


# В здоровом теле- здоровый дух

The bottom half of the slide features a vibrant, abstract illustration. It includes silhouettes of various sports activities: a runner, a person playing tennis, a person playing basketball, and a group of people. The background is a mix of bright colors like yellow, orange, and blue, with a green and blue gradient at the bottom. The overall style is modern and energetic.

Презентацию подготовила  
Воспитатель: Кулагина  
Наталья Константиновна.  
ГБОУ №1389

**Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья —  
Должен быть режим у дня.**



# Руки мыть перед едой Нужно мылом и водой.

## Правильно моем руки



**1**  
Ладонка  
об ладонку



**2**  
Между пальчиков



**3**  
Тыльные  
стороны ладоней



**4**  
Моем пальчики



**5**  
Моем пальчики  
с внешней стороны



**6**  
Не забываем  
про запястья



**7**  
Моем запястья



**8**  
Смываем мыло,  
вытираемся насухо!

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



А теперь мы на прощанье  
Вам подарим пожеланье:  
Постарайтесь не лениться:  
Каждый раз перед едой,  
Прежде чем за стол садиться,  
Руки мойте с мылом и водой.

И зарядкой занимайтесь  
Ежедневно по утрам  
И, конечно, закаляйтесь-  
Это так поможет вам!

Свежим воздухом дышите  
На прогулки в лес ходите,  
Он вам сил придаст, друзья  
И продлит вам жизнь на многие года!

Мы открыли вам секреты  
Как здоровье сохранить,  
Выполняйте все советы  
И легко вам будет жить!

Физкультурой, спортом занимайтесь  
И здоровья, сил вы набирайтесь.  
А теперь мы скажем всем вам:  
До свиданья!",  
Выполняйте непременно наши пожеланья.

