

# Слагаемые здоровья



Красова Ольга Викторовна,  
учитель начальных классов  
МБОУ «ЦО №26» г. Тула



**Что слаще сладкого?**

**Сон**

**1 страница**

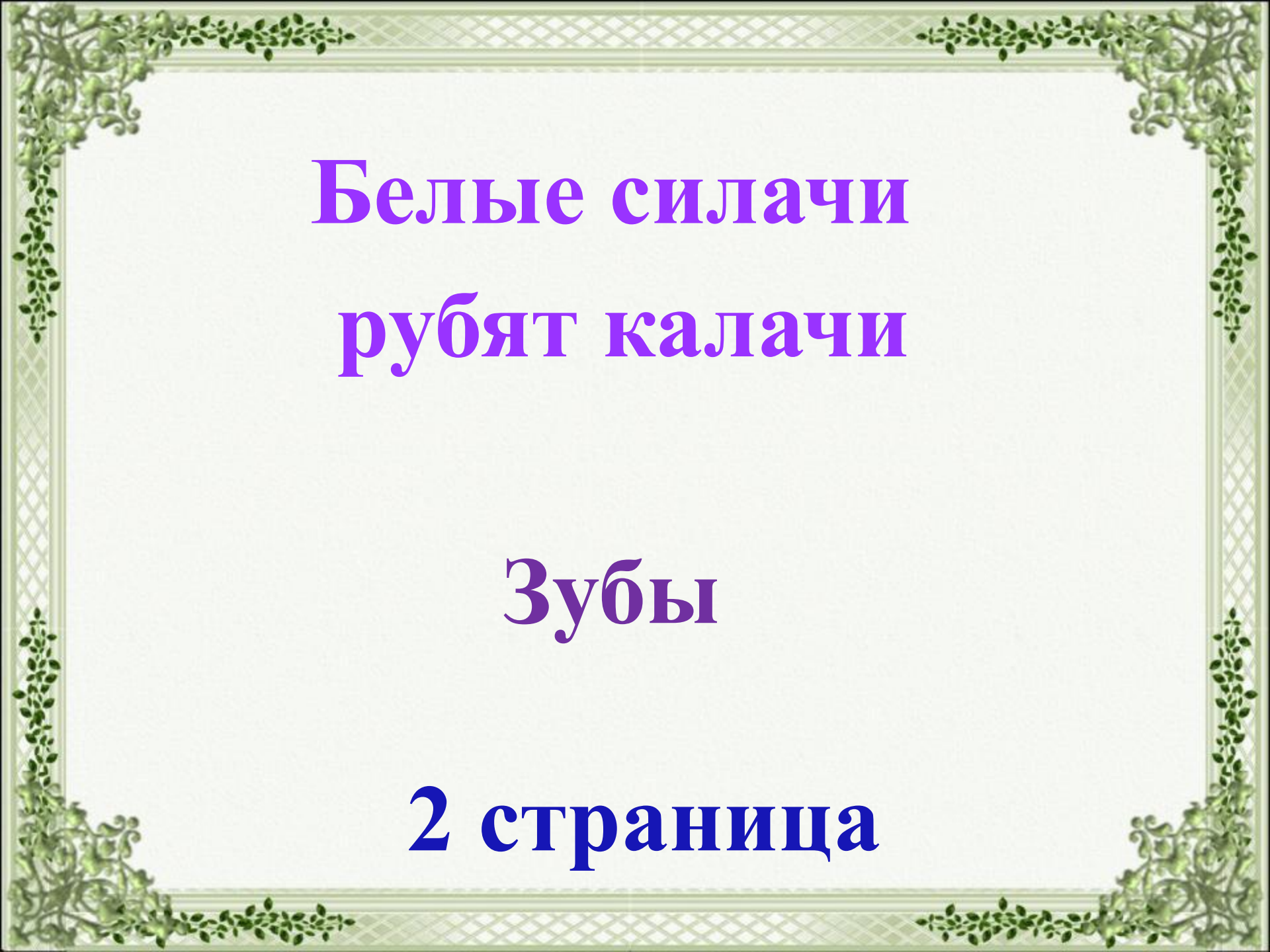




# Правила здорового сна

1. Обязательно ложиться \_\_\_\_\_ и вставать в \_\_\_\_\_ и то же \_\_\_\_\_.
2. Перед сном надо \_\_\_\_\_ прогулку.  
Принять тёплый \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_  
зубы.
3. Нельзя перед \_\_\_\_\_ смотреть страшные \_\_\_\_\_.
4. Не \_\_\_\_\_ на ночь. Спать нужно в полной \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_.
5. \_\_\_\_\_ при открытой \_\_\_\_\_,  
при \_\_\_\_\_ +20°C.
6. Спать нужно на ровной \_\_\_\_\_.
7. \_\_\_\_\_ на спине или на правом \_\_\_\_\_.
8. Не применять без надобности \_\_\_\_\_.





