

Хочешь быть здоровым?

- 1) **Соблюдай режим дня.**
- 2) **Закаливай себя.**
- 3) **Занимайся физкультурой.**
- 4) **Правильно питайся.**
- 5) **Соблюдай правила гигиены.**
- 7) **Скажи «Нет!» вредным привычкам (употребление алкоголя, табакокурение).**
- 8) **Доброе отношение к людям, к природе, животным.**



МИКРОБЫ



**«От простой воды
и мыла у микробов
тает сила.»**



Моем руки



Моем овощи и фрукты





**закаляемся,
занимаемся физкультурой,
делаем зарядку**



Одеваемся по погоде



Если хочешь быть здоров,

надо:



Будьте здоровы!

