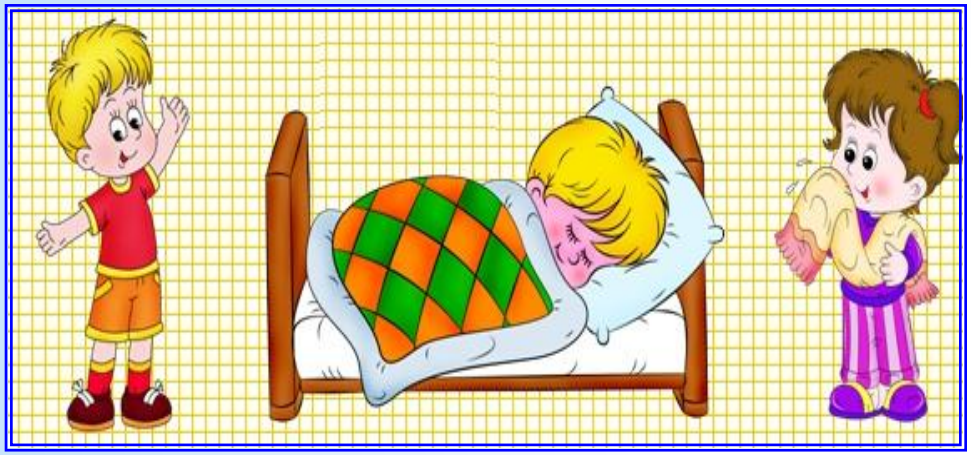
«Путешествие в страну «Здоровье»



движение
питание
режим
закаливание

* КНИЖКА-МАЛЫШКА *
Валентин Катаев
САМОВАР
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

Полотенце - 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

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

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

http://wdesk.ru/_ph/31/2/588048631.gif?1485313241

http://school-ppt.3dn.ru/animashki/sport_anim/037.gif

http://lunga.ucoz.org/FOTO_STATEY/Athletics-82881.gif