



- Здоровье дороже денег.

- Здоровье - это
главная ценность в
ЖИЗНИ.

Здоровье - это правильная
деятельность животного
организма.



Работа в парах.



Что надо делать для того,
чтобы сохранить своё здоровье
на долгие годы?

Режим дня.



- Режим дня - это распорядок дел, действий, которые вы совершаете в течение дня.

Личная гигиена.



Это правила, выполнение которых поможет не болеть и укрепить своё здоровье

Что значит «правильное питание?»



Правильное питание - это разнообразное питание. Для жизни человеку необходимы питательные вещества, которые находятся в разных продуктах питания.

Занятия спортом





Что делать, если ты всё-таки заболел?



- Когда кашляешь или чихаешь, прикрывай рот и нос платком.
- Не играй с друзьями.
- Не ходи ни в школу, ни в гости, пока не поправишься.

Наши помощники в сохранении здоровья

Режим дня



Личная
гигиена



Правильное
питание



Занятия спортом



Будьте
здоровы!

