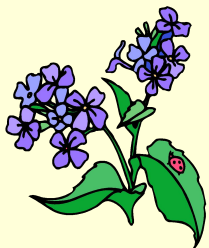
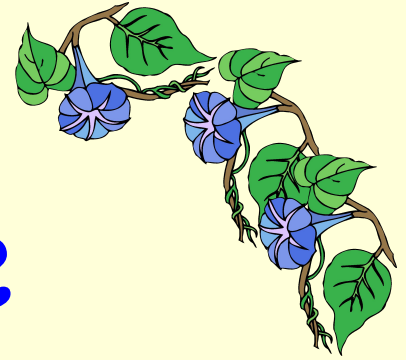




Путешествие

в страну

«ЗДОРОВЬЕ»



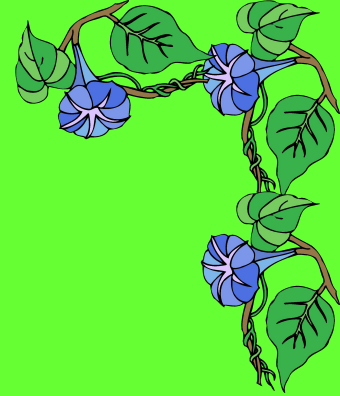
Однажды Винни-Пух играл на поляне перед домом. У него было отличное настроение и он думал:

«Какой я сильный, смелый, ловкий. Это потому, что у меня хорошее здоровье!»



«А что такое здоровье?»
- задумался Винни.

И решил спросить у своего друга
Кристофера Робина.



Задумались Винни-Пух и Кристофер Робин: «Я думаю, что здоровье – это...»

3
Если нет
здоровья,
нет и
счастья
тоже

здоровья
– это
сила и ум

Здоровье –
это то, что
нужно
беречь

здорового
ребёнка всё
лучается

А как
думаешь
ты?



«Если мы хотим понять, что такое здоровье, и как его сберечь, нам нужно попасть в страну здоровья» - договорились друзья.

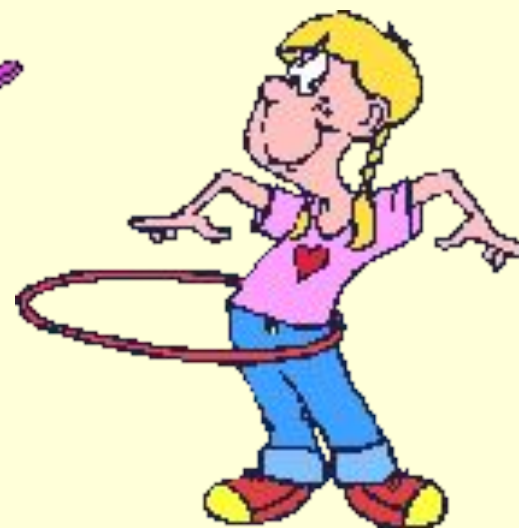


Там мы увидим и узнаем, как помочь себе и другим оставаться всегда здоровыми»

Путешествуя по стране
здоровья друзья увидели
много интересного и
узнали, что...

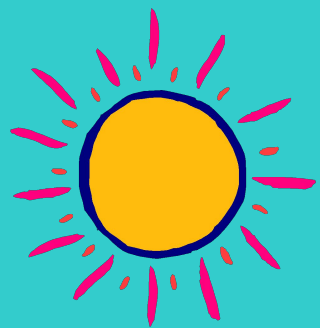


Здоровье - это когда ты весел,
и всё у тебя получается!



Здоровье - это красота



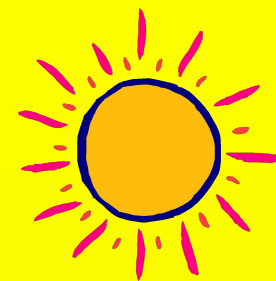


Здоровье – это счастье



A vibrant, stylized illustration of a coastal town. In the foreground, two large, dark-trunked trees with dense, light pink blossoms frame the scene. The background shows a harbor with a large, multi-masted sailing ship with white sails. The town is built on a hillside, featuring various buildings and a prominent church with a tall, yellow spire. The sky is a deep blue with soft, white clouds. The overall style is reminiscent of a classic children's book illustration.

**В стране здоровья нашим друзьям
рассказали
что нужно делать, чтобы быть
здоровым.**



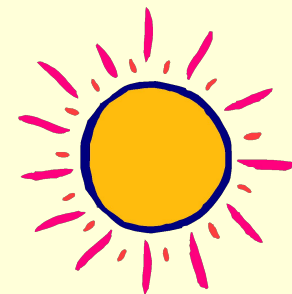
Чтобы хорошо
расти и быть
здоровым,
нужно
заботиться о
здоровье.



Посмотри,
что ты должен
делать, чтобы
быть
здоровым



Занимайся спортом!



Если я буду
заниматься
спортом, то
проживу долго и
никогда не
заболею!



А ты
занимаешься
спортом?

