


Враги твоего здоровья



1. ЛЕНЬ
соблюдать личную
гигиену:

The background features several sets of concentric circles in a lighter blue shade, resembling ripples on water, positioned in the lower right and bottom center areas of the slide.

• ЛЕНЬ ЧИСТИТЬ ЗУБЫ



лень умываться



- лень мыть руки



лень купаться



лень навести порядок



К ЧЕМУ ЭТО ПРИВОДИТ?



•к неряшливому виду



- к заболеванию зубов



- к заболеванию ушей



- к общему недомоганию



Правила личной гигиены:

- Следите за чистотой лица и рук.
- Волосы нужно содержать в чистоте и порядке.
- Обувь нужно чистить каждый день.
- Всегда нужно иметь при себе носовой платок.
- Перед едой мыть руки с мылом.
- Одежда всегда должна быть чистой и выглаженной.

Народная мудрость гласит:

- Чистота – залог здоровья.
- Чисто жить – здоровым быть.
- Чистая вода – для choroby беда.



2. НЕ ВЫПОЛНЯЕТСЯ РЕЖИМ ДНЯ



- ПОЗДНО ЛОЖИТЕСЬ СПАТЬ



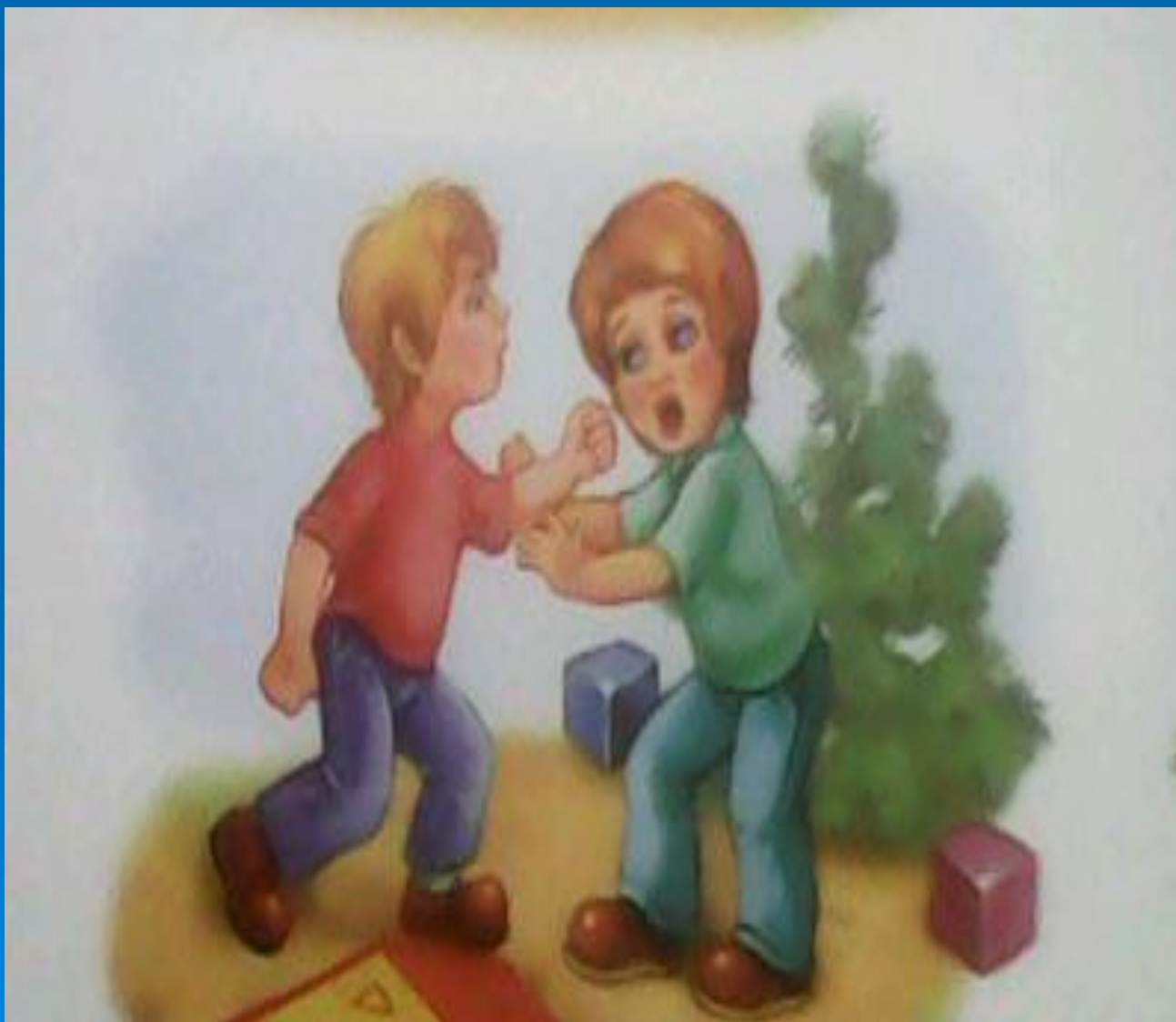
Правила для сна:

- Обязательно ложитесь спать и вставайте в одно и то же время.
- Спать нужно в полной темноте.
- Спать лучше на спине или на правом боку.
- Спице на ровной постели.
- Перед сном нельзя смотреть страшные фильмы.

- по утрам не делаете зарядку



3. Нарушение дисциплины.



• ТРАВМЫ



4.ТЕЛЕВИЗОР И КОМПЬЮТЕР



БУДЬТЕ ВСЕГДА
ЗДОРОВЫ!

