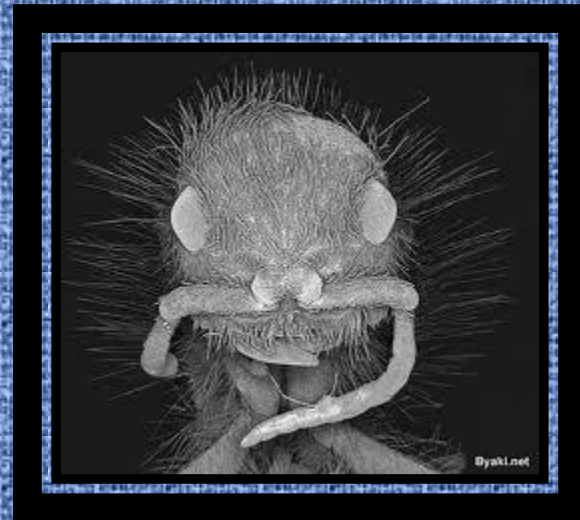


# Праздник чистоты и здоровья





# микробы

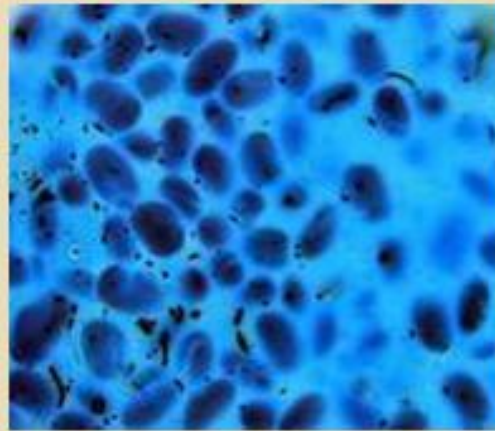




# Микробы на теле человека



Микробы на невымытых руках.  
А как ты их представлял в детстве?



Вот так выглядят разные микробы и бактерии под микроскопом.



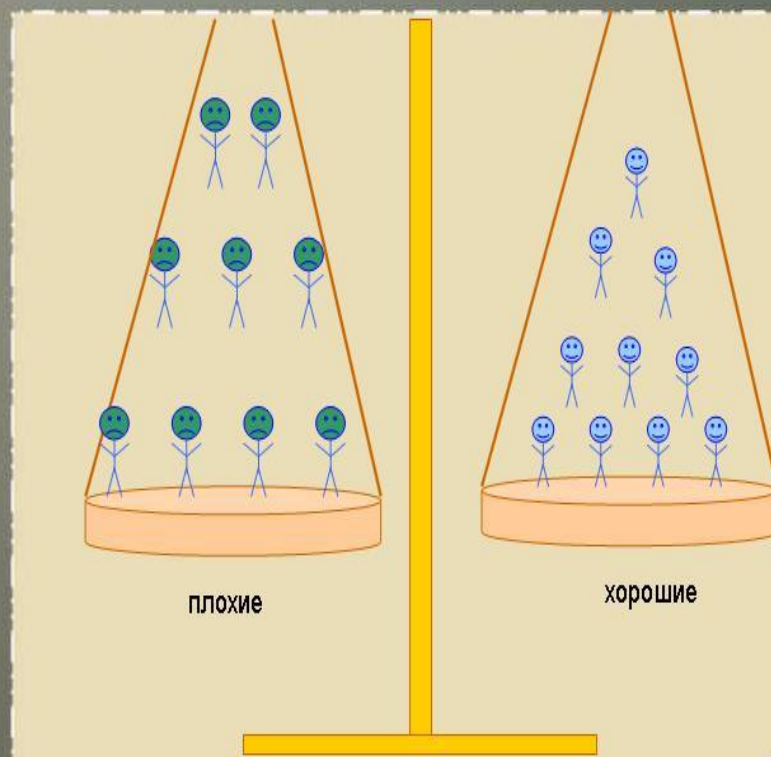


Мы положили капельку на стекло микроскопа и теперь видим микробы, которые живут в капле воды. Капелька такая маленькая, зато сколько на ней микробов!!!



Если ты нарисуешь карандашом одну точку, то там уместится двести пятьдесят тысяч бактерий!

