## ЗДОРОВЬЕ ВСЕМУ ГОЛОВА

Здоровье — главная ценность человека. Его невозможно купить. Мы получаем его при рождении и можем лишь беречь и укреплять его или нанести непоправимый вред. Еще древние философы и врачи пытались изучить здоровье человека через его природу, поведение, образ жизни и образ мыслей. По меткому определению «отца медицины» Гиппократа, какова деятельность человека, таков и он сам, его природа и его болезни.

Пословицы и поговорки призывают к борьбе с вредными привычками, к ведению здорового образа жизни, поэтому в своей работе нам хотелось обратиться, прежде всего, к народной мудрости, это даст возможность задуматься о том, какой образ жизни ведут многие ребята, и как нужно правильно жить.

**Ушакова, О. Д.** Пословицы, поговорки и крылатые выражения : словарик школьника / О. Д. Ушакова. - Санкт-Петербург : Литера, 2009. - 95 с.

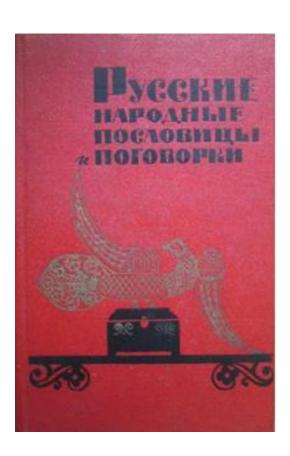


- Береги платье снову, а здоровье смолоду.
- Быстрого и ловкого болезнь не догонит.
- Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в тепле.
- Мал коротыш, да крепыш.
- Здоров скачет, захворал плачет.
- Смолоду закалишься на весь век сгодишься.
- Смех здоровье души.
- Укрепится человек крепче камня, а ослабнет слабее воды.
- Здоровье не купишь его разум дарит.
- Здоровьем слаб, так и духом не герой.
- Не рад больной и золотой кровати.
- Спи камешком, вставай перышком.
- Чистая вода для хвори беда.
- Чаще мойся, воды не бойся.
- Здоровые зубы здоровью любы.
- Чистота-залог здоровья.
- Не умывши лица, за стол не садимся.
- Холода не бойся, сам по пояс мойся.
- Мойся белее, будешь людям милее.
- Вылечился Ваня помогла ему баня.
- Сон лучше всякого лекарства.

- Лук здоровью друг.
- Ешь правильно и лекарств не надобно.
- Кто долго жует, тот долго живет.
- Аппетит приходит во время еды.
- Хлеб всему голова.
- Хлеб батюшка, вода матушка.
- Худ обед, когда хлеба нет.
- Красна река берегами, обед пирогами.
- Сахар зубы разрушает, а морковь укрепляет.
- Там, где нет мяса, свекла герой.
- Репка, яблоко, морковка зубкам нашим тренировка.
- Обед без овощей, что праздник без музыки.
- Чеснок да лук от семи недуг.
- Движение спутник здоровья.
- В здоровом теле здоровый дух.
- Лучшего средства от хвори нет.
- Делай зарядку до старости лет
- Здоровье дороже денег.
- Тот здоровья не ценит, кто болен не бывал.
- Здоров скачет, захворал плачет.
- Кто не курит и не пьёт, тот здоровье бережет.

- Здоровье близко: ищи его в миске.
- Здоровому лечиться наперёд хромать учиться.
- Аппетит от больного бежит, а к здоровому катится.
- Не рад больной и золотой кровати.
- Дай боли волю, она в дугу согнет.
- У кого что болит, тот про то и говорит.
- Держи голову в холоде, брюхо в голоде, а ноги в тепле проживешь сто лет на земле.
- Чем больше пожуешь, тем дольше проживешь.

**Русские народные пословицы** и поговорки / сост. А. М. Жигулев. - Москва : Московский рабочий, 1965. - 359с.



- Здоровью цены нет.
- Здоровому все здорово.
- Здоров будешь, все добудешь.
- Здоровье есть богатство.
- Здоровья не купишь.
- Здоровому и нездоровое здорово.
- Здоровье приходит днями, а уходит часами.
- Ум да здоровье всего дороже.
- Деньги потерял ничего не потерял, время потерял —много потерял, здоровье потерял все потерял.
- Было бы здоровье остальное будет.
- Счастье и здоровье оцениваются тогда, когда и того и другого нет.
- От здоровья не лечатся.
- Было бы здоровье, а дней впереди много.
- Точно молотками на наковальне сколочен.
- Так здоров, что можно в землю вбить.
- Здоров, как бык, и не знаю, как быть.
- Силушка по жилушкам огнем бежит.
- Так здоров, что если сучок в кулаке сожмет, так вода пойдет.
- Хоть телом не видна, да здоровьем крепка.

- Здоровому и горе не в горе и беда не в зарок.
- Будь здоров на сто годов.

**Уваров Н.В.** Энциклопедия народной мудрости : пословицы, поговорки, афоризмы, крылатые выражения, сравнения, устойчивые словосочетания, встречающиеся в русском живом языке во второй половине XX - начале XXI веков / Уваров Н. В..— Москва : Инфра-Инженерия, 2009. — 592 с.



- Здоровому доктор не надобен.
- Здоровый нищий счастливее больного короля.
- Здоровый человек богатый человек.
- Здоровье на войне дороже вдвойне.
- Здоровье не деньги, взаймы не возьмёшь.
- Здоровье сгубишь, новое не купишь.
- Здоровьем начинаешь дорожить тогда, когда его потеряешь.

- Здоровьем пышет, отвагой дышит.
- Здоровьем слаб, так духом не герой.

**Даль, В. И.** Пословицы русского народа в 2 ч. Часть 1 / В. И. Даль.

– Москва : Академический проект, 2018. – 615 с.



- Здоров, как бык, как боров. Силен, как лесник.
- Здоров на еду, да хил на работу.
- Кто не боится холеры, того она боится.
- Самого себя лечить, только портить.
- Играй, не отыгрывайся; лечись, не залечивайся!
- И собака знает, что травой лечатся.
- Противным (горьким) лечат, а сладким портят.
- Лук семь недугов лечит. Лук от семи недуг.

- Хрен да редька, лук да капуста лихого не попустят.
- Баня мать вторая. Кости распаришь, все тело направишь.
- Дал бы бог здоровья, а дней впереди много (а счастье найдем).
- Здоровому и нездоровое здорово, а нездоровому и здоровое нездорово.
- Не тот болен, кто лежит, а тот, кто над болью сидит.
- Тяжело болеть, тяжелее того над болью сидеть.
- Болезнь человека не красит.
- Больному и мед не вкусен, а здоровый и камень ест.
- Сама болезнь скажет, что хочет. Что в рот полезло, то и полезно.
- Не дал бог здоровья не даст и лекарь.