**Белые силачи  
рубят калачи**

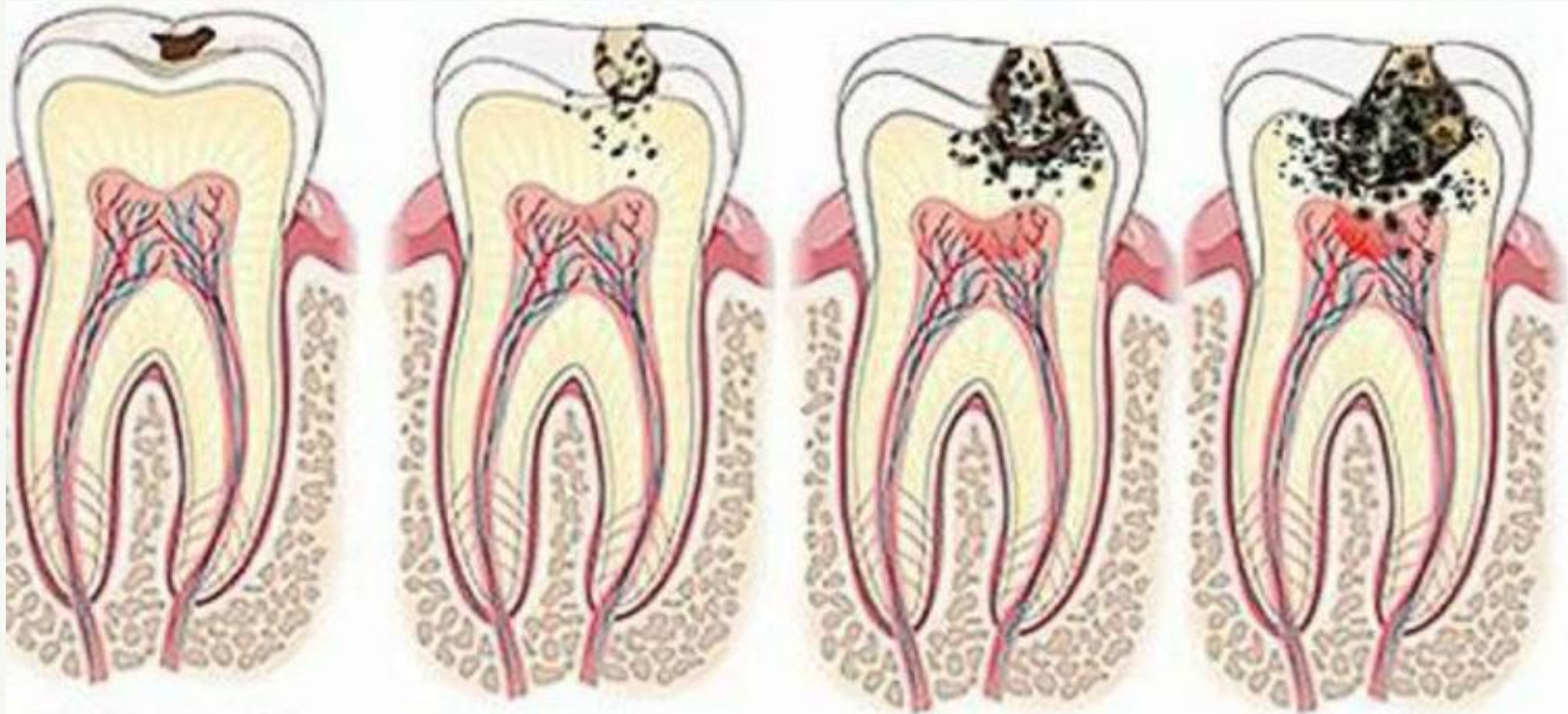
**Зубы**

**2 страница**





# Развитие кариеса



стадия пятна

поверхностный  
кариес

средний кариес

глубокий кариес



# У стоматолога





Чисти зубы!



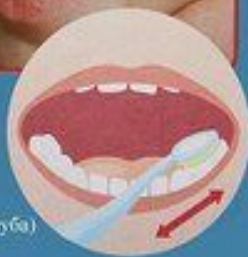




# ЗУБЫ БЕЛЫЕ НУЖНЫ, ЗУБЫ КРЕПКИЕ ВАЖНЫ!



Чистим  
нижнюю  
жевательную  
поверхность.  
(10 движений  
на каждое два зуба)



Чистим  
верхнюю  
жевательную  
поверхность.  
(10 движений  
на каждое два зуба)



Чистим  
передние зубы  
сверху-вниз,  
снизу-вверх



Чистим  
передние зубы  
круговыми  
движениями



Чистим  
внутри рта  
выметающими  
движениями



Чистим  
внутри рта  
выметающими  
движениями



Чистим  
выметающими  
движениями  
со стороны неба



Чистим  
выметающими  
движениями  
со стороны  
языка







# ЗАГАДКИ

Ускользает как живое,  
Но не выпущу его я.  
Белой пеной пенится,  
Руки мыть не ленится.





Хожу – брожу не по лесам,  
А по усам и волосам,  
И зубы у меня длинней,  
Чем у волков и медведей.



Вроде ёжика на вид,  
Но не просит пищи.  
По одежде пробежит –  
Она станет чище.





Лёг в карман и караулю  
Рёву, плаксу и грязнулю,  
Им утру потоки слёз,  
Не забуду и про нос.



Вот какой забавный случай!  
Поселилась в ванной туча.  