В. Кузнецова



Разных видов бактерий более тысячи, и все они нужны.  
Бактерии бывают как вредные, так и полезные.

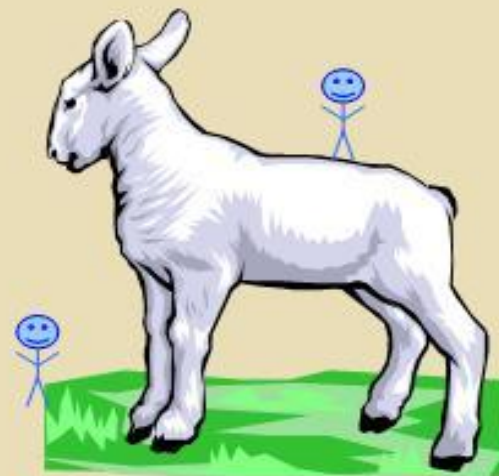
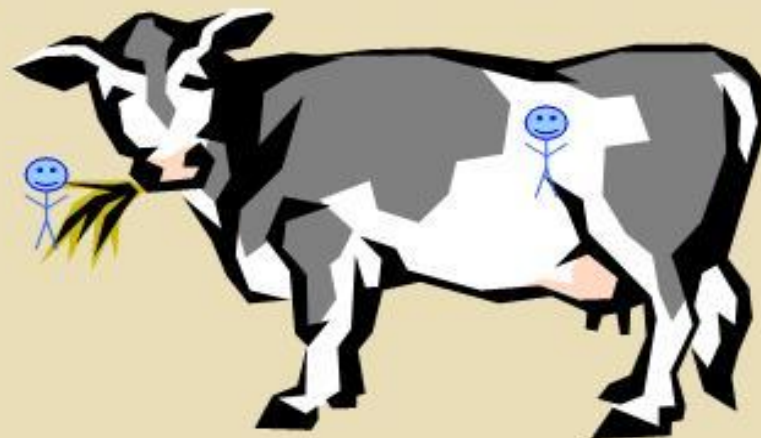
В. Кузнецова