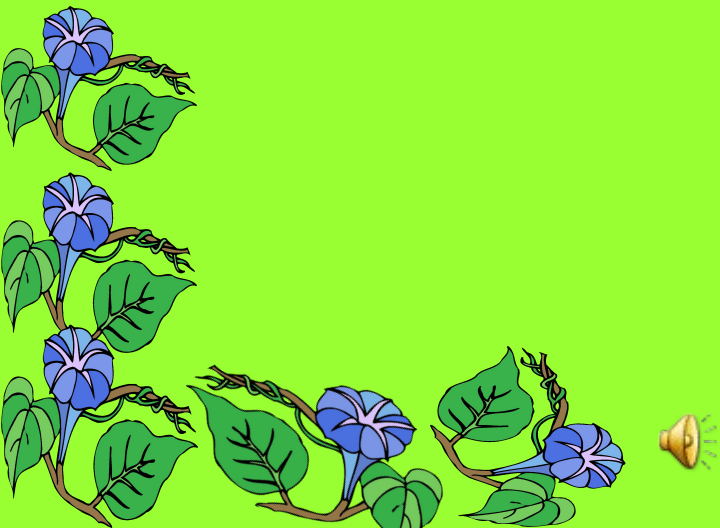
Больше времени проводи на свежем
воздухе.

Гуляй в любую погоду.



Соблюдай режим дня

А это ещё
что?



Это то, что ты должен делать
каждый день в одно и тоже
время.



А ты
соблюдаешь
режим дня?



Рано ложись и рано вставай

Режим дня

Винни-Пуха

Сон: 21.00-7.00

Вчера я лёг
очень поздно
потому, что
был занят -
ел мёд.



Ешь в одно и тоже время



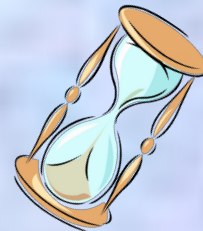
И не
объедайся!
Особенно
на ночь.



Школа – это твоя работа.



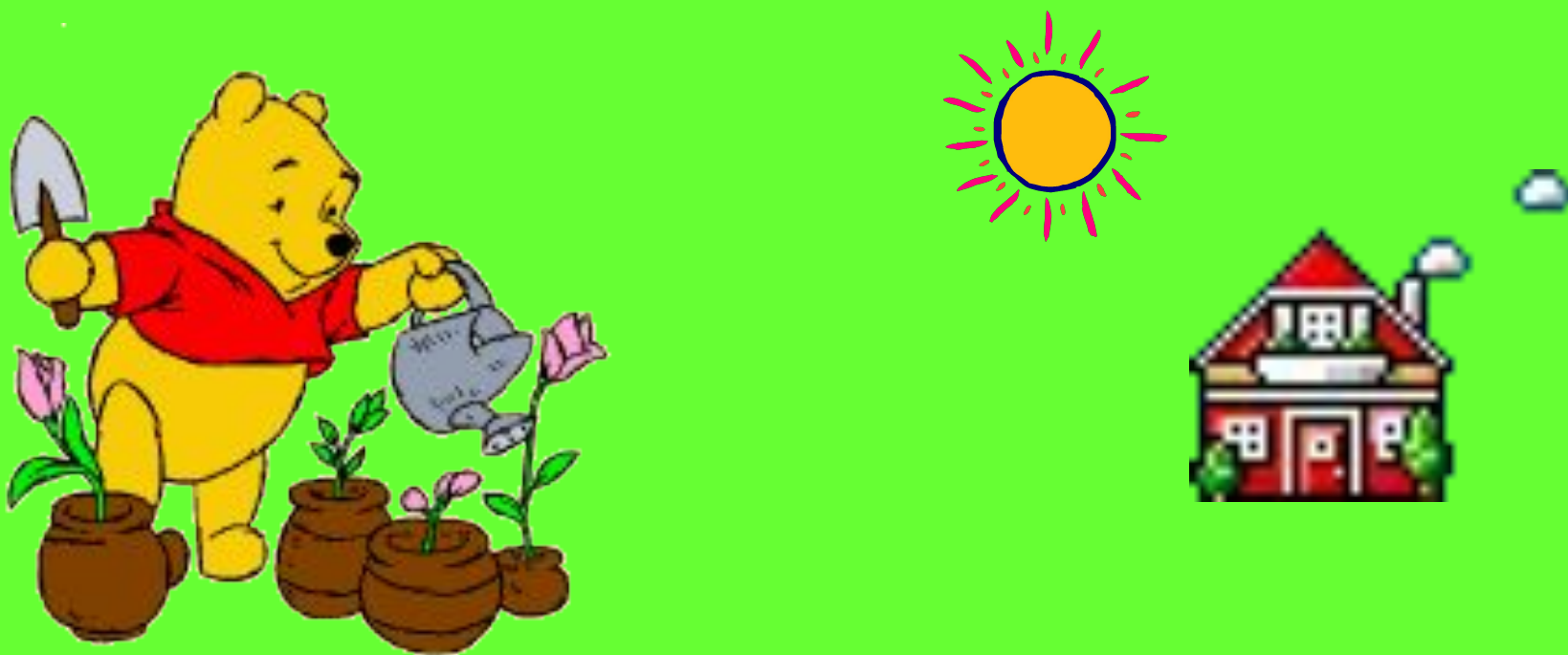
Не
опаздывай!
Это плохая
привычка.



