



# «Путешествие в страну «Здоровье»»





**движение**  
**питание**  
**режим**  
**закаливание**



\* КНИЖКА-МАЛЫШКА \*

Валентин  
Катаев



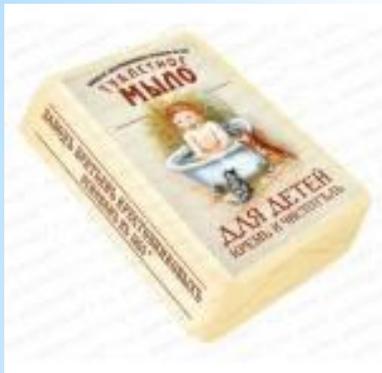
САМОУВАР

ЦВЕТИК  
СЕМИЦВЕТИК

# Станция

## «Гигиена»

мыло  
зубная паста  
зубная щетка  
щетка для одежды





лак для волос  
расческа



стиральный порошок  
шампунь





тени  
помада  
Шампунь  
тушь для ресниц





# щетки для обуви и одежды полотенце обувной крем



## Девиз:

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	Ь	Я
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

*Чистота - залог здоровья!*

# Станция «Здоровое питание»»



# Правильное питание

1. Есть необходимо каждый день в одно и то же время.
2. Перед едой надо вымыть руки с мылом.
3. Есть надо продукты, полезные для здоровья.
4. Есть не торопясь.
5. Не объедаться.
6. Сладости только после основной еды.

# Станция «Спортивная»»



# Физкультминутка

# Игра

«Это я, это я, это все мои друзья»

# Станция «Вредные привычки»



## Что вредит здоровью:

Здоровью вредит курение.

Вредно переедать.

Есть много сладкого.

Вредно мало двигаться.

Вредно долго сидеть у телевизора,  
компьютера.

## Памятка для учащихся

1. Вставай всегда в одно и то же время!
2. Основательно умывай лицо и руки, неукоснительно соблюдай правила личной гигиены!
3. Утром и вечером тщательно чисти зубы!
4. Проводи достаточное количество времени на свежем воздухе, занимайся спортом!
5. Одевайся по погоде!

6. Делай двигательные упражнения в перерывах между выполнением домашних заданий!
7. Не бойся физических нагрузок, помогай дома в хозяйственных делах!
8. Занимайся спортом, учись преодолевать трудности!

**Спасибо за внимание!**

**Будьте здоровы!**

# Интернет – источники:

Щетка - [http://opttrade.su/generic/cataloggal/all/52\\_image.jpg](http://opttrade.su/generic/cataloggal/all/52_image.jpg)

Полотенце -

[http://dzhuli.ru/wp-content/uploads/2015/08/5111.40\\_4\\_jpg\\_1000x1000.jpg](http://dzhuli.ru/wp-content/uploads/2015/08/5111.40_4_jpg_1000x1000.jpg)

Порошок -

<http://www.specuha.by/wp-content/uploads/2016/05/Стиральный-порошок-Миф-3-в-1-Свежий-цвет-400-г.jpg>

Шампунь -

[http://kapushka.ru/wp-content/uploads/2016/04/b8a32895-eb7b-11e0-aa85-001b218c9e8c\\_enl.jpeg](http://kapushka.ru/wp-content/uploads/2016/04/b8a32895-eb7b-11e0-aa85-001b218c9e8c_enl.jpeg)

Маша -

<http://cdn-nus-1.pinme.ru/tumb/600/photo/91/08/9108476f03e8938e73c7bbdb30ec6132.jpg>

[https://ds04.infourok.ru/uploads/ex/10c2/0003e151-4cc15611/hello\\_html\\_m629fe44.png](https://ds04.infourok.ru/uploads/ex/10c2/0003e151-4cc15611/hello_html_m629fe44.png)

<http://hddfhm.com/images/children-on-balance-clipart-free-11.jpg>

[http://wdesk.ru/\\_ph/31/2/588048631.gif?1485313241](http://wdesk.ru/_ph/31/2/588048631.gif?1485313241)

[http://school-ppt.3dn.ru/animashki/sport\\_anim/037.gif](http://school-ppt.3dn.ru/animashki/sport_anim/037.gif)

[http://lunga.ucoz.org/FOTO\\_STATEY/Athletics-82881.gif](http://lunga.ucoz.org/FOTO_STATEY/Athletics-82881.gif)