Психологічний тренінг

Щоб здоров'я добре мати,
Слід про нього змалку дбати.
Кожен ранок умиватись,
І зарядкою займатись.
У дворі щодня гуляти,
Повноцінно їсти й спати.
Добре мити всі продукти,
Досхочу вживати фрукти.
За зубами доглядати,
Дірочки в них пломбувати.
Будете це все робити
Перестанете хворіти.

Ёлочка

ЗДОРОВ’Я –
ВСЬОМУ ГОЛОВА!
ЦЕ, ДРУЗІ, ЗОЛОТІ СЛОВА.
ЗІ СПОРТОМ ВИ
ДРУЖІТЬ ЗАВЖДИ,
ЗДОРОВ’Я З
МОЛОДУ БЕРЕЖІТЬ!

Усміхнена людина-
Це здоров’я половина!
А щоб дух здоровий мати
Треба здоров’я цінувати.
Загартовуйтесь! Тренуйтесь!
Правильно харчуйтесь!

Будь розумниця, дитинко,
І здоров'я бережи.
У кишені май хустинку
Й слів поганих не кажи.
Руки з милом мий щоденно
Після гри і до їди.
Та життя сприймай натхненно,
Будь здоровою завжди!

Дружіть з водою,
З повітрям дружіть
Дружіть із спортом
Щоб без хвороби вам жить.
Щоб здоровими бути і дужими
Правило запам'ятай:
Про своє здоров'я дбай сам,
На лікарів, мій друже,
клопіт цей не покладай.

Дорогі мої діти!
Я пишу вам листа:
Я прошу вас, мийте частіше
Ваші руки й обличчя.

Потрібно митися неодмінно
Вранці, ввечері і вдень -
Перед кожною їжею,
Після сну і перед сном!

Тріть губкою і мочалкою!
Потерпіть - не біда!
І чорнило і варення
змиють мило і вода.

Бути здоровим, друже, зможеш,
Бо кожному це до снаги.
Хвороби ти всі переможеш,
Здоров'я мусиш зберегти.

Щоб мати здоров'я, слід правильно їсти,
Вживати поживне і тільки корисне
Не їсти надміру, не шкодити тілу
І пам'ятати про вітаміни.

Щоб здоровими нам стати,
Здоров'я слід оберігати,
Подружитись з фізкультурою,
Слідкувати за фігурою.
Вправи кожен день робити,
Один за одного радіти.
Знати більше про футбол
Забивать найкращий гол.
Це завдання на урок-
Вивчимо їх на зубок.

Найбільше багатство -
здоров'я.
Без здоров'я
нема щастя.
Чиста вода для
для хвороб біда.

Головне — здоровим бути —
Це потрібно всім збагнути!
Бо як є здоров'я й сила,
То весь світ людині милий.