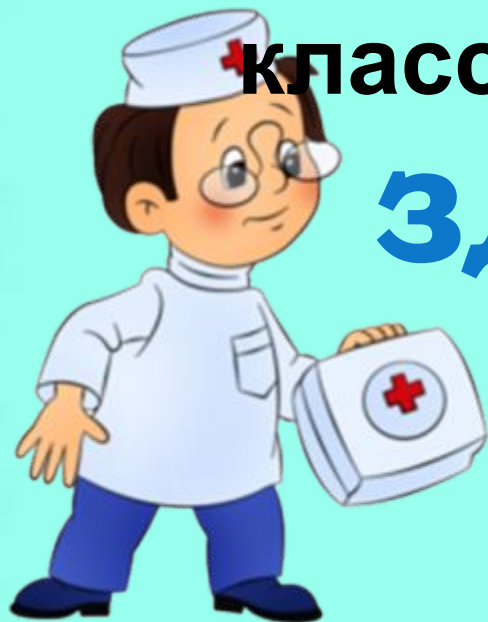




Презентация к классному часу

по здоровьесбережению в 1-4
класссах

здоровья»



Автор: Шайкина Наталья
Васильевна,
учитель начальных классов
ГБОУ СОШ с Новодевичье



**Цель: Сформировать у детей
потребность в здоровом
образе жизни.**

**Задачи: 1) Расширять знания
детей о личной
гигиене, правильном
питании,
полезных и вредных
привычках;**

2) Способствовать



Клик мышкой на загадку

Отгадайте загадку:
Что за деньги не
купишь?

ЗДОРОВЬЕ



Здоровье человека – это
главная ценность в жизни.
Все из вас хотят быть
крепкими и здоровыми.
Сегодня мы поговорим о
здоровом образе жизни.



Помогать нам сегодня
будут герои известных
КНИГ.



Клик мышкой на загадку

Один очень-очень важный.
Он с касторкою отважно,
На болезнь бросается,
Всех лечить старается.



ДОКТОР ПИЛЮЛЬКИН



Мудрость наших предков

Ёще в древности люди
думали про здоровье. Об
этом они сочиняли
пословицы.



Клик мышкой на загадку

Продолжите
поговорку:

В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ, ...

ЗДОРОВЫЙ ДУХ.



Клик мышкой на загадку

Продолжите
поговорку:

БЫСТРОГО И ЛОВКОГО,

...

БОЛЕЗНЬ НЕ ДОГОНИТ.



Клик мышкой на загадку

Продолжите
поговорку:

БЕРЕГИ ПЛАТЬЕ СНОВУ,

...

А ЗДОРОВЬЕ СМОЛОДУ.



Клик мышкой на загадку

Продолжите пословицу:

ЗДОРОВ БУДЕШЬ - ...

ВСЁ ДОБУДЕШЬ.



Клик мышкой на загадку

Отгадайте загадку:

Умывальников начальник,
И мочалок командир,
Любит чистых и опрятных
Знаменитый ...

МОЙДОДЫР



Клик мышкой на вопрос

Правила здорового образа жизни

Какое первое правило здорового образа жизни?



**Соблюдай
чистоту!**



Клик мышкой на вопрос

Загадка



Мною можно умываться.
Я умею проливаться.
В кранах я живу всегда.
Ну, конечно, я - ...

Вода



Клик мышкой на вопрос

Загадка



Ускользает как живое,
Очень юркое такое.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится.

Мыло



Совет от Мойдодыра

**Нужно обязательно
мыть с мылом руки
перед едой, после
посещения туалета и
после контакта с
животными.**



Клик мышкой на вопрос

Загадка



Живет она в красочном
Тюбике в ванной.

А дружит с зубами
И щеткой в стакане.

Что это?

Зубная щетка





Совет от Мойдодыра

**Чистить зубы надо
два раза в день:
утром и перед сном.**



Клик мышкой на вопрос

Загадка

Всех лохматых расчесать,
Кудри в косы заплетать.
Делать модную причёску
Помогает нам ...

Расчёска



Совет от Мойдодыра

У каждого в семье
должна быть своя
расческа.



Клик мышкой на вопрос

Загадка



После бани помогаю,
Промокаю, вытираю.
Пушистое, махровое,
Чистое, новое. Что это?

Полотенце



Содержи в чистоте свое тело, одежду и жилище



Надо умываться и мыть руки, чистить зубы, принимать душ, мыться с мылом и мочалкой.



Надо чистить обувь и одежду.



Надо проветривать помещение, регулярно делать уборку в квартире, содержать в чистоте свой двор.



Гимнастика для глаз

Раз - налево, два - направо,
Три - наверх, четыре - вниз,
А теперь по кругу смотрим,
Чтобы лучше видеть мир.
Взгляд направим ближе, дальше,
Тренируя мышцы глаз.
Видеть скоро будем лучше,
Убедитесь вы сейчас!



Отгадайте загадку:

Любит тортики, варенье,
Сушки, сладости, печенье,
Он упитанный вполне...
И пропеллер на спине!

КАРЛСОН



Клик мышкой на вопрос

Правила здорового образа жизни

Какое второе правило здорового образа жизни?

Правильно питайся!



Правила здорового образа жизни

Правила питания от Карлсона

1. Надо побольше есть сладостей!
2. Надо есть много жареного, копченого, соленого, острого, такая пища очень вкусная.
3. Пища должна быть очень горячей.
4. Есть нужно, когда захочешь.
5. Утром завтракать необязательно.



Клик мышкой на вопрос

Правила здорового образа жизни

Ребята, правила питания у Карлсона правильные?

Карлсона нужно научить правильно питаться.





Правила здорового питания

↓
Сладкого нужно есть поменьше!

↓
Не надо есть много жареного, копченого, соленого, острого.

↓
Пища не должна быть очень горячей.

↓
Нужно стараться есть в одно и то же время.

↓
Утром надо обязательно завтракать.



Наше питание должно быть
разнообразным



Белки



Жиры



Углеводы



Витамины



Клик мышкой на вопрос

Правила здорового образа жизни

Какое третье правило здорового образа жизни?



**Сочетай труд и
отдых!**



Совет от доктора Пилюлькина

Телевизор, видео и
компьютерные игры
хороши в меру.



Клик мышкой на вопрос

Правила здорового образа жизни

Какое четвертое правило здорового образа жизни?



**Больше
двигайся!**



Физминутка с Крошем



Мы шагаем, как Совунья,
Приседаем мы, как Пин,
Делаем наклон, как Ёжик,
Вместе с Крошем мы бежим,
Пудрим носики, как Ньюша,
Мы с Лосяшем, вдаль глядим,
Роем грядки, как Копатыч,
Машем крыльями, как Карыч,
Вместе с Би-Би сесть хотим.



Загадка

Мы физически активны,
С ним мы станем быстры, сильны.
Закаляет нам натуру,
Укрепит мускулатуру.
Не нужны конфеты, торт.
Нужен нам один лишь...

Спорт



Клик мышкой на вопрос

Загадка

Чтобы здоровье
было в порядке,
Не забывайте о...



Зарядке



Отгадайте загадку:

Я очень быстро и ловко
Люблю погрызть морковку,
Не верьте в мою трусость,
друзья,
Просто очень осторожный я.

ЗАЯЦ



Клик мышкой на вопрос

Правила здорового образа жизни

Какое пятое правило здорового образа жизни?

Не заводи вредных привычек!



Совет от зайца



**Помните, что
вредные привычки -
это угроза нашему
здоровью.**



Вспомним еще раз правила здорового образа жизни



↓
Соблюдай чистоту!

↓
Правильно питайся!

↓
Сочетай труд и отдых!

↓
Больше двигайся!

↓
Не заводи вредных привычек!



Здоровье – неоценимое богатство в жизни человека. Каждый человек хочет быть сильным и здоровым. Наш организм совершенен и уникален. Будем же ценить драгоценный дар жизни. В этом нам поможет здоровый образ жизни.





Будьте все здоровы!



До свидания!

Интернет источники



Доктор Пилюлькин Мойдодыр

Заяц Волк Карлсон

Мальчик Грязнуля Крош Дети

<http://zagadochki.ru>

<https://www.stihi.ru/2012/06/06/2003>

<http://zagadki-pro.ru>

<https://po-ymy.ru/zagadki>

<https://multiurok.ru/files/gimnastika-dlia-ghlaz>

<https://infourok.ru/itogovoe-logopedicheskoe-zanyatie-v-shkole-smesharikov-физминутка>

Шаблон для презентации Никифоровой Н.В.

Литература:

«Русские народные загадки, пословицы, поговорки»

Ю. Круглов