Дождик льётся с потолка  
Мне на спину и бока.  
До чего ж приятно это!  
Дождик тёплый, подогретый  
На полу не видно луж.  
Все ребята любят ...





Волосистою головкой  
В рот она влезает ловко  
И считает зубы там  
По утрам и вечерам.



Говорит дорожка –  
Два вышитых конца:  
- Помойся ты немножко,  
Чернила смой с лица!  
Иначе ты в полдня  
Испачкаешь меня.





Я молча смотрю на всех,  
И смотрят все на меня.  
Весёлые видят смех,  
С печальными плачу я.  
Глубокое, как река,  
Я дома на вашей стене.  
Увидит старик старика,  
Ребёнок – ребёнка во мне.





**За здоровьем  
к растениям**

**Витамины**

**3 страница**







Будьте здоровы и не болейте!





# Ресурсы

<http://www.mamadaika.ru/articl...>  
<http://www.psychologos.ru/%D0%...>  
<http://www.nashgorod.ru/news/n...>  
<http://www.lekari.bg/articles/...>  
<http://www.stomatology-nnov.ru...>  
<http://www.liveinternet.ru/use...>  
<http://www.nosmoking.ru/phpBB2...>  
<http://beauty7.ru/alyuminievay...>  
<http://www.lionspalace.ru/cata...>  
<http://www.infovending.ru/2012...>  
<http://yarportal.ru/topic16186...>  
<http://banana.by/index.php?new...>  
<http://www.topgifts.ru/sport-o...>  
<http://zatejanremont.ru/zerkal...>  
<http://storify.com/nanogenhair...>  
<http://www.tvoymarysh.com.ua/v...>