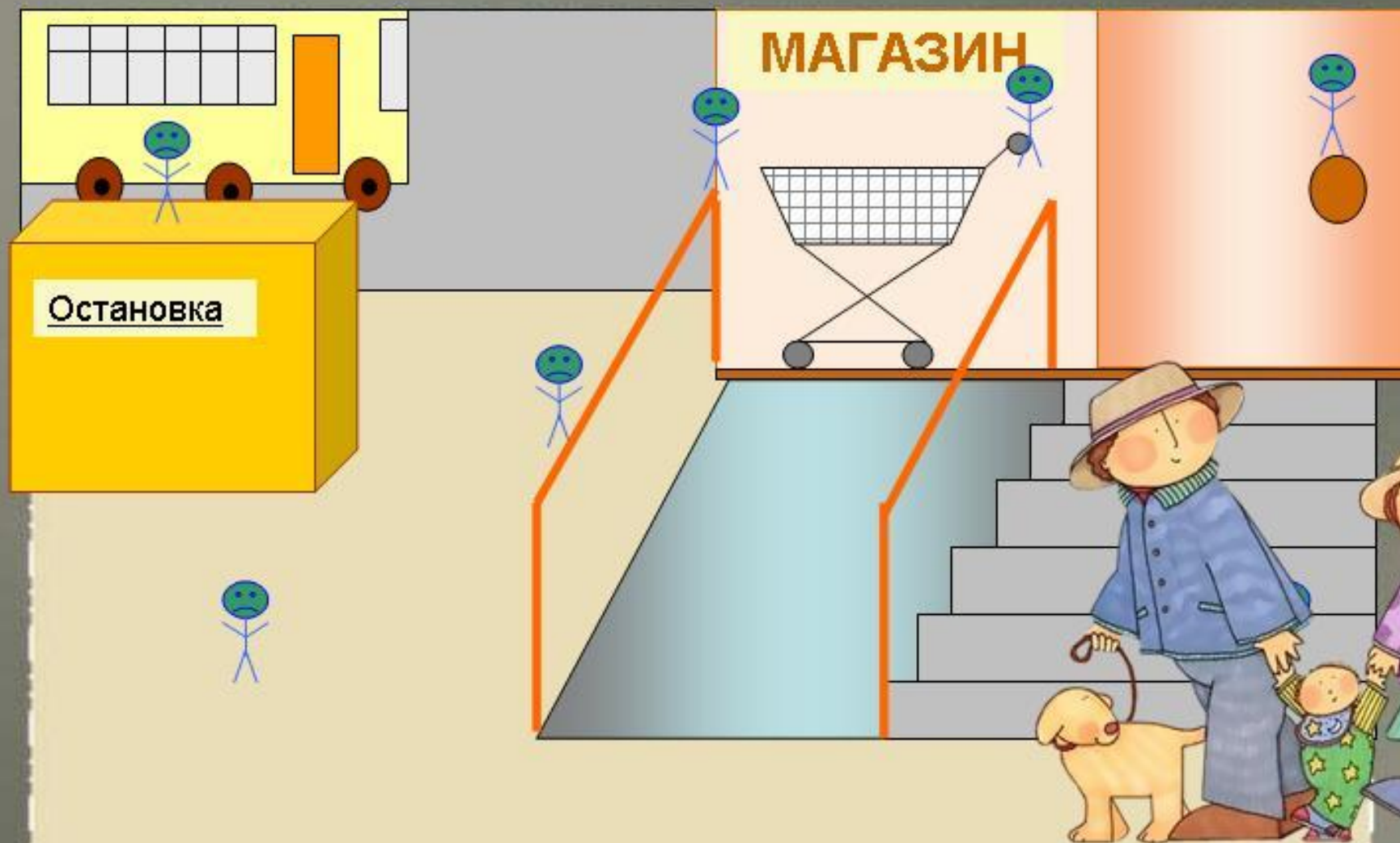


Бактерии находятся везде. Они есть в почве, в воде, в еде, в воздухе, в дожде ...





Бактерии живут в животных и даже в тебе!



Есть еще и плохие бактерии, которые вызывают разные болезни, их очень много в общественных местах – на дверных ручках, тележках в магазине, компьютерных мышках, поручнях в автобусе....





Вредных бактерий много на фруктах и ягодах, которые растут на улице.



Одной бактерии достаточно, чтобы ты серьезно заболел.  
Поэтому регулярно нужно мыть руки с мылом и нельзя брать  
грязные предметы в рот!



Грязные руки грозят бедой!

Перед едой мой руки с  
мылом!

# Станция Грязнулька







- \* **сильно намочите руки**
- \* **пользуйтесь мылом**
- \* **намыливай руки со всех сторон**
- \* **намыливай между пальцами**
- \* **полощи руки чистой водой**
- \* **вытирай насухо полотенцем**





От простой воды и мыла  
У микробов тают силы



Это очень хорошо !





Частушки



**Огонь чистит, вода моет.**

**Чистота- залог здоровья.**

**Чист источник – чист ручей.**

**Чистая вода для хвори беда.**

**Чистота и здоровье - родные сёстры.**

**Чисто жить - здоровым быть.**

**Чистота- лучшая красота.**

# *Полезные продукты*



# Полезные продукты





# Полезные продукты



# 30 САМЫХ ПОЛЕЗНЫХ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ТЕЛА



## МОЗГ

лосось, тунец  
сардины  
грецкий орех



## МЫШЦЫ

бананы от  
боли в мышцах,  
красное мясо,  
яйца, тофу,  
рыба для  
наращивания  
мышц



## ЛЕГКИЕ

брокколи  
брюссельская и  
китайская  
капуста



## КОЖА

черника  
лосось  
зеленый чай

## ВОЛОСЫ

темно-зеленые  
овощи, фасоль,  
лосось



## ГЛАЗА

кукуруза  
яичные желтки  
морковь



## СЕРДЦЕ

помидоры  
печеный  
картофель  
сливовый сок



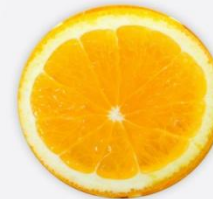
## КИШЕЧНИК

чернослив  
йогурт



## КОСТИ

апельсины  
молоко  
сельдерей





# Вредные продукты





# Вредные продукты



# Вредные продукты



**Будь чистым, свежим,  
аккуратным,  
Здоровье будет - высший  
класс!**

