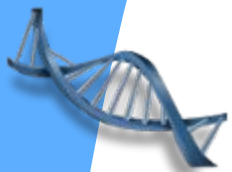


Здоровье и безопасность





Организм

внутреннее строение
тела человека

ГОЛОВНОЙ МОЗГ

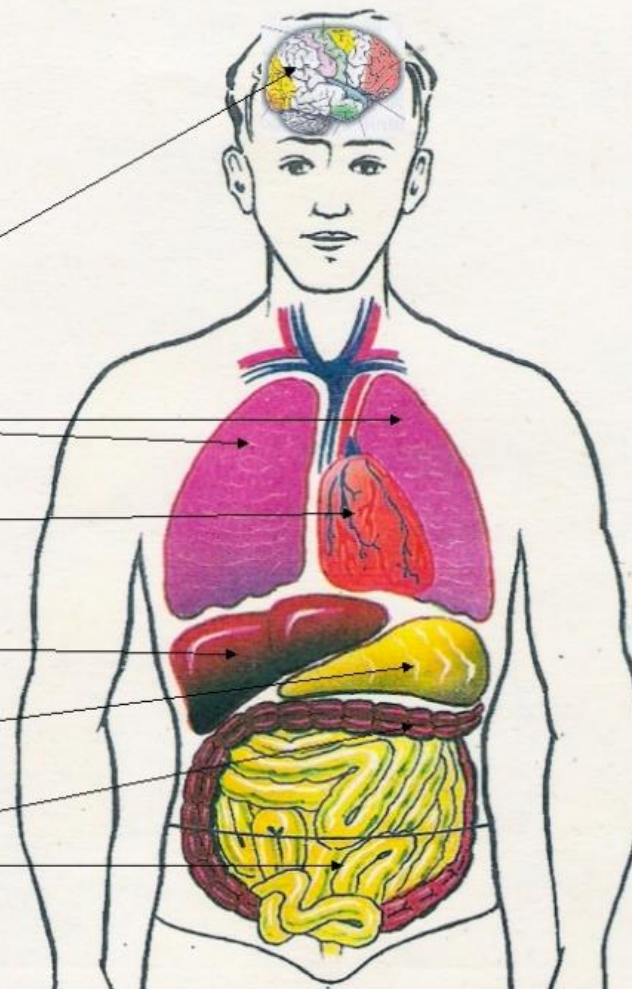
ЛЁГКИЕ

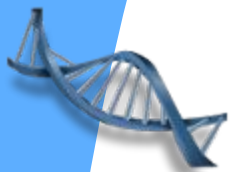
СЕРДЦЕ

ПЕЧЕНЬ

ЖЕЛУДОК

КИШЕЧНИК



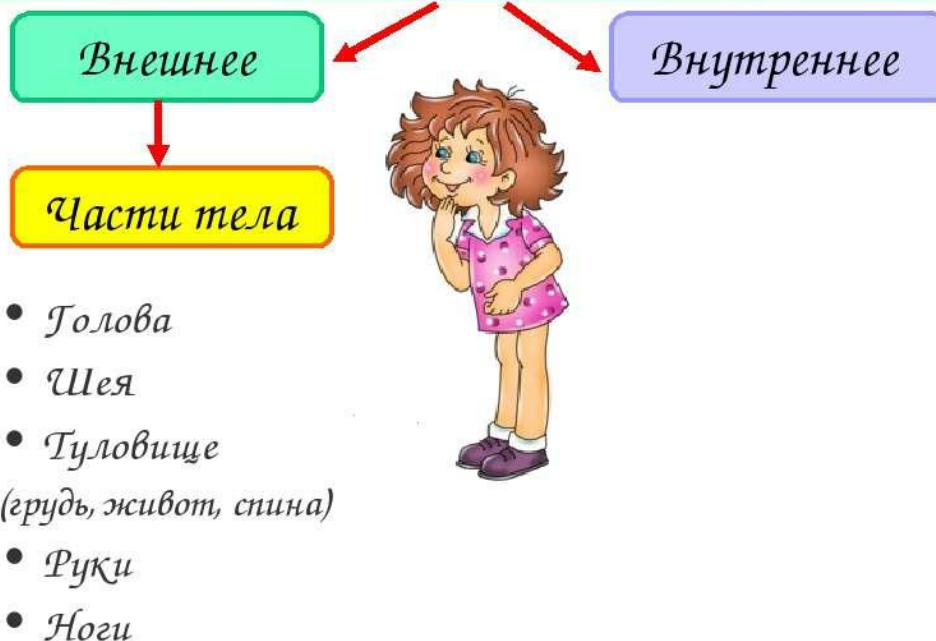


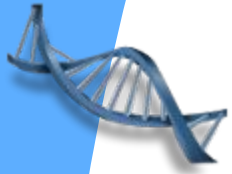
Правило 1

• Познай самого себя



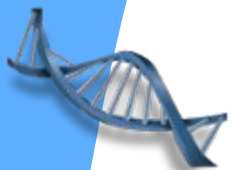
Строение тела человека





Помощники здоровья

- Гигиена
- Режим дня
- Питание
- Спорт



Правило 2

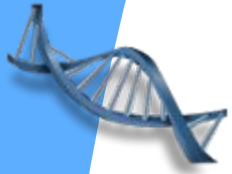
- **Содержи в чистоте тело, одежду, жилище**





