

«ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ»

**Мы откроем сегодня секреты,
Как здоровье сохранить.
Выполняя все советы
Без болезней будем жить!**

Надо, надо умываться
По утрам и вечерам!



**А нечистым
трубочистам стыд и
срам!**

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА - ЭТО УХОД ЗА СВОИМ ТЕЛОМ И СОДЕРЖАНИЕ ЕГО В ЧИСТОТЕ

- У нашего тела есть кожа, главная задача кожи – защитная, она защищает от болезней
- Когда мы бегаем, прыгаем или просто когда жарко, то на коже проявляется пот, скапливается жир, на них задерживается и копится пыль. Кожа становится грязной и уже не может защищать нас от микробов. А тут уже и до болезней недалеко



**- АХ ТЫ, ДЕВОЧКА, ЧУМАЗАЯ
ГДЕ ТЫ РУКИ ТАК ИЗМАЗАЛА?**



МОЕМ РУКИ ПРАВИЛЬНО!

1. Сильно намочите руки.
2. Пользуйтесь мылом.
3. Намыливайте руки с обеих сторон.
4. Намыливайте руки между пальцами.
5. Полощите руки чистой водой.
6. Вытирайте руки насухо полотенцем



СТАНОВИСЬ СКОРЕЙ
ПОД ДУШ!

СМОЙ

С УШЕЙ

ПОД ДУШЕМ ТУШЬ!



ФИЗКУЛЬТМИНУТКА



Ах вода, вода, вода!

Будем чистыми всегда

Брызги – вправо, брызги – влево!

Мокрым стало наше тело!

Полотенчиком пушистым,

вытрем ручки очень быстро!

**ПОЛОТЕНЦЕ И РАСЧЕСКА, СТАКАН И ЗУБНАЯ
ЩЕТКА,
БЫТЬ ВСЕГДА ДОЛЖНЫ СВОИМИ!**

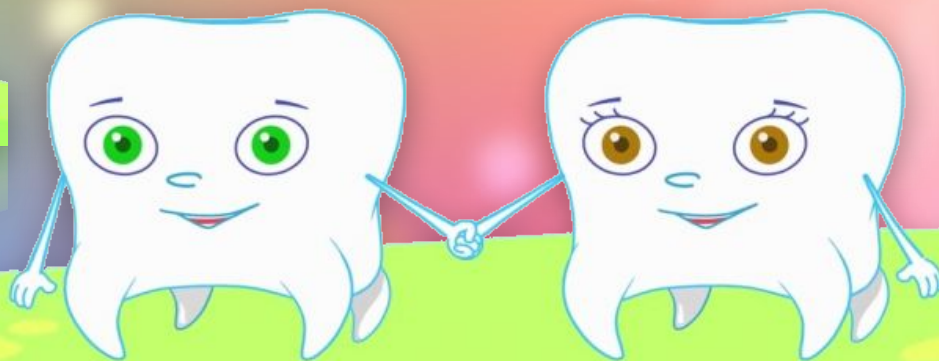
ТЫ НЕ ПОЛЬЗУЙСЯ ЧУЖИМИ!



ИГРА «ЧТО С ЧЕМ ДРУЖИТ»



**ЧИСТИМ ЗУБКИ
КАЖДЫЙ
ДЕНЬ!**



**ЧИСТИТЬ ЗУБКИ НАМ НЕ
ЛЕНЬ!**



Поморгаем...
Берегите глаза!



Каждый твёрдо должен знать:

Здоровье надо сохранять!

Нужно правильно питаться,

Нужно спортом заниматься.

Руки мыть перед едой,

Зубы чистить, закаляться,

Всегда дружить с водой.

И тогда все люди в мире

Долго-долго будут жить.

И запомни, ведь здоровье

В магазине не купить!