

A photograph of a closed, brown leather-bound book. The book is positioned diagonally, showing its spine on the left and the front cover on the right. The cover has a simple, embossed rectangular border. The title is printed in a dark, serif font across the center of the cover. The book is set against a plain white background.

**«Пословицы и
поговорки
о здоровье».**

Наши любимые пословицы и поговорки о здоровье



Содержание

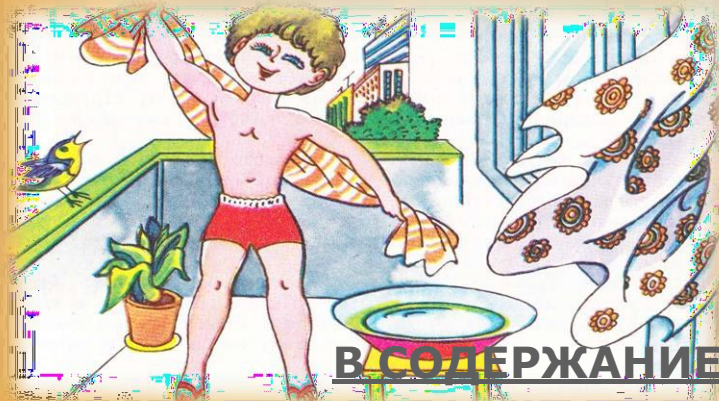
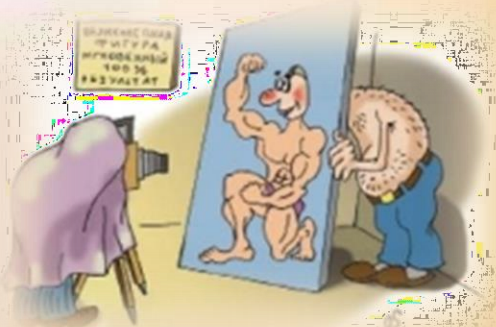
1. Что такое пословица.
2. Хотим рассказать ...
3. Роль пословиц в нашей жизни.

Пословица – это краткое изречение, поученье в виде иносказания или в виде житейского приговора. Пословица есть соль языка народной речи. Она не сочиняется, а рождается сама. Это ходячий ум народа. Пословица может переходить в поговорку или простой оборот речи.



Жена не рукавица,
Съ руки не снимешь,
За заборъ не кинешь.

Тавур



*«В здоровом теле –
здоровый дух»*



Русская пословица

Означает, что если человек сохраняет тело здоровым, то он сохраняет и духовное здоровье.

*«Чистота –
залог здоровья»*



Русская пословица

Чтобы сохранить свое здоровье, надо соблюдать чистоту своего тела, чистоту в квартире, чистоту на улице, в природе. Есть ещё и здоровье духовное. Надо учиться любить себя, людей, жизнь. И тогда вы будете действительно здоровы

*«Холода не бойся,
по пояс мойся»*



Русская пословица

Означает ,чтобы быть здоровым надо закаляться, т.к. закаливание – лекарство для здоровья, а именно :обтираться прохладной водой, купаться в бане с последующим купанием в холодной воде или растиранием снегом.

