам**

!



Соблюдай чистоту!

*«От простой воды и мыла
У микробов тают силы»*



Что же нужно делать, чтобы победить микробов?

Правила победы над микробами:



Больше двигайтесь!




*«В путь – дорогу собирайся,
За здоровьем отправляйся»*

Нет вредным привычкам!



*«Я здоровье берегу,
Сам себе я помогу»*



**Привычка - это то, что человек
привык делать не задумываясь,
почему он это делает и как.**

ЧИТАТЬ ПРИ ХОРОШЕМ ОСВЕЩЕНИИ
СИДЯ ПРЯМО СТОЯ ИЛИ НА БРОННИКЕ
ГРЕЯТЬСЯ ПЕЧАМИ
2 ПЕДАВИДОНЬ

Вредные привычки

Полезные привычки



Ребята, берегите зрение!

Правильно питайся!



*«Прежде чем за стол мне сесть,
Я подумаю, что съесть»*

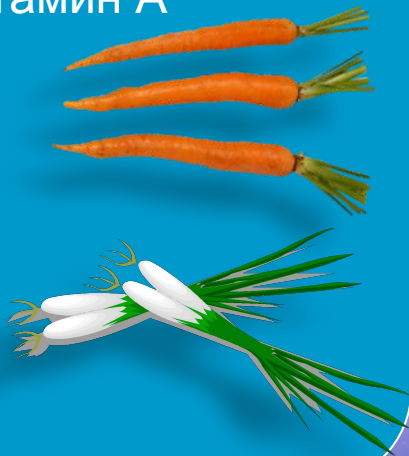




полезно

вредно

Витамин А



Витамин В



Витамин Д



Витамин С





*Всю азбуку здоровья
нужно крепко знать
И в жизни эти знания
повсюду применять!*



дороже

здоровье

золота

В

здоровом

теле

здоровый

дух

здоровья

чистота

залог

руках

моё

здоровье

в

моих

Файл скачан с сайта <http://5psy.ru>
5psy.ru - первый психологический портал
г. Пятигорска



**МЫ ЗА
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!** 📣