

Моё здоровье – моё счастье.



Здоровье потеряешь – всё потеряешь.

Согласны ли вы с этой
мудростью ?

От кого зависит, в первую
очередь здоровье человека?



Город Гигиены.

**Девиз жителей этого города:
«чистота-залог здоровья».**



1. Что такое личная гигиена?

Личная гигиена – это уход за своим телом, содержание его в чистоте.



2. Почему необходимо мыть руки перед едой?

На грязных руках содержится большое количество микробов, которые попадая с пищей в рот, могут вызвать заболевание.



3. Зачем нужно коротко стричь ногти?

Под ногтями собираются грязь и микробы – возбудители заразных болезней.



4. Сколько раз в день необходимо умываться?

Умываться необходимо два раза в день - утром после сна и вечером перед сном.



5. Как часто нужно стричь ногти на руках и на ногах?

Ногти на руках необходимо стричь один раз в неделю, на ногах – раз в две недели.



Загадки

Хожу, бр
А по чёл
И зубы у
Чем у хи



Советы Мойдодыра.

- 1-й совет:
сна. Мойте
- 2-й совет:
каждый день
- 3-й совет:
после игр
животным



- 4-й совет: Не реже одного раза в
неделю принимайте ванну.

о утрам, после
ею, уши.

логи перед сном

мойте руки
дения с





Город правильного питания.

Девиз жителей этого города:
«Будешь правильно питаться –
со здоровьем будешь знаться!»



Загадки

Бусы красные висят,
Из кустов на нас
Очень любят бусы
Дети, птицы и мамы



Вона ругає всім красивій.

Вакстає, свєтїє, парасива.

Пряду в вєдєтьє перчаткї

Вєлєт



- - Роду свеклы по происхождению я
- Красная свекла - сладкая.
- Ножки свеклы - это свекла,
- Шляпки свеклы - это свекла.



Вя дудь ёт, се бя е коропит.

А расет, хвалитъ е копит.

Раба

Виса



Правила рационального питания

Не впадайте в перебор с сладостями.

Богатейшая витаминная пища в овощах, фруктах. Употребляйте два раза в день до горячей пищи.



Игра «Полезно-вредно»

**Заниматься
физкультурой...**

Кроссворд

31. Хорошратишьгободнирайорд?

Так тебе бтотайжежидмайся.

Для здоровья для порядка

4. Людям всем нужна
4. Он с тобою и со мною

Шёл лесными стёжками,
2. Дождик тёплый и густой,
Друг походный за спиною
Этот дождик не простой:

На ремнях с застёжками.
Он без туч, без облаков

Целый день идти готов.



Кроссворд

7.5. В отворённые меня

Два круга бряющие коня.

Единственный аборигто,

Чья жизнь висит в воздухе.



8.6. Чья бы плоть от спорта дерогистать,

Ну и не было бы порожать.

И подождет в дождь в воровка

И убавит два колеса.