Учись прилежно
и с удовольствием.



Вовремя выполняй
домашнюю работу.



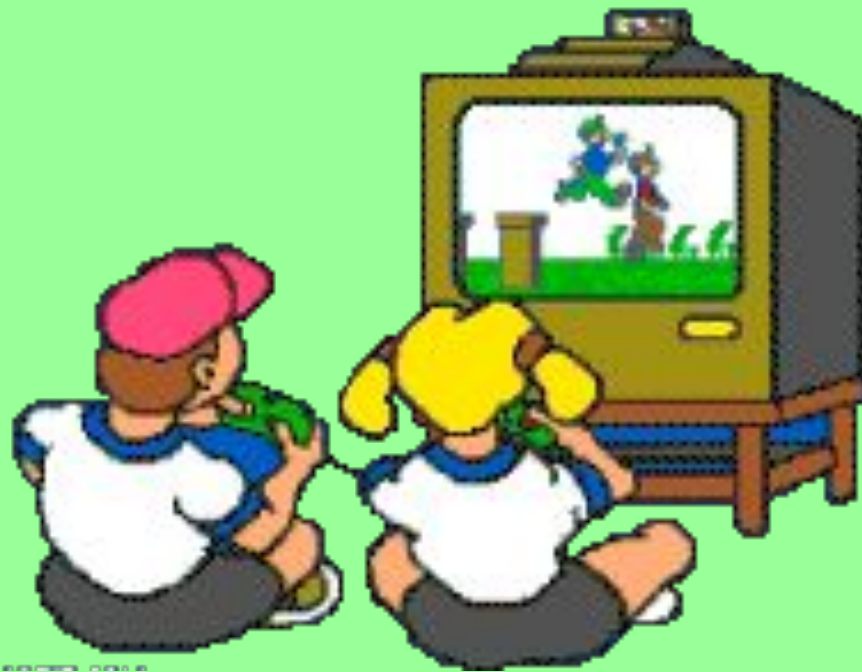
Не забывай помогать старшим по дому

Поработал - отдохни!

Ничего не
делать -
не значит
отдыхать



Не сиди за компьютером и телевизором по несколько часов



Это плохо влияет на твоё здоровье.

Лучше погуляй со своим любимцем.



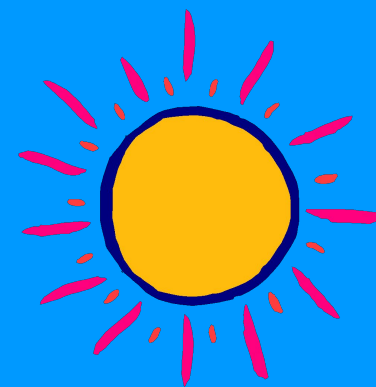
Хорошо ухаживай за домашними животными, следи за чистотой!

Чаще мой руки,
принимай душ.

И кто это
придумал?



Получай больше положительных эмоций





Береги природу!



Сияет солнце,
Воды блещут,
На всём улыбка,
Жизнь во всём,
Деревья радостно
трепещут,
Купаясь в небе
голубом.



Человек – часть природы.

Когда болеет
природа,
болеет и
человек.



Здоровью надо помогать!



**НЕЛЬ
ЗЯ!**

НЕЛЬЗЯ!

Играть с огнём!



НЕЛЬЗЯ!

Купаться в реке без взрослых!



НЕЛЬЗЯ!

Открывать дверь незнакомым людям!



НЕЛЬЗЯ!

Трогать незнакомых собак!



НЕЛЬЗЯ!

Играть на льду весной!



НЕЛЬЗЯ!

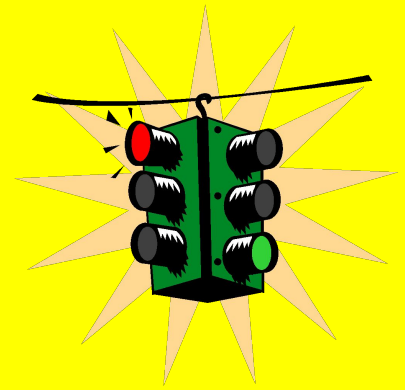
Долго работать на компьютере!



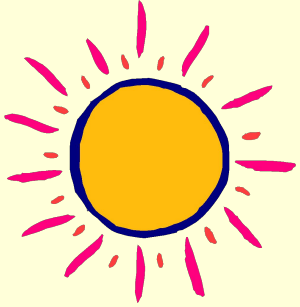
Будь осторожен с электричеством!



Будь осторожен на дорогах!



Будьте здоровы!



Теперь я
точно знаю
что такое
здоровье и
как его нужно
беречь!

