

БЕРЕЖИ ЗДОРОВЬЕ  
СМОЛОДУ





**Здоровье - это красота.**

**Здоровье - это то, что нужно беречь.**

**Здоровье - это сила и ум.**

**Здоровье - это долгая счастливая жизнь.**



**Здоровье - это самое большое богатство.**

**Здоровье нужно всем - и детям, и взрослым, и даже животным.**

**Здоровье - это когда ты весел и у тебя всё получается.**



# «Чисто жить - здоровым быть!»



«Одеяло убежало,  
улетела простыня,  
и подушка как лягушка  
ускакала от меня...»

«Мылом, мылом  
Мылом, мылом  
Умывался без  
конца,  
Смыл и ваксу  
И чернила  
С неумытого лица.





# О чистоте ...

лица



зубов



тела

ногтей



рук



мыслей

жилища



одежды

волос



# Правила заботы о чистоте своего тела

- В кране нам журчит водица:  
«Мойте чище ваши ... **лица**»



-Разгрызёшь стальные трубы,  
Если чисто чистишь ... **зубы**

-Превратятся скоро в когти  
Неподстриженные ... **ногти.**



- В бане целый час потела –  
Лёгким, чистым стало ... **тело.**

- Объявили бой бациллам:  
Моем руки чисто с ... **МЫЛОМ.**





# Загадки

- В кране нам журчит водица:  
«Мойте чище ваши ... лица»



- Разгрызёшь стальные трубы,  
Если чисто чистишь ... зубы

- Превратятся скоро в когти  
Неподстриженные ... ногти.



- В бане целый час потела –  
Лёгким, чистым стало ... тело.

- Объявили бой микробам:  
Моем руки чисто с ... мылом.





*«Вход неряхам запрещён».*

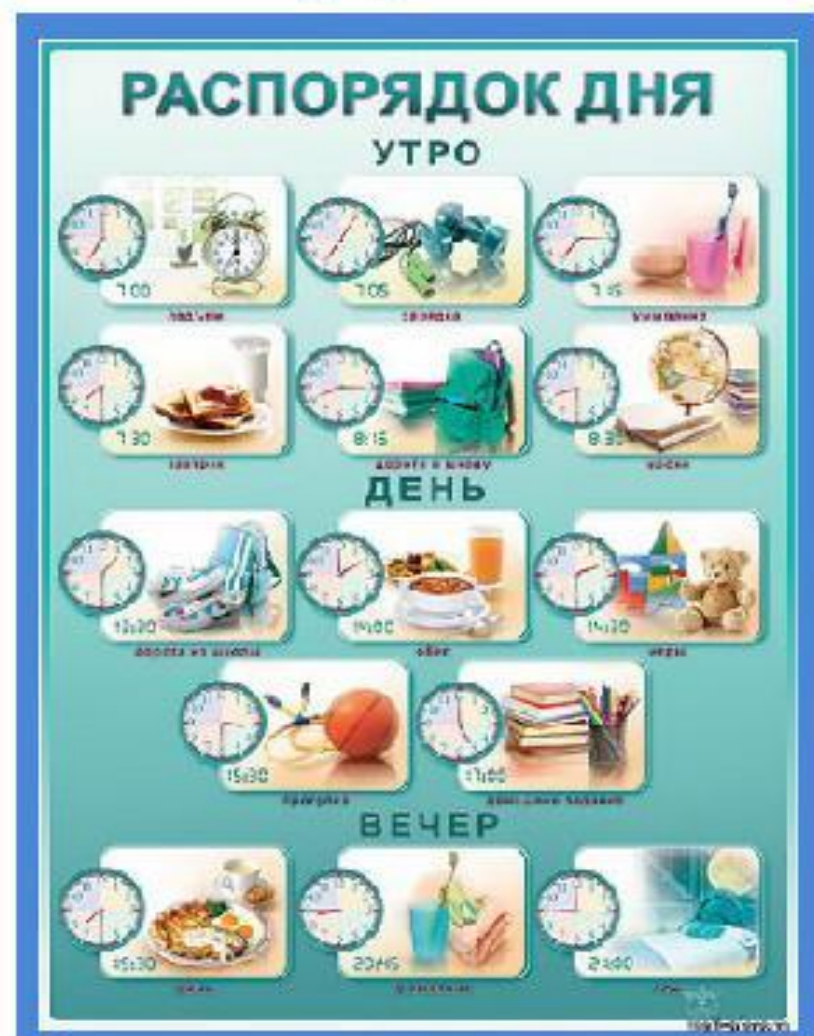


*«Кто аккуратен, тот людям приятен!»*



# «Слабеет тело без дела»

**Если будешь ты  
стремиться  
Распорядок выполнять-  
Будешь лучше ты  
учиться,  
Лучше будешь  
отдыхать.**





# «Занимайся, закаляйся, и болеть не собирайся!»

Спорт – забава,  
Спорт – здоровье,  
Спорт – игра,  
Физкульт – Ура!





# «Береги здоровье смолоду!»

Забота о  
чистоте своего  
тела



Закаливание и  
занятия  
спортом



## Здоровый образ жизни

Рациональное  
питание



Правильный  
режим дня



Отказ от  
вредных  
привычек





# Пословицы и поговорки про здоровье

- ✓ *Здоровье дороже всякого золота.*
- ✓ *В здоровом теле здоровый дух.*
- ✓ *Деньги потерял – ничего не потерял, время потерял – много потерял, здоровье потерял – все потерял.*
- ✓ *Чистота – залог здоровья.*
- ✓ *Здоровье дороже денег, здоров буду и денег добуду.*
- ✓ *Богатство – на месяц, здоровье навсегда.*
- ✓ *Береги платье снову, а здоровье смолоду.*





«Кто курит табак –  
тот са<sub>м</sub> себе враг»





# Пословицы

Здоровье дороже золота.

Береги здоровье смолоду.

Добрый человек здоровее злого.

Утро встречай зарядкой,  
вечер провожай прогулкой.

Быстрого и ловкого болезнь не поймают.

Здоровья не купишь.

Ходить больше - жить дольше.