*«Не рад больной и
золотой кровати»*



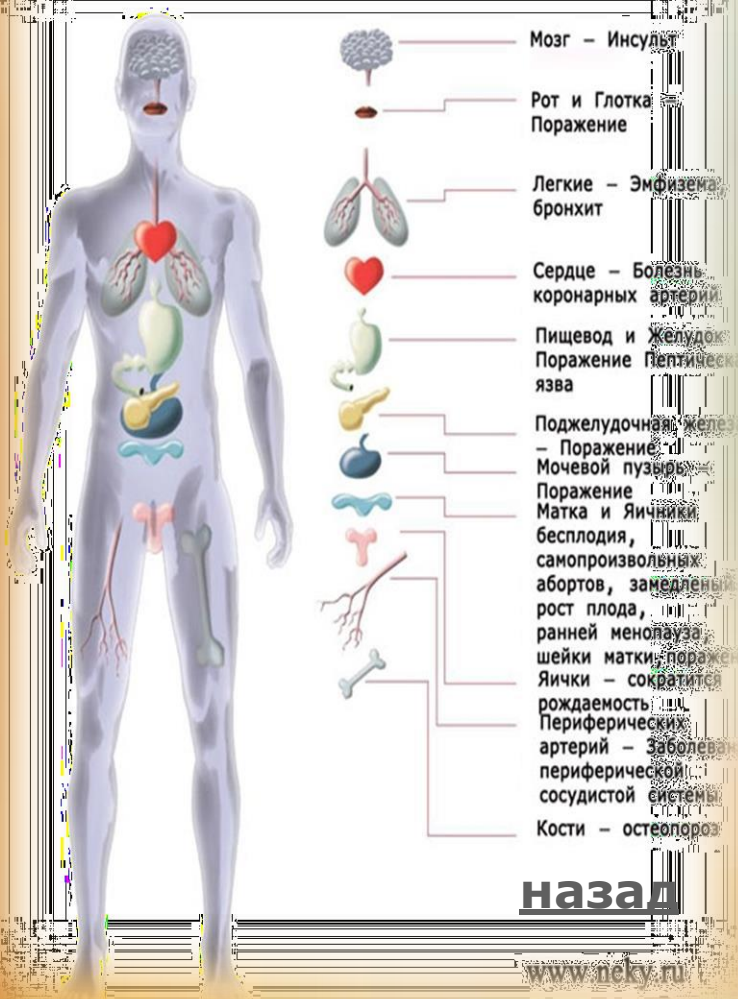
Русская пословица

Означает, что больному
ничего не мило, не
радостно, никакие
подарки и богатства не
поднимают настроения,
когда нет здоровья.

*«И старым и молодым –
вреден табачный дым»*



Русская пословица



«Сон - лучшее лекарство»



Русская пословица

Никогда не прерывайте сон больного, сон – это лекарство. Больной может спать и днём и ночью – этого требует его организм . Будить больного не следует. Организм больного сам знает ,сколько ему надо спать.

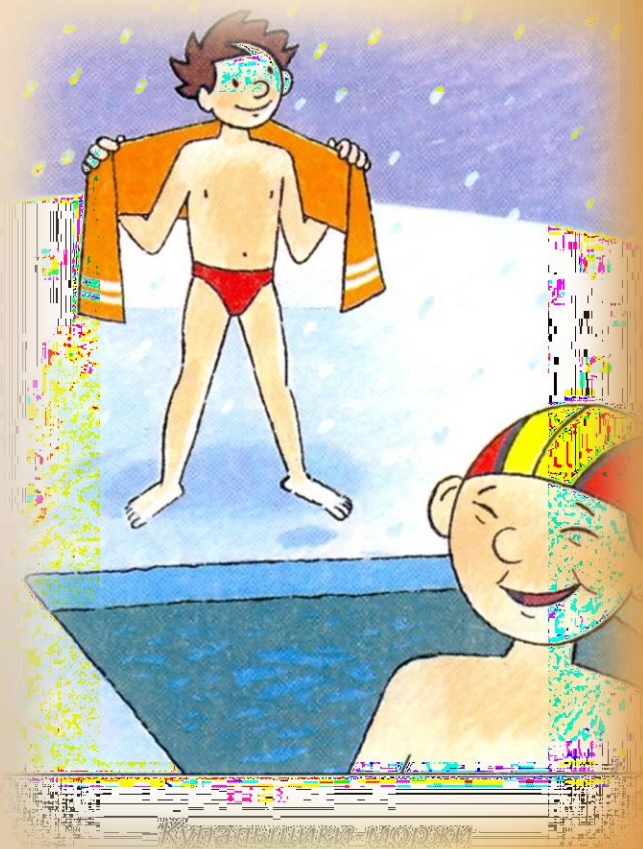
*«Ешь чеснок и лук –
не возьмёт недуг»*



Русская пословица

В народной медицине лук и чеснок используется давно, и для профилактики, и для лечения. Спектр пользы лука очень широк: от него улучшается аппетит и пищеварение, дает энергию и укрепляет весь организм. Чеснок и лук полезны в любое время года, а особенно зимой.

**«Смолоду
закалишься, на весь
век сгодишься»**



Русская пословица

Означает, что человек с раннего возраста должен привыкать закалять свой организм (если нет врачебных противопоказаний). Закаливание не только укрепляет тело, но формирует силу воли, твёрдость характера и крепость духа.

*«В грязи жить –
чахотку нажить»*



Русская пословица

С давних пор люди поняли, что чистота является залогом здоровья. В грязи происходит быстрое размножение бактерий, микробов, вирусов, поэтому, чтобы не подвергать здоровье опасности, необходимо содержать в чистоте тело, одежду, жилище и пр.

Роль пословиц в нашей жизни



Знаемъ тѣхъ, кто громко поетъ,
А не знаемъ тѣхъ, кто горьки слезы льетъ.

Пословицы и поговорки составлялись многие столетия. Они воплощают в себе всю историю развития народа.

Через эти маленькие мудрые изречения веками воспитывали и учили целые поколения, закладывали фундамент физического здоровья, формировали основы здорового образа жизни

РЕСУРСЫ ИНТЕРНЕТА

1. <http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%86%D1%8B>
2. <https://yandex.ru/images/search?text=рисунок%20про%20грязнулю&stype>
3. <https://yandex.ru/images/search?text=мальчик%20с%20удочкой%20в%20народном>

4. <https://yandex.ru/images/search?text=грязнуля%20картинки%20для%20детей%20г%205>
<https://yandex.ru/search/?text=картинки%20про%20закаливание%20для%20детей&>