



# ПОЧЕМУ МЫ СПИМ

?





**отдохнут  
ь**

**утром  
быть  
бодрым  
и  
весёлы  
м**

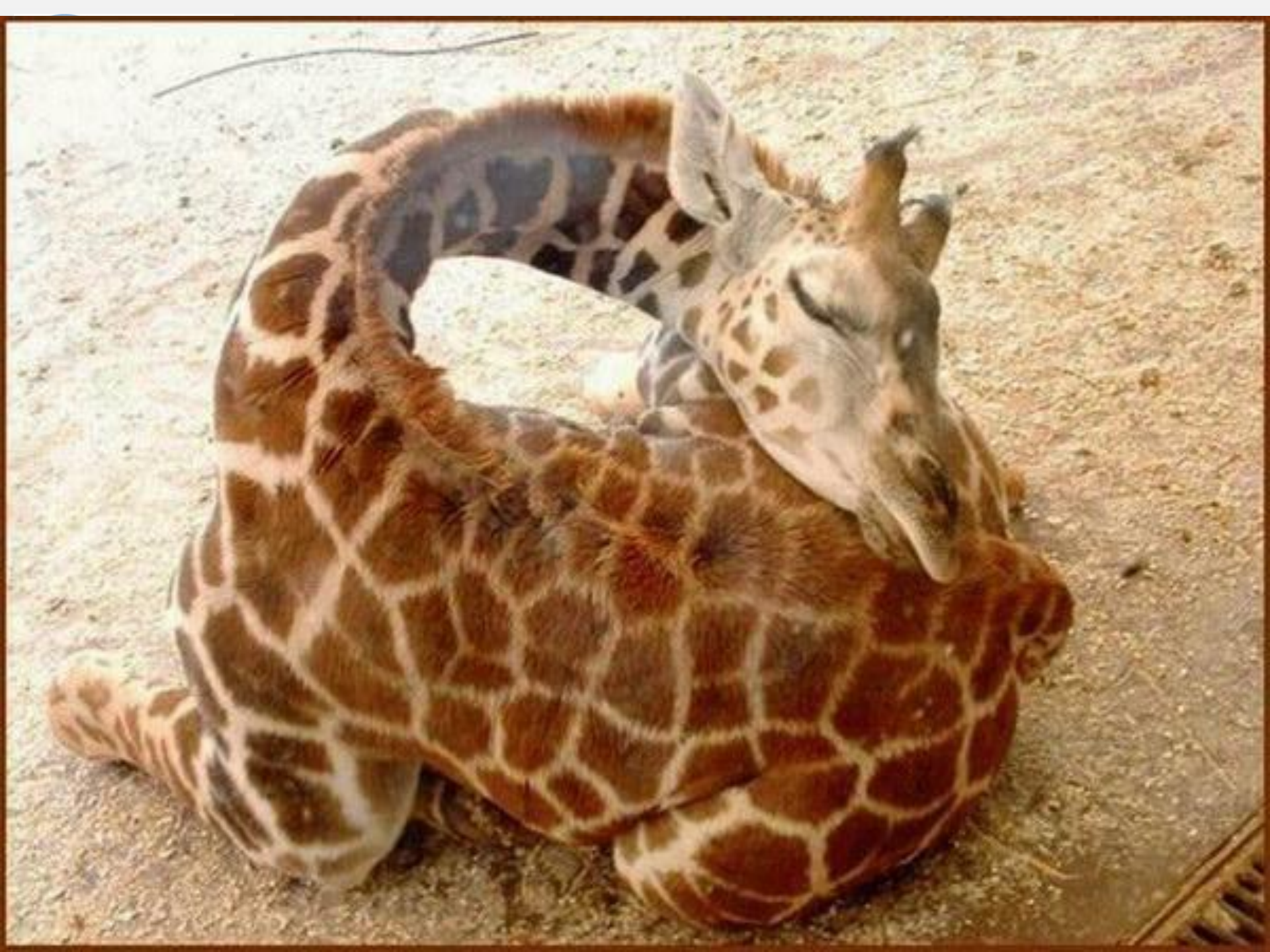
**мы  
спим,  
чтобы  
и**

**Посмотре  
ть  
интересн  
ые сны**























Jen Hendricks



















*Shelfordella tartara*



# Перед сном нельзя

- Переедать
- Играть в шумные игры, прыгать и бегать
- Долго смотреть телевизор, особенно страшные фильмы



# Перед сном нужно

- почистить зубы и умыться
- проветрить комнату
- можно почитать книгу
- сложить одежду
- задернуть занавески







# МИЛИЦИОНЕР





- 1. Что такое сон?
- 2. Почему мы спим?