



**Если хочешь быть здоров**









Чесотка

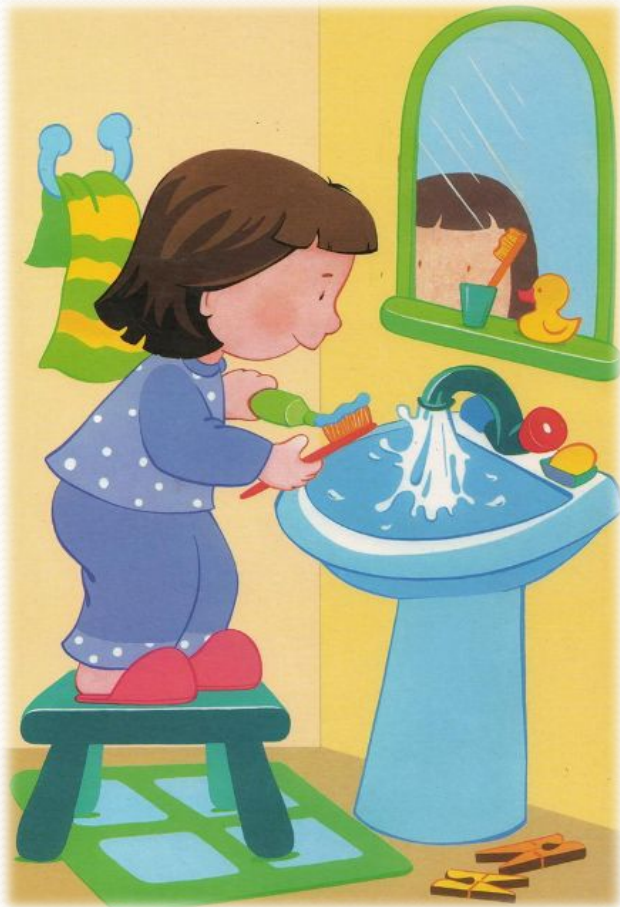


KinderDesign.ru

Чтобы ни один микроб  
Не попал случайно в рот,  
Руки мыть перед едой  
Нужно мылом и водой



Чистить зубы, умываться,  
И почаще улыбаться,  
Закаляться, и тогда  
Не страшна тебе хандра.





Какие предметы у каждого человека должны быть личными, а какими могут пользоваться все члены семьи?

# ЛИЧНЫЕ



# ДЛЯ СЕМЬИ







Nastenka2911



П  
Р  
А  
В  
И  
Л  
Ь  
Н  
О  
Е



П  
И  
Т  
А  
Н  
И  
Е



«Здравствуйте ребята, рад вас видеть! Я с удовольствием вам расскажу о здоровом питании. Вы думаете, почему я такой здоровый и никогда не болею. Да потому что я правильно питаюсь.





Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты —  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!

Хорошо здоровым быть!  
Соков надо больше пить!  
Гамбургер забросить в урну,  
И купаться в речке бурной!





Закаляться, обливаться,  
Спортом разным  
заниматься!  
И болезней не боясь,  
В тёплом доме не таясь,  
По Земле гулять  
свободно,  
Красоте дивясь  
природной!!!  
Вот тогда начнете жить!  
Здорово здоровым быть!!!





На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши.  
Только помни при уходе:  
Одеваться по погоде!



Также нужно закаляться,  
Контрастным душем обливаться,  
Больше бегать и гулять,  
Не ленится, в меру спать!





Чтоб красивой, стройной  
быть,  
Обруч надо мне крутить,  
На скакалочке скакать,  
В игры разные играть.





**БУДТЕ ЗДОРОВЫ**

