

АУТОТРЕНИНГ



САМОЕ БОЛЬШОЕ ЧУДО НА СВЕТЕ



Правила здорового образа ЖИЗНИ

- ☐ Правильное питание
- ☐ Правильное дыхание
- ☐ Отказ от вредных привычек
- ☐ Предупреждение заболеваний
- ☐ Физическая нагрузка
- ☐ Закаливание
- ☐ Правильный отдых



Игра

« Правильно питайся »





Упражнение для правильного дыхания





Больше всего от курения страдают лёгкие.

Лёгкие здорового
человека



Лёгкие
курильщика



ЗАГАДКА

Створки устрица открыла,
В речке жемчуг свой обмыла,
Засиял он, заблестел,
Как дождевка в ясный день.
А когда настала ночь,
Створки устрица закрыла
И ушла на дно.





Гимнастика для глаз





Сокровища сердца



ЗДОРОВЬЕ- ГЛАВНАЯ ЦЕННОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

