

# **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!**