

Как да растем здрави и силни?

1. Отбележи вярното твърдение

За да растем здрави и силни трябва:

- | | | |
|--|----|----|
| - Да се храним здравословно и с разнообразна храна | ДА | НЕ |
| - Да мием зъбите си веднъж седмично | ДА | НЕ |
| - Да мием ръцете си веднъж на ден | ДА | НЕ |
| - Да ходим редовно на преглед при лекар/зъболекар | ДА | НЕ |
| - Да се разхождаме, да спортуваме | ДА | НЕ |
| - Да си лягаме навреме | ДА | НЕ |

2. Свържи изображението с неговото заглавие



Спортуване

Лична
хигиена

Закаляване

Здравословно
хранене

Дневен
режим

3. Попълни текста като избереш правилната дума

За да сме здрави и силни трябва да мием ръцете си с вода и . Трябва да мием зъбите си на ден, за да са чисти и здрави. За да растат децата здрави трябва да спазват своята лична , също така и да . Спортните дейности организма и здравето.