

АУТОТРЕНИНГ



**САМОЕ
БОЛЬШОЕ
ЧУДО НА СВЕТЕ**



Правила здорового образа жизни

ЖИЗНИ

- Правильное питание
- Правильное дыхание
- Отказ от вредных привычек
- Предупреждение заболеваний
- Физическая нагрузка
- Закаливание
- Правильный отдых



Игра

« Правильно питайся »





Упражнение для правильного дыхания





Больше всего от курения страдают лёгкие.

**Лёгкие здорового
человека**



**Лёгкие
курильщика**



ЗАГАДКА

Створки устрица открыла,
В речке жемчуг свой обмыла,
Засиял он, заблестел,
Как дождевка в ясный день.
А когда настала ночь,
Створки устрица закрыла
И ушла на дно.





Гимнастика для глаз





Сокровища сердца



**ЗДОРОВЬЕ-
ГЛАВНАЯ ЦЕННОСТЬ
ЧЕЛОВЕКА**

