

Внеурочное мероприятие «Твоё здоровье в твоих руках»»

Подготовила и провела: учитель начальных классов
МАОУ СОШ № 12 г. Геленджика
Шопова Елена Викторовна

З а р я д к а
в о д а
ф у т б о л
р и т м
с о л н ц е
в о з д у х
п л а в а н ь е
б е г

«Зелёная аптека».

Зверобой - трава, которой приписывается колдовская сила, и пучок сухой травы полагалось вывешивать перед входом в дом, чтобы предохранить жилище от диких зверей и привидений

Мята широко применяется в народной медицине. Усиливает аппетит, улучшает пищеварение, прекращает спазмы желудка и колики, обладает успокаивающим, противовоспалительным и обезболивающим действием.

Тысячелистник в народе называют солдатской травой. И действительно: оно выносливое, смелое, не боится ни жары, ни морозов, ни плохих почв.

Липа - это красивое лиственное дерево с тёмной корой и раскидистой кроной. Цветки этого дерева - старинное народное средство, применяемое при простуде.

Ромашка аптечная отличается от ромашки непахучей сильным ароматическим запахом. Растение широко применяют в народной медицине. Водный настой - как болеутоляющее, успокаивающее, болях в желудке.



Спорт и мы



Биатлон



Гребля



Волейбол



Фигурное катание



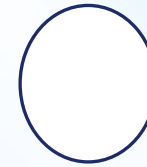
Правильное питание



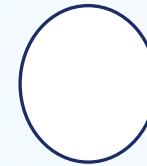
Определите, какие продукты являются не полезными для нашего организма.



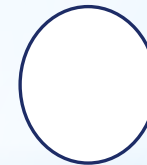
Наша пища состоит из белков, жиров и углеводов.



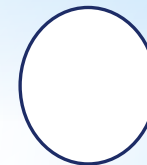
Полезно есть много сладостей.



От переедания сладостей человек быстро поправляется, становится толстым.



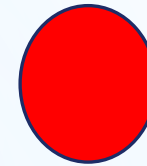
Чтобы быть здоровым, нужно всё время есть и смотреть телевизор.



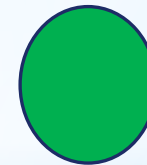
Наша пища состоит из белков, жиров и углеводов.



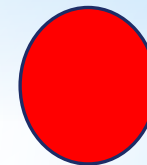
Полезно есть много сладостей.



От переедания сладостей человек быстро поправляется, становится толстым.



Чтобы быть здоровым, нужно всё время есть и смотреть телевизор.





Здоровый
Образ
Жизни

Использованные источники

- * <http://mosaica.ru/sites/default/files/news/preview/2011/02/05/d9.jpg> (биатлон)
- * <http://www.yugopolis.ru/data/mediadb/2383/0000/0129/12929.jpg> (гребля)
- * http://www.jocuriunice.com/files/image/750px-Volleyball_game.jpg (волейбол)
- * <http://s41.radikal.ru/i093/1001/b9/ae2b4b70f009.jpg> (фигурное катание)
- * http://rnns.ru/uploads/posts/2009-11/1258458110_14754.jpg (правильное питание)
- * <http://www.gazetaesportiva.net/blogs/joaoricardocozac/files/2013/09/Artigo-189-A-import%C3%A2ncia-da-pr%C3%A1tica-esportiva.jpg> (спорт и мы)