

Жить здорово – здорово?

Игра – КВН

3 класс



**Классный руководитель
Быкова Галина Ивановна
МКОУ СОШ с. Сорвижи
Арбажского района
Кировской области**



Цель: знакомство с новыми
правилами по здоровью;
воспитание здорового образа
жизни;
развитие коммуникативных
качеств, внимания, мышления.

Класс делится на 2 группы,
придумывают название команды.



Конкурс:

собери пословицу о здоровье

Гигиена

**Назовите имя богини Здоровья
(дочь греческого
мифологического бога
врачевания Эскулапа):**

- 1. Анна**
- 2. Клеопатра**
- 3. Гигия**

-Что такое гигиена?

-Ребята, вставая утром, что делаем?

-Чем мы умываемся?

**Вода снимает
усталость и придаёт
СИЛЫ.**

Конкурс: **составить правила ухода за** **зубами**



**Как поел почисти зубки.
Делай так 2 раза в сутки.
Предпочти конфетам
фрукты-
Очень важные продукты.
Чтобы зуб не беспокоил
Помни правило такое:
К стоматологу идём
В год два раза на приём
И тогда улыбки свет
Сохранишь на много лет**



Правильное питание

Конкурс

распределите в две группы
«Полезные продукты» и
«Вредные продукты»:

*яблоки, пепси – кола,
геркулес., фанта, чипсы,
кефир, капуста, морковь.*

Витамины

Игра «Доскажи словечко»

От нас коровки далеко,
А близко – в пачке ...

Красна я девица сидит в темнице,
А коса на улице...

Какой общий витамин присутствует в этих продуктах?



Витамин А – витамин роста, улучшающий зрение.

Без неё на кухне пусто,
В щи добавим мы ...

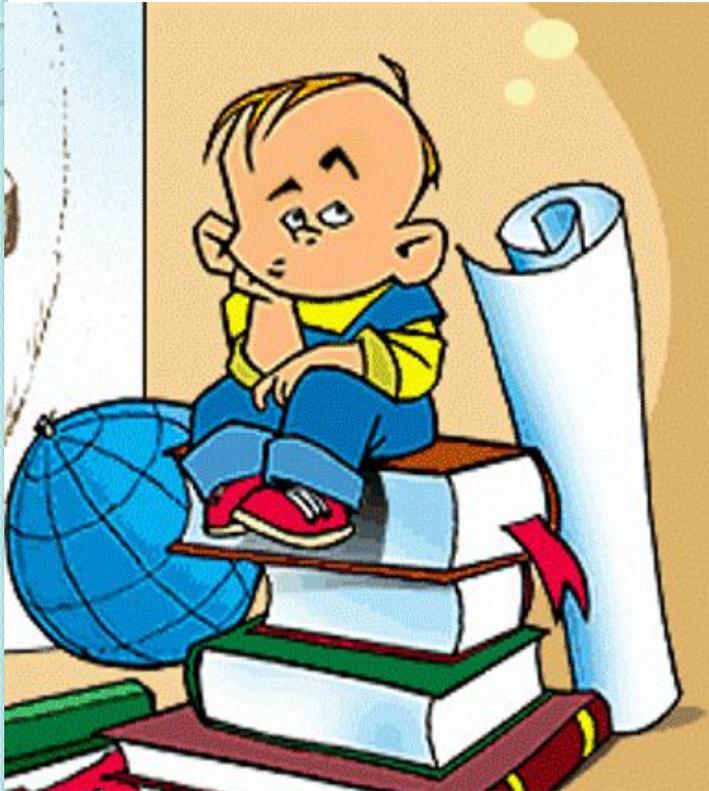
на грядке вырос молодец-
Зелёный длинный ...

Какой общий витамин присутствует в
продуктах?



***Витамин С. Он закаливает
организм, помогает бороться
с микробами.***

Режим дня



Составить режим дня без указания времени.

Вредные привычки

Какие вредные привычки мешают человеку стать здоровым и прожить до 100 лет?

Подумай-ка



**Почему английские
моряки самые
стройные?**

закаливание

**Чтоб везде нам успевать,
Улыбаться не чихать
Надо помнить, что
здоровье
Надо с детства укреплять!**



**Чтоб ты не был хилым, вялым,
Не лежал под одеялом,
Не хворал и был в порядке,
Делай каждый день зарядку!
Позабудь про телевизор,
Марш, на улицу гулять -
Ведь полезней для здоровья
Свежим воздухом дышать.
Нет плохому настроению!
Не грусти, не хнычь, не плачь!
Пусть тебе всегда помогут
Лыжи, прыгалки и мяч!
Хоть не станешь ты спортсменом,
Это право не беда -
Здоровый дух в здоровом теле
Пусть присутствует всегда!**



**Выберите слова для
характеристики здорового
человека:**

красивый

румяный

сутулый

толстый

сильный

крепкий

ловкий

неуклюжий

стройный

бледный



**Друзья! Нам прощаться настала
пора.**

Уносится ветром листва со двора!

Дожди зачастили, и скоро зима.

**Но чтоб не случилось, всегда
человек**

Здоровья желает другому навек!

Мы «здравствуйте» все

напоследок кричим,

Здоровье своё все храним!