Режим дня

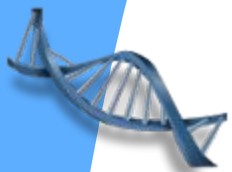
- Подъем - 7-00
- Завтрак – 7-30
- Начало занятий в школе – 8-00
- Окончание занятий в школе – 13-00
- Обед – 13-30
- Отдых после школы – 14-00-16-00
- Полдник – 16-30
- Выполнение домашних заданий – 17-00-18-30
- Ужин – 19-00
- Вечерний отдых – 19-30-21-00
- Отход ко сну – 21-30
- Ночной сон – 22-00 – 7-00



Правило 3

- **Помни твёрдо, что режим людям всем необходим**

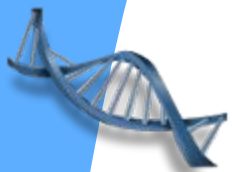




Правило 4

- **Правильно питайся**

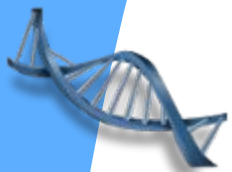




Правило 5

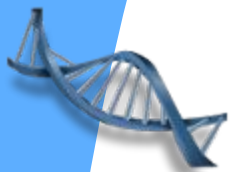
- **Люди с самого рождения жить не могут без движения**





Физкультминутка





Домашние опасности

**Острые, колющие
и режущие
предметы**

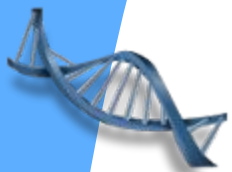
**Лекарства и
бытовая химия**



Электроприборы

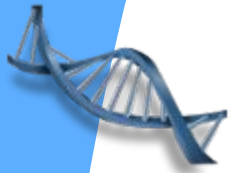
Окно и балкон

Газ



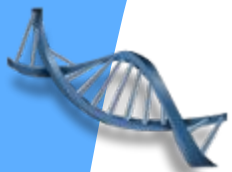
Электроприборы





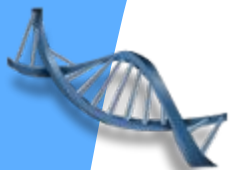
Действия при пожаре

- Немедленно нужно позвонить по телефону на номер **01** (если сотовый, то набрать **101**);
- Немедленно покинуть помещение;
- Иногда удастся погасить огонь, накрыв горящий предмет плотным одеялом, т.к. огонь не может гореть без доступа воздуха



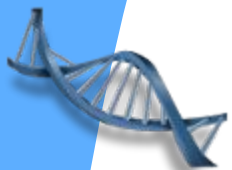
Лесные опасности





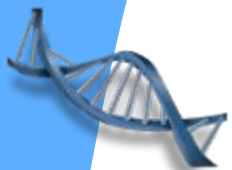
Лесные опасности





Лесные опасности





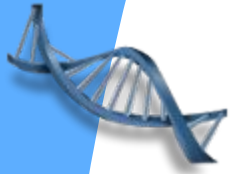
Лесные опасности





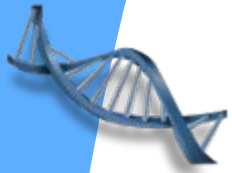
Правила поведения на воде

- Купайтесь только под присмотром ,,,
- Не плавайте в ... Там могут быть опасные подводные течения;
- Не купайтесь в очень ... воде. От холода может быть судорога;
- Купайтесь не в одиночку, а с ..., чтобы быть на виду;
- Купайтесь только в ... водоёмах. Плавание в грязной воде опасно для здоровья;
- В море не заплывайте за ...
- Не купайтесь в море в Высокие волны очень опасны



Правило 6

- **Соблюдай безопасность дома, на улице, на дороге, в лесу, на воде**



Соблюдай эти правила!

- Познай самого себя;
- Содержи в чистоте тело, одежду, жилище;
- Помни твёрдо, что режим людям всем необходим;
- Правильно питайся;
- Люди с самого рождения жить не могут без движения;
- Соблюдай безопасность дома, на улице, на дороге, в лесу, на воде