



Журнал

«Здоровый образ жизни»

**внеклассное мероприятие
в начальной школе**

Попова Вера Николаевна
учитель начальных классов
МКОУ «Спасбардинская ООШ»





будешь,

добудешь!

Болен

Здоровье

денег

его

не купишь,

всего

дороже

Здоровье

разум

а здоров

– лечись,

Здорово

дарит.

В

– берегись.





Пословицы о здоровье.

- Здоровье дороже денег!
- Здоров будешь, всего добудешь!
- Болен – лечись, а здоров – берегись.
- Здоровье не купишь, его разум дарит.
- Здоровье дороже богатства.





Какого человека мы можем назвать здоровым?

Красивый
стройный
толстый
крепкий
сутулый
неуклюжий
сильный
подтянутый
ловкий
страшный
бледный
румяный



Журнал «Здоровый образ жизни»



- **1 группа -1 страница: «Гигиена»**
- **2 группа- 2 страница:
«Правильное питание»**
- **3 группа - 3 страница: «Режим
дня»**
- **4 группа- 4 страница:
«Спортивная»**





Памятка.

1. Чисти зубы два раза в день.
2. Ешь здоровую пищу.
3. Меняй зубную щётку каждые три месяца.
4. Посещай стоматолога два раза в год.
5. Не грызи орехи, ручки, ногти и твёрдые предметы.





Какое питание можно назвать здоровым?

разнообразное

однообразное

богатое овощами и фруктами

богатое сладостями

регулярное

от случая к случаю

без спешки

второпях





Весёлая зарядка





Будьте всегда:

красивыми
сильными
ловкими
румяными
стройными
крепкими
подтянутыми



1. **З** а р я д к а

2. **Д** у ш

3. **С** п **о** р т

4. **р** ю к з а к

5. **н** о г т и

6. **в** е л о с и п е

7. **к** о н **д** ь к и

8. **т** р **е** н и р о в к

а



Желаем вам



ученики 3 и 5 класса
Спасбардинской школы





Информационные источники:

1. Горбунова Н.А. Воспитательная работа в 4 классе.- Волгоград: ООО «Экстремум», 2004.
2. Внеклассные мероприятия: 2 класс/ Авт.-сост .Л.Н.Яровая, О.Е. Жиренко, Л.П.Барылкина, Л.А.Обухова. - 3-е изд. перераб. и доп.-М.: ВАКО, 2007.
3. Клип о здоровье - proshkolu.ru
4. Физминутка- nsportal.ru

