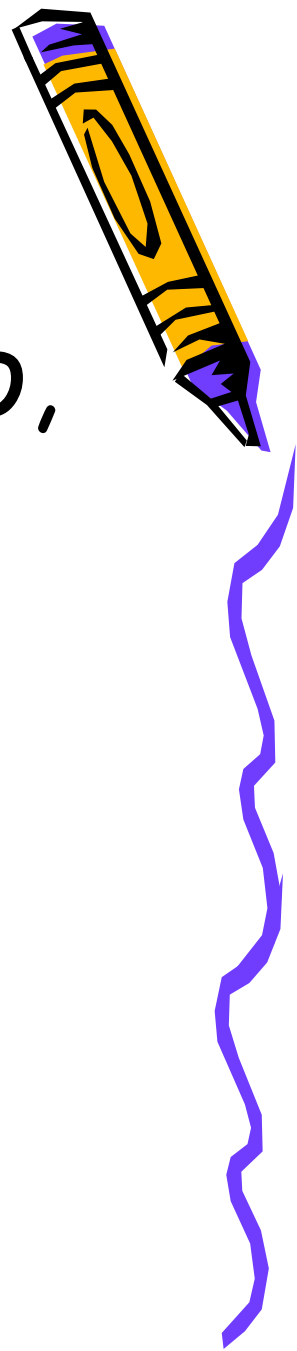




Здоровые дети в  
здоровой семье

Классный час





- «Я введу тебя в мир того, каким надо быть, чтобы быть Человеком - Умным, Красивым и Здоровым»  
(Эммануил Кант)

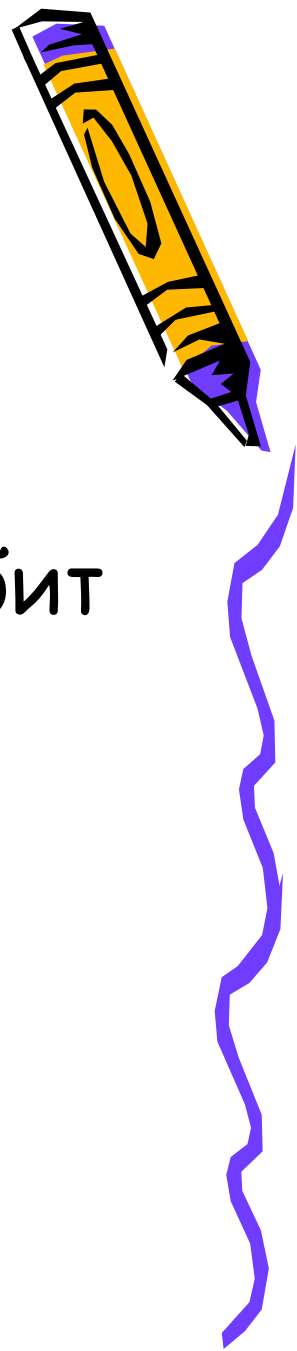


# Здоровый образ жизни



