

**ТВОЁ ЗДОРОВЬЕ
-
В ТВОИХ РУКАХ**

**1. Оно дороже
богатства.**

**2. Его сгубишь –
новое не купишь.**

**3. Чистота –
залог его.**



ЗДОРОВЬЕ



РЕЖИМ ДНЯ

- **1.** Подъём.
- **2.**Завтрак.
- **3.** Начало занятий в школе.
- **4.** Окончание занятий в школе.
- **5.** Обед.
- **6.**Отдых после школы.
- **7.** Полдник.
- **8.**Выполнение домашних заданий.
- **9.** Ужин.
- **10** Вечерний отдых.
- **11.** Отход ко сну.



ИНСТРУКЦИЯ



- Я буду вести здоровый образ жизни.



• - Я буду стараться , но не всегда.



• - Я не буду обращать внимание на своё
здоровье.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

