

Классный час
«Береги здоровье
смолоду!»»



- Здоровье — это сила и ум.
- Здоровье — это самое большое богатство.
- Здоровье — это то, что нужно беречь.
- Здоровье нужно всем — и детям, и взрослым, и даже животным.
- Здоровье — это долгая счастливая жизнь.
- Здоровье — это когда ты весел и у тебя всё получается.
- Здоровье — это красота.



Конкурс «Здоровье»



**З
Д
О
Р
О
В
Ь
Е**

АКАЛИВАНИЕ

УШ

БЛИВАНИЕ

ЕЖИМ

БТИРАНИЕ

ИТАМИНЫ

-

ДА

**Игра на
внимание и на
ребятишкины
знания.**



Конкурс

«Угадай пословицу»

12 6 10 11 8 11 1 – 5 1 7 8 3 5 4 8 9 8 2 13 14!

А В Г Д З И Л О Р С Т Ч Ъ Я

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14

Чистота – залог здоровья!



Игра «Рифмы»



Конкурс

«Народная мудрость гласит»

□ **Здоровье в
порядке - спасибо**

□ **Если хочешь
быть здоров –**

□ **В здоровом теле –**

здоровый дух. зарядке.

закаляйся

Игра «Антирифм ы»»



Конкурс

«Здоровье не купишь
– его разум дарит»



Нет

Согласны ли вы, что зарядка – это источник бодрости и здоровья?

Да

Верно ли, что жевательная резинка сохраняет зубы?

Да

Верно ли, что зубы надо чистить один раз в день?

Правда ли, что бананы поднимают настроение?

Нет

Верно ли, что морковь замедляет старение организма?

Да

Легко ли отказаться от курения?

Нет

Правда ли, что недостаток солнца вызывает плохое настроение?

Да

Правда ли, что летом можно запастись витаминами на целый год?

Да

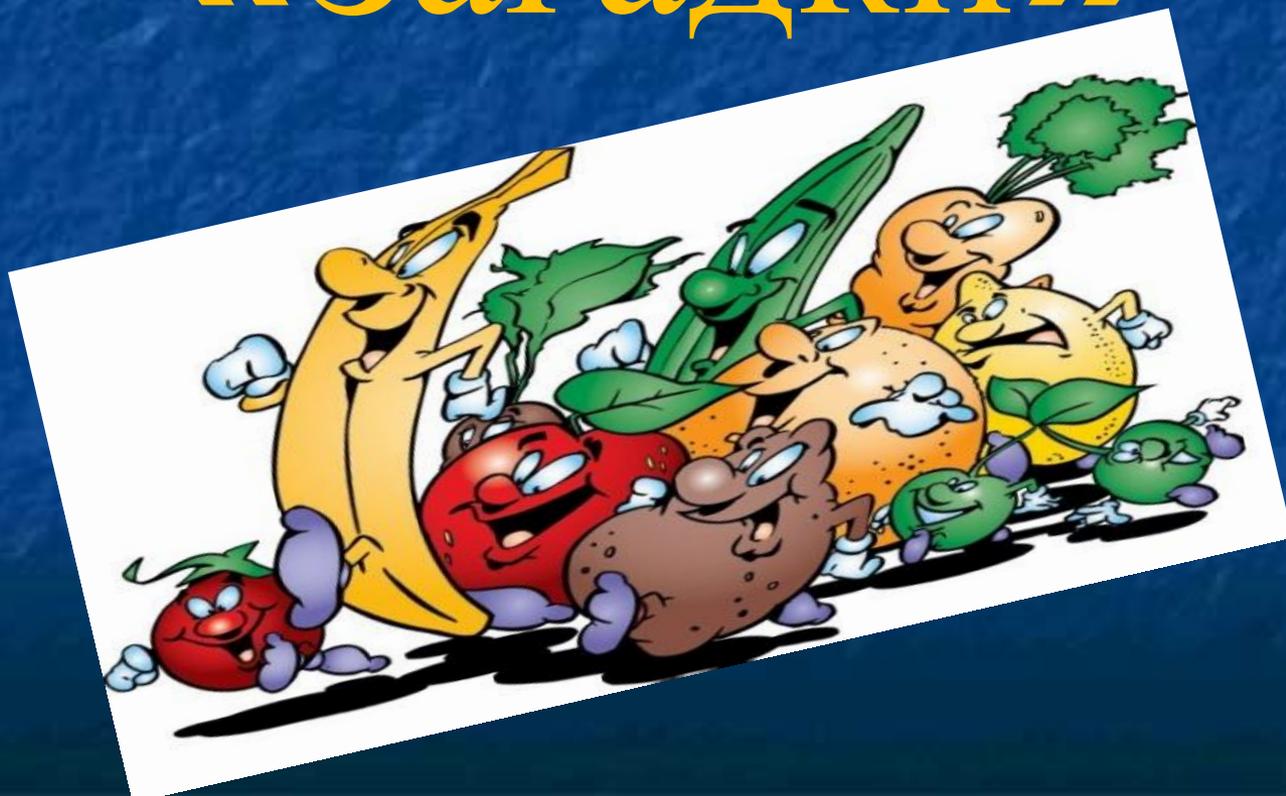
Правда ли, что каждый день нужно выпивать два стакана молока?

Нет

Электронная физкультминутка для глаз



Конкурс «Загадки»



Само с кулачек,
Зелёный бочек,
Потрогаешь – гладко,
А откусишь – сладко.



Огурцы они как будто,
Только связками
растут,
И на завтрак эти
фрукты
Обезьянам подают.



Синий мундир,
Жёлтая подкладка,
В середине сладко.



Этот плод сладкий
Хорош и пригож,
На толстую тётю
По форме похож.



Ни в полях, ни в садах
Ни у вас и ни у нас,
А в тропических лесах
Вырастает...



Золотистый и полезный,
Витаминный, хотя
резкий,
Горький вкус имеет он
Когда чистишь – слёзы
льёшь.



Расселась барыня на
грядке,

Одета в шумные шелка.

Мы для неё готовим кадки

И крупной соли полмешка



Хоть я сахарной зовусь,

Но от дождя я не
размокла,

Крупна, кругла, сладка
на вкус,

Узнали вы, кто я



На грядке
длинный и
зеленый,

А в кадке жёлтый
и солёный.





Игра

«Полезно - вредно»



Конкурс «Знание - сила»



Как называется результат воздействия мороза на организм человека?

Обморожение

Кто может заразить человека бешенством?

Животные

Как называются напитки, которые губят здоровье человека?

Алкоголь

Как называется материал для перевязки?

Бинт

Как называется травма, нанесенная огнем?

Ожог

Что способствует закаливанию организма?

Солнце, воздух, вода

Я желаю вам, ребята, быть здоровыми всегда,
Но добиться результата невозможно без труда.
Постарайтесь не лениться. Каждый раз перед едой,
Прежде, чем за стол садиться, руки вымойте водой.
И зарядкой занимайтесь ежедневно по утрам.
И, конечно, закаляйтесь – это так поможет вам!
Свежим воздухом дышите по возможности всегда.
На прогулки в лес ходите, он вам силы даст, друзья!
Я открыла вам секреты, как здоровье сохранить.
Выполняйте все советы, и легко вам будет жить!

Желаю вам цвести, расти
Копить, крепить здоровье,
Оно для дальнего пути –
Главнейшее условие.

Спасиб

о

за