





Ребята, вас приветствует Смайлик. Он живет в стране Смайландия, где все жители веселы, радостны и счастливы.

Смайлики правильно питаются и делают зарядку каждое утро. Их стиль жизни—ЗДОРОВЬЕ!

Смайлик мечтает о том, чтобы все лица ребят всей Земли светились от улыбок. Вот почему Смайлик спешит рассказать вам что такое хорошо  и что такое плохо. 

Сегодня мы поговорим о том, как быть здоровым и счастливым.



Советы смайлика.



Найди себе
полезное хобби!
Интересные
дела— делают
жизнь
интересной!

Чаще улыбайся!
Помогай людям!
И мир будет
добрым и
светлым!



Гуляй
побольше
на свежем
воздухе

АВТОРЫ—СОСТАВИТЕЛИ:
ПОЛИНА ЗАЙЦЕВА 5 «Г»
А.М. СИМАНБАЕВА, КЛАССНЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ
5 «Г»

МАОУ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА №1»

В гостях у Смайлика



Что такое хорошо И что такое плохо



Памятка
для детей младшего
школьного возраста

Г. ЯЛУТОРОВСК
2019

Так ты сделал - хорошо!

Ты ешь много фруктов и овощей. Каши, супы, мясо, рыбу, творог. Тщательно пережевывая пищу.



Ты предпочитаешь чистую воду. Бутылочка воды с собой—это норма. А также чай, натуральные компоты и соки.

Ты соблюдаешь режим дня. Ложишься спать во время и в одно и то же время.

Раннее утро для тебя не проблема.



Жизнь—это движение. Поэтому ты занимаешься спортом. Вместе с друзьями веселее! А по утрам зарядка или пробежка!



Ты очень любишь водичку! Умываться, плескаться в ванной, чистить зубы, следить за одеждой! Лю-приятно общаться с тобой!



Если вдруг.

Тебе захотелось кушать ...

У тебя сильная жажда ...

Уже поздно и пора ложиться спать....

У тебя есть свободное время ...

Надо, надо умываться по утрам и вечерам...

Так не делай - это плохо!

Ты заедаешь голод шоколадом, бургерами, чипсами, печеньками. Любим фаст-фудом. Торопишься при приеме пищи.



Твои любимые напитки—это кола, пепси или фанга. Растворимый шоколад или какао.



Ох, как же ты любишь смотреть телевизор до ночи. Или играть в компьютерные игры. И не важно, что завтра в школу.

Ты сидишь часами перед компьютером или телефоном, играя или общаясь с друзьями. Не очень надо быстро бегать и прыгать ...

Моешься когда мама заставит, где лежит зубная щетка не знаешь... А расческа—что это? А одежду—мама приберет...