

Guten Tag!

hola

Hello!

Здравствуйте!

witam

bonjour

buongiorno

здравейте

merhaba

ПУТЕШЕСТВИЕ НА ПОЕЗДЕ ЗДОРОВЬЯ

Девиз игры:
«ДОБЫТЬ ЗДОРОВЬЕ
СМОЖЕТ ТОЛЬКО САМ
ЧЕЛОВЕК»





**Лес дремучих
вопросов**

**Витаминные
горы**

**Заколдованный
замок**



**Болото вредных
привычек**

**Движение -
ЖИЗНЬ**

ЦЕЛЬ



ЗАДАЧИ:

- дать представления о понятиях «здоровье», «витамины», «полезные продукты»;
- способствовать формированию потребности здорового образа жизни;
- пропагандировать здоровый образ жизни среди воспитанников;
- формировать ценностное отношение к собственному здоровью

ПРАВИЛА ИГРЫ

- ❖ 1 правило – НЕ выкрикивать, а пользоваться жезлом
- ❖ 2 правило – БЫТЬ внимательным
- ❖ 3 правило – Уважать соперников, но стремиться набрать большее количество жетонов, что определит вас победителем

НАЗВАНИЕ КОМАНД:

«АПЕЛЬСИНКА»

Девиз: Мы как дольки апельсина.
Мы дружны и неделимы.



«МОРКОВИНКА»

Девиз: В моркови много витамина А,
Дружите со мной, ребята, всегда.

**Лес дремучих
вопросов**

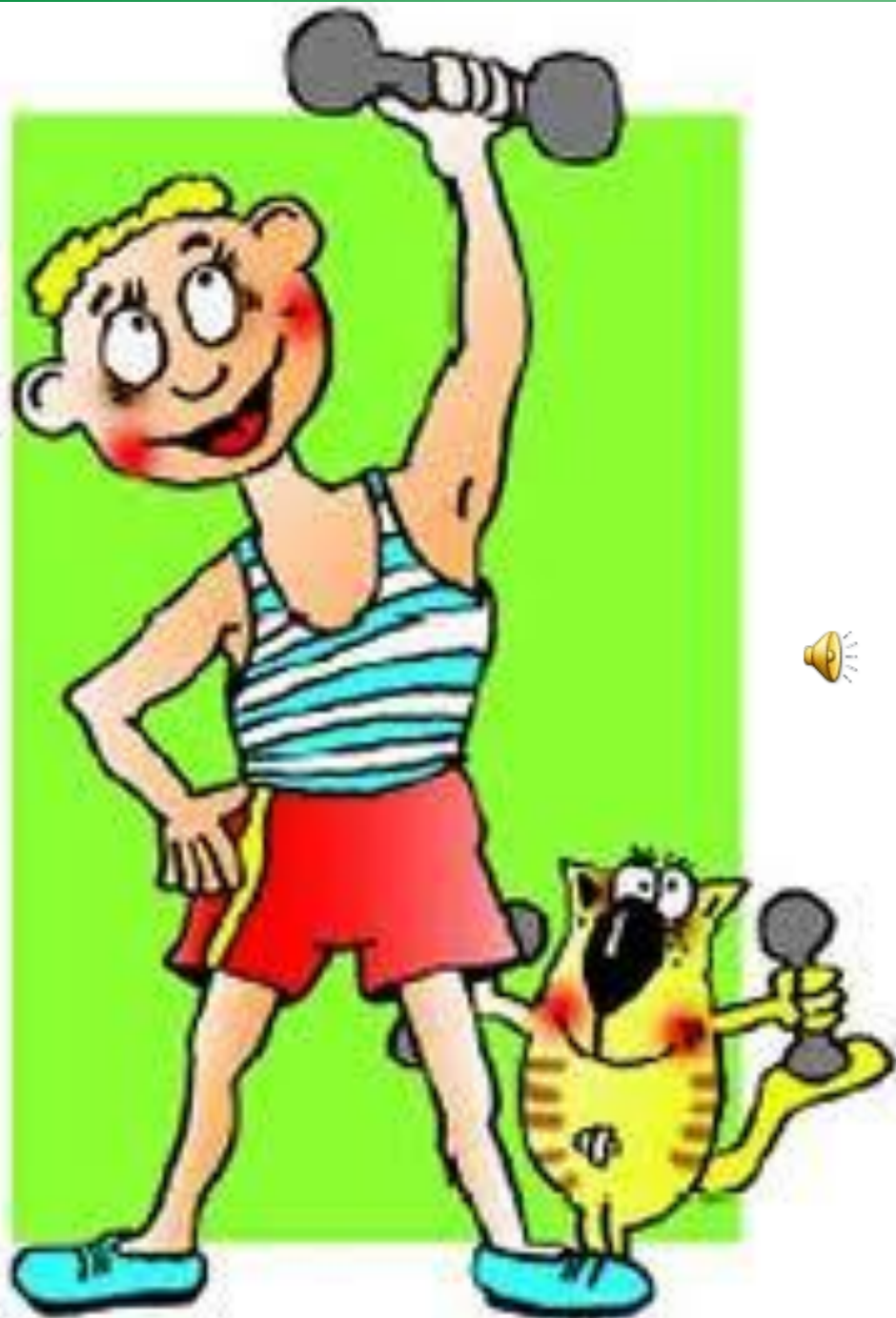






Болото вредных привычек





Движение - ЖИЗНЬ





Витаминные горы



1. С оранжевой кожей,
На мячик похожий,
Но в центре не пусто,
А сочно и вкусно.



