

Если хочешь быть здоров

Презентация по окружающему миру 2
класс



Выполнила
Сушкова Л.А.

Если хочешь быть здоров...

Если хочешь быть здоров,
Всё в руках твоих, дружок!
Солнце, воздух и вода –
Наши лучшие друзья!
Гигиену и режим
Все мы соблюдать должны!



Если хочешь быть здоров...

Если хочешь быть здоров,
Будь и к спорту ты готов.
Прыгай, бегай, кувыркайся,
Физкультурой занимайся!
В речке летом ты купайся
И на солнце закаляйся!



Если хочешь быть здоров...



Если хочешь быть здоров,
Ты спроси у поваров:

- Как питаться должны дети?

Нужно ль следовать диете?

- Витамины, каша, дети, -

Лучшая еда на свете!



Если хочешь быть здоров...

Если хочешь быть здоров,
Будь к труду всегда готов!
Взрослым должен помогать
В чистоте всё содержать!
Пол мести, носки стирать,
Пыль и грязь – всё протирать!





Личная гигиена

- Чистить зубы надо .. раза в день...
- Перед едой нужно обязательно...
- Во время еды нельзя...
- Никогда не ешь немытые...



Если хочешь быть здоров

СОВЕТЫ МОЙДОДЫРА

- Ежедневно вставай в одно и то же время, проветривай комнату и делай зарядку.
- Утром умывайся, чисти зубы, мой уши и шею.
- Приучайся обтираться после зарядки до пояса водой комнатной температуры.
- Всегда мой руки перед едой и после посещения туалета.
- Коротко стриги ногти на руках и ногах.
- Пользуйся носовым платком.
- содержи в порядке волосы: они должны быть аккуратно подстрижены и причёсаны или заплетены косы.



Доброго ВАМ здоровья!

