

СВОЯ ИГРА

*Я умею думать,
Я умею рассуждать,
Что полезно для здоровья,
То и буду выбирать!*

**Выполнил: воспитатель
СШИ № 68 г.Павловск
Муханова
Оксана Александровна**



СВОЯ

ИГРА

<i>Движение Тело человека</i>	<i>Профилактика лечение</i>	<i>Режим дня</i>	<i>Питание</i>	<i>Гигиена</i>
<u>10</u>	<u>10</u>	<u>10</u>	<u>10</u>	<u>10</u>
<u>20</u>	<u>20</u>	<u>20</u>	<u>20</u>	<u>20</u>
<u>30</u>	<u>30</u>	<u>30</u>	<u>30</u>	<u>30</u>
<u>40</u>	<u>40</u>	<u>40</u>	<u>40</u>	<u>40</u>
?	?	?	?	?

Движение Тело человека 10

*Какой школьный
предмет направлен на
сохранение и укрепление
здоровья?*

Физическая культура



Движение Тело человека 20

**Почему нельзя сразу после
занятий спортом пить
холодную воду?**

***Потому что резкое
охлаждение на фоне общего
разогрева организма может
вызвать ангину***

Движение
Тело человека 30

**Назовите активные виды
спорта которыми дети могут
заниматься во время летних каникул?
(Не менее 5)**

**Плавание, футбол,
велоспорт, бадминтон,
волейбол,
катание на роликах, бег и др.**

KOT B MESHKE

Движение
Тело человека 40

**Для чего нужны физминутки?
Проведите для своей команды
физминутку?**



Профилактика и лечение 10

Какие фрукты, овощи и растения используют для понижения температуры и для лечения от простуды?

Малина, лимон, чеснок, липа



Профилактика и лечение 20

Перечислите первые признаки простудных заболеваний?

***Повышение температуры,
головная боль, боль в горле,
кашель, насморк, быстрая
утомляемость.***

***Проветривать класс на
переменках, пить воду,
убирать пыль и мусор.***



Профилактика и лечение 40

***Что нужно делать если
кто-то дома заболел?***

Профилактика и лечение 30

Что необходимо делать в классе чтобы не заболеть и чувствовать себя хорошо на уроках?

***Уложить в постель.
Измерить температуру.
Вызвать врача.
Проветривать помещение.
Давать больному питье.***

Режим дня 10

*Сколько по времени должен
составлять сон школьника?*



10-12 часов



Режим дня 20

*С чего должен начинаться
день каждого человека?*



С утренней зарядки



Режим дня 30

КОТ В МЕШКЕ

Режим дня 30

Проведите гимнастику для глаз?



Режим дня 40

*Сколько по времени можно
проводить школьнику за
компьютером в день?*



Не более 1 часа.



Питание 10

Чем полезно молоко?

***Молоко содержит
кальций который
укрепляет наши
кости***

Питание 20

**Сколько воды должен выпивать
школьник в день?**

***1.5-2 литров
или 7-8 стаканов***



Питание 30

Какая пища вредна для зубов?

Сладкая



Питание 40

***Самый полезный завтрак,
богатый витаминами и
заряжающий энергией?***

Каша



Гигиена 10

Почему нельзя грызть ногти?



**Это некрасиво и под ногтями
– микробы и яйца
гельминтов, можно заболеть**

A decorative border of colorful lilies in shades of yellow, orange, pink, and white, arranged in a circular pattern around the central text.

Гигиена 20

***Когда нужно чистить зубы?
Почему?***

***Чистить зубы нужно утром
и вечером, чтобы на зубах
не оставались частички пищи
которые разрушают зубы***



Гигиена 30

Что является залогом здоровья?

Чистота



A decorative border of colorful lilies in shades of yellow, orange, pink, and white, arranged in a circular pattern around the central text.

Гигиена 40

Какими предметами личной гигиены нельзя делиться?

***Зубная щетка,
расческа, полотенце***



Подведем итоги



***Поздравляем победителей!
До новых встреч!***