

ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

**УМЫВАЙТЕСЬ ТЁПЛОЙ ВОДОЙ
УТРОМ И ВЕЧЕРОМ**

**МОЙТЕ С МЫЛОМ
ЛИЦО, РУКИ, ШЕЮ, УШИ**



ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

**ОБЯЗАТЕЛЬНО МОЙТЕ
С МЫЛОМ РУКИ
ПЕРЕД ЕДОЙ, ПОСЛЕ ПРОГУЛКИ
И ПОСЕЩЕНИЯ ТУАЛЕТА**



ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

**ОДИН РАЗ В 4–5 ДНЕЙ
НУЖНО МЫТЬ ТЕЛО ГОРЯЧЕЙ ВОДОЙ
С МЫЛОМ И МОЧАЛКОЙ**



ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

СОДЕРЖИТЕ ОДЕЖДУ
В ПОРЯДКЕ И ЧИСТОТЕ



Помоги Тане убрать вредные продукты?



Помоги Ване выбрать полезные продукты?





Ребятам мой совет такой,
Чисти зубки, руки мой!!!
О врачах тогда забудешь,
и здоровеньким ты будешь...

Вот те добрые советы,
В них и спрятаны секреты,
Как здоровье сохранить.
Научись его ценить!



МЫ ЗА:

Здоровое питание

Здоровый сон

Занятие спортом

Выход на природу

Культурный досуг

*Участие в акции «За здоровый
образ жизни»*



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

Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться—
На зарядку становиться!



Кроссворд на тему "Здоровье"



По вертикали:

1. Очень полезный для здоровья ребенка урок в школе.
2. Отдых, без которого человек не сможет прожить.
5. Недостаток этих веществ в пище ослабляет иммунитет человека.
7. Лекарственный раствор от простудного заболевания для носа.
9. Утренняя разминка для бодрости и здоровья тела.
13. Жидкость, обеспечивающая жизнь всех живых организмов.



По горизонтали:

3. Укрепляющая здоровье процедура, во время которой обливаются водой.
4. Профилактический укол, предотвращающий возникновение инфекционных болезней.
6. Части тела, которые мы моем чаще всего.
8. При помощи этого прибора мы можем измерить температуру.
9. Назови одним словом способность человека видеть.
10. Мероприятия по уходу за телом, одеждой, домом, сохраняющие здоровье человека.
11. Установленный и четкий распорядок дня.
12. Что лечит стоматолог?
14. Плохой, невидимый глазу, микроорганизм.
15. Полезная пища, которая "сила наша".



Совушка-сова, (машем
руками "крылья")
Большая голова
("нарисовали" руками круг)
На пеньке сидит, (присели)
Головой вертит,
Крыльями хлоп-хлоп!
(прямыми руками хлопаем
по бокам)
Ножками топ-топ!

Ай, ду-ду, ду-ду, ду-ду!
(поиграть на "дудочке")
Сидит ворон на дубу, (руки
на пояс, присесть и встать,
руки вверх)
Он играет во трубу
(поиграть на "дудочке")
Во серебряную.





①



②



③



④



⑤



⑥



⑦



⑧



⑨



⑩



⑪