5. Оранжевый нос в землю врос,
А зелёный хвост снаружи.
Нам зелёный хвост не нужен,
Нужен только оранжевый.



2. Он почти как апельсин,
С толстой кожей, сочный,
Недостаток лишь один –
Кислый очень, очень.



6. Он никогда и никого
Не обижал на свете.
Чего же плачут от него
И взрослые и дети?



3. Он на юге выростал
В гроздь плоды свои собрал.
А суровую зимой
Придет изюмом к нам домой.



7. Что за скрип? Что за хруст?
Это что ещё за куст?
Как же быть без хруста,
Если я ...



4. Бусы красные висят
Из кустов на нас глядят,
Очень любят бусы эти
Дети, птицы и медведи.



8. Круглое, румяное,
Я расту на ветке;
Любят меня взрослые
И маленькие детки.



Откуда эскимосы получают необходимые витамины?

А) Из рыбы

Б) Из рыбьего жира

**В) Из мяса белых
медведей**

Г) Из мяса тюленей

*Откуда эскимосы получают
необходимые витамины?*

Б) Из рыбьего жира

***В каком виде шпината
витамины сохраняются лучше
всего?***

А) В сыром

Б) В замороженном

В) В консервированном

***В каком виде шпината
витамины сохраняются лучше
всего?***

А) В сыром

***В какое время года содержание
витаминов в молоке
увеличивается в 2 раза?***

А) Весной

Б) Летом

В) Осенью

***В какое время года содержание
витаминов в молоке
увеличивается в 2 раза?***

В) Осенью

***Какой витамин позволяет
выработать организму
действие солнечных лучей?***

А) витамин Д

Б) витамин А

В) витамин Е

Г) витамин В

*Какой витамин позволяет
выработать организму
действие солнечных лучей?*

А) Витамин Д

**Чем зимой необходимо
компенсировать отсутствие
солнечных лучей?**

А) Овощами

Б) Яичным желтком

В) Мясом

Г) Фруктами

***Чем зимой необходимо
компенсировать отсутствие
солнечных лучей?***

Г) Фруктами

***В каком из продуктов питания
содержится наибольшее
разнообразие витаминов?***

А) В хлебе

Б) В свежей капусте

В) В печени

Г) В молоке

***В каком из продуктов питания
содержится наибольшее
разнообразие витаминов?***

Б) В свежей капусте

Что нужно потреблять и сколько, чтобы покрыть ежедневную потребность организма в витамине С?

A) 1,5 кг. помидор

Б) 1,5 кг. телятины

В) 1 кг. апельсин

Что нужно потреблять и сколько, чтобы покрыть ежедневную потребность организма в витамине С?

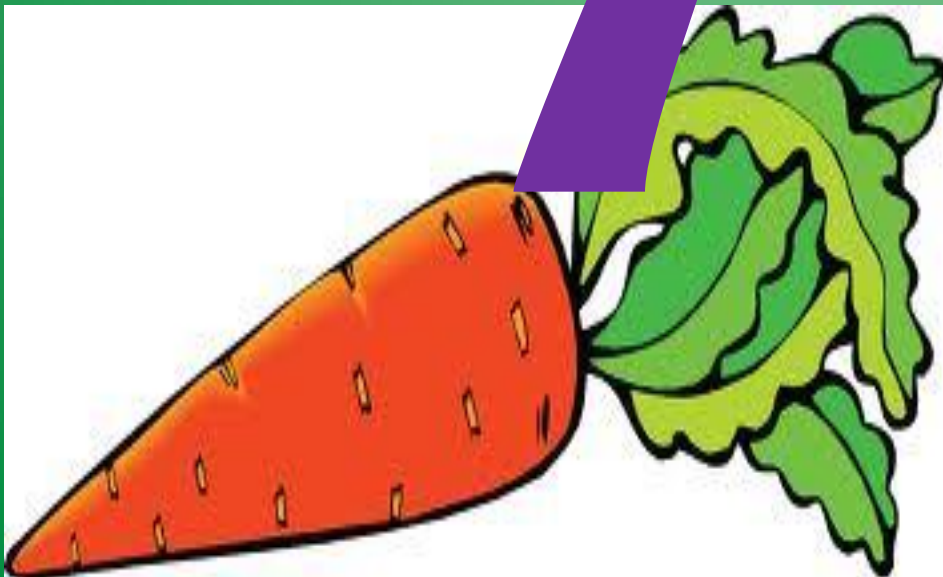
В) 1 кг апельсинов

РЕКЛАМА





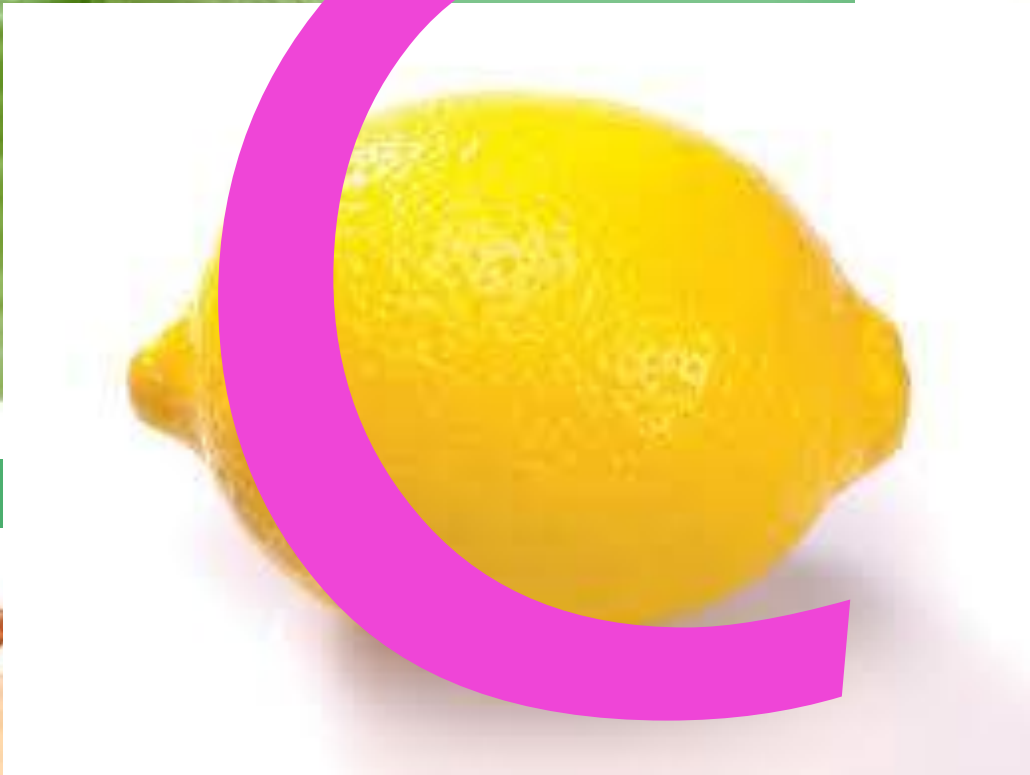
A





B







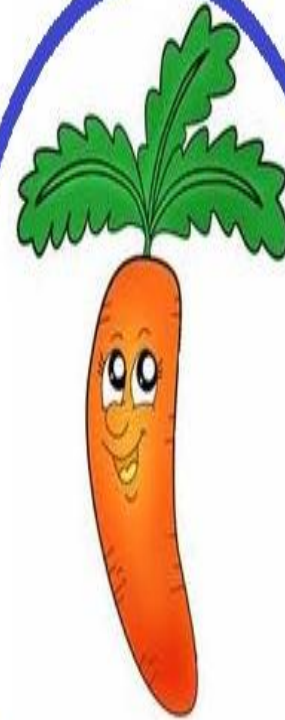
Заколдованный замок



З
Д
О
Р
О
В
Ь
Е



Апельсинка



Морковинка



З Зарядка, закаливание, зрение

Д Движение, диета, доктор, душ

О Отжимание, осанка, отдых

Р Режим, рацион, рыба

О Организм, обливание, оздоровление

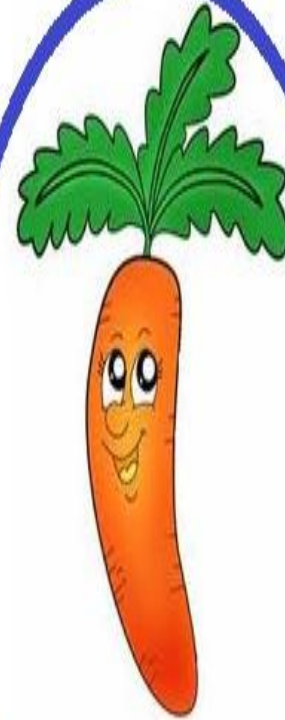
В Вода, врач, вес, воздух, витамины

Ь Спорт, сон, сок, бег, фрукты, овощи

Е Еда



Апельсинка



Морковинка

ПОЗДРАВЛЯЕМ!







**Крепкого вам
здоровья!**

**До новых встреч на
поезде здоровья**

