



БЫТЬ ЗДОРОВЫМ –
БЫТЬ АКТИВНЫМ!

Отгадай кроссворд

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | з | у | б | ы | | |
| | | | в | о | з | д | у | х | | | |
| | | | | п | р | о | д | у | к | т | ы |
| | | | | | г | р | и | п | п | | |
| | | | | п | р | о | с | т | у | д | а |
| з | а | к | а | л | и | в | а | н | и | е | |
| | | | б | о | л | ь | н | и | ц | а | |
| | | | | | р | е | ж | и | м | | |



Правила работы

Работать активно!

**Вежливо и доброжелательно
общаться с товарищами!**

**Радоваться не только за свои
успехи, но и за успехи
партнёров.**

**Вести диалог тихими
голосами.**



Наши помощники в сохранении здоровья



Физические упражнения

Правильное питание

Личная гигиена

Положительные эмоции

Режим дня

Физические упражнения



Правильное питание



Овощное блюдо для обеда

Салат «Витаминный»

Нам понадобится:
капуста, морковь,
свёкла, яблоки, изюм,
зелёный лук, лимон,
соль, майонез.

Способ приготовления:

Капусту
нашинковать,
перетереть с солью.
Добавить морковь,
свёклу, яблоки,
натёртые на тёрке, и
изюм. Заправить
майонезом, украсить
лимоном и зелёным
луком.



Личная гигиена

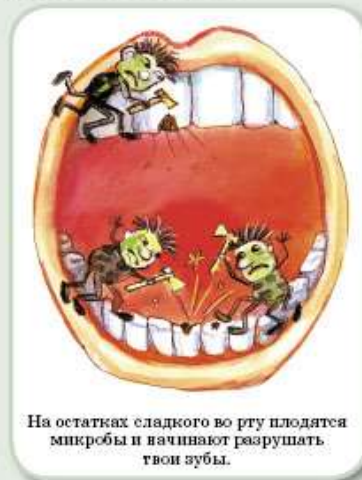
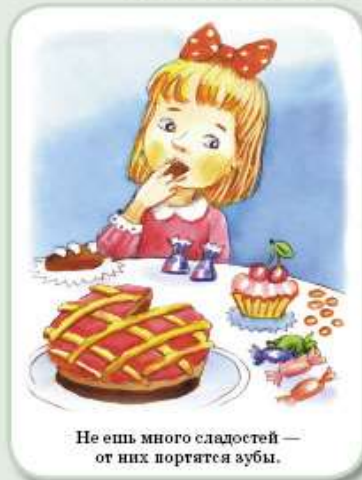


Предметы личной гигиены

ЧИСТОТА ТЕЛА — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ



ПРАВИЛЬНО УХАЖИВАЙ ЗА ЗУБАМИ



МОЙДОДЫР




Положительные эмоции



Режим дня





Наши помощники в сохранении здоровья



Физические упражнения

Правильное питание

Личная гигиена

Положительные эмоции

Режим дня



Спасибо за занятие!

Будьте здоровы!