

**Здоровым быть
здорово**



Конкурс «Здоровье»

З -

Д -

О -

Р -

О -

В -

Ь -

Е -



Конкурс

«Народная мудрость гласит»

Чистота – залог здоровья.

Здоровье в порядке – спасибо зарядке.

Если хочешь быть здоров – закаляйся.

В здоровом теле – здоровый дух.

Голову держи в холоде, а ноги в тепле.

Быстро и ловко болезнь не догонит.

Здоровье дороже всякого золота.

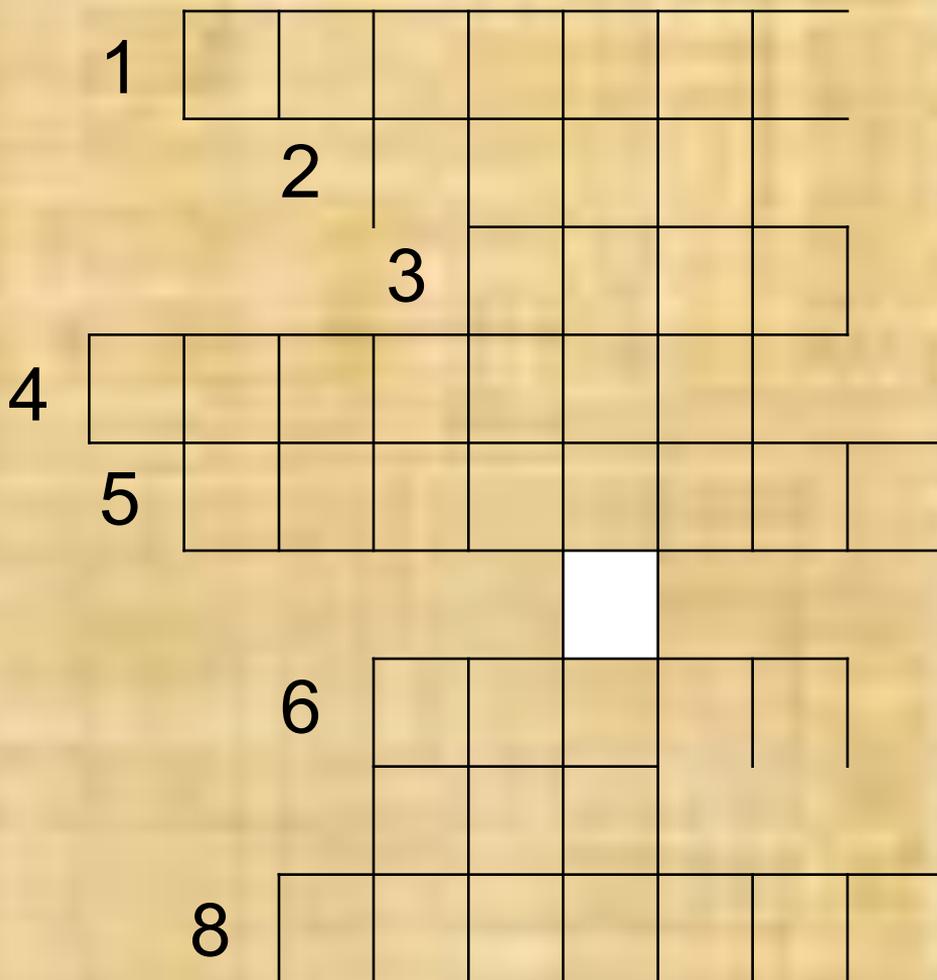
Чисто жить - здоровым быть.

Конкурс «Здоровья не купишь – его разум дарит»



Конкурс «Знание – сила»

Кроссворд



1. Что ты должен съесть сам?

2. Чем стоит поделиться с другом?

3. Что нужно отдать врагу?

4. «Перекус» между обедом и ужином.

5. Вещества необходимые для нашего здоровья (А,В,С, и др.)

6. Что необходимо после тяжелого труда?

7. Форма отдыха, которая необходима каждый день.

8. Комплекс утренних спортивных упражнений.

Кроссворд



1. Что ты должен съесть сам?
2. Чем стоит поделиться с другом?
3. Что нужно отдать врагу?
4. «Перекус» между обедом и ужином.
5. Вещества необходимые для нашего здоровья (А,В,С, и др.)
6. Что необходимо после тяжелого труда?
7. Форма отдыха, которая необходима каждый день.
8. Комплекс утренних спортивных упражнений.

Конкурс «Режим дня»

Подъем: 7.00 Нужно пораньше встать, чтобы успеть заправить кровать.

Зарядка. 7.10 После зарядки нужно умыться.

Завтрак: 7.30.

Выход из дома в 7.50. Дорога от дома до школы – это утренняя прогулка на свежем воздухе.

В класс мы приходим за 10–15 минут до звонка.

Занятия начинаются в 8.30.

В 11.00 – обед.

После занятий в 14.20 идем домой.

После занятий – отдых до 17.00. Можно поспать, почитать книгу погулять.

Затем приступаем к выполнению домашнего задания в 17.00.

Ужин в 19.00. Ужин не должен быть плотным. После ужина можно посмотреть телевизор, но не более 30 – 40 минут почитать книгу, поиграть.

Перед сном нужно обязательно проветрить комнату, умыться, почистить зубы.

Сон в 21.30. Детям рекомендуется спать 9 -10 часов.



Конкурс «Друзья нашего здоровья»

Из каждого слова берем только тот слог, номер которого указан, а затем все полученные результаты складываем в слова.

№1	№2	№3	№4
<ul style="list-style-type: none">• Зубрила 1• Наряд 1• +я• Щечка 1• Ткани 1	<ul style="list-style-type: none">• Мышонок 1• Масло 2	<ul style="list-style-type: none">• Тапочек 2• Белорус 2• Ветеран 2• +н• Коленце 3	<ul style="list-style-type: none">• Ворона 1• Подарок 2

1-Зубная щетка

2-Мыло

Ответы:

3-Полотенце

4-вода

Конкурс «Анаграммки»

Конкурс «Анаграммки»

**Что должно входить в состав
пищи?**

ЕКБИЛ РЖЫИ ОЕВДГЛЫУ АИИНМТЫВ



Анаграммки

АНАГРАММКИ

Что должно входить в состав пищи?

БЕЛКИ ЖИРЫ УГЛЕВОДЫ ВИТАМИНЫ



**Конкурс
«Здоровый образ
жизни –
это стильно!»**



Рефлексия.

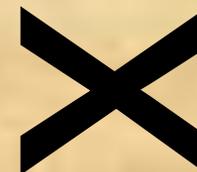
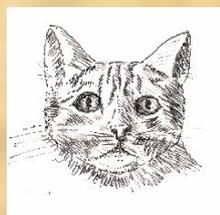
Жёлтый цвет – Я буду стараться вести здоровый образ жизни.

Красный цвет – Я не уверен в своём выборе.

Синий цвет – Я равнодушен к своему здоровью.

Ребусы «Секреты сохранения здоровья»

Ребус №1



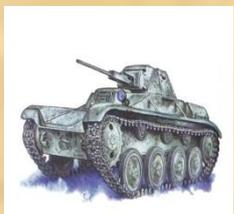
удаВ

Ребус №2

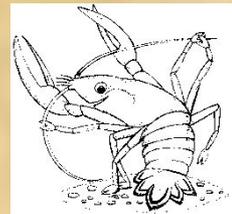
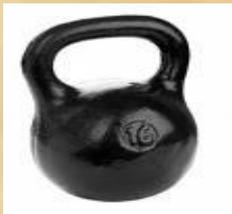


Ребусы «Секреты сохранения здоровья»

Ребус №3



Ребус №4



Ответы на ребусы:

1. Труд и отдых.

2. Зарядка.

3. Питание.

4. Гигиена.



Собери пословицу

Зачеркни лишние буквы и расколдуй предложение.

ТВОЁАИЗДОРОВЬЕТАЫВФСТВОИХОИЕДРУКАХ

Собери пословицу

Зачеркни лишние буквы и расколдуй предложение.

ТВОЁАИЗДОРОВЬЕТАЫВФСТВОИХОИЕДРУКАХ

