

ГИГИЕНА ОРГАНОВ ЗРЕНИЯ. ГИГИЕНА ОРГАНОВ СЛУХА.

**ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
«РАСТИ И РАЗВИВАТЬСЯ ЗДОРОВЫМИ»**

ДОКТОР АЙБОЛИТ



Здоровье – это
великая
человеческая
ценность.



Гигиена – это
уход за своим
телом,
содержание
его в чистоте.

**Глаза – орган зрения.
Зрение помогает нам
воспринимать
окружающий мир.**





Правила гигиены органа зрения

- Надо пользоваться чистым полотенцем, спать в чистой постели, не тереть глаза руками.
- Не читать, рисовать, играть при плохом освещении.
- Не находиться на ярком солнце без солнцезащитных очков.
- Беречь глаза от травм и попадания инородных предметов.
- Не переутомлять глаза.

**Ухо является органом слуха.
Слух позволяет нам
познавать окружающий мир
и ориентироваться в нем.**





Правила гигиены органа слуха

- Никогда не кричи никому в ухо, и не слушай долго громкую музыку
- Никогда не ковыряй в ушах острыми предметами, ты можешь повредить барабанную перепонку.
- Мой уши каждый день или используй гигиенические ушные палочки.
- В случае болезни обязательно обращаться к врачу



РЕБЯТА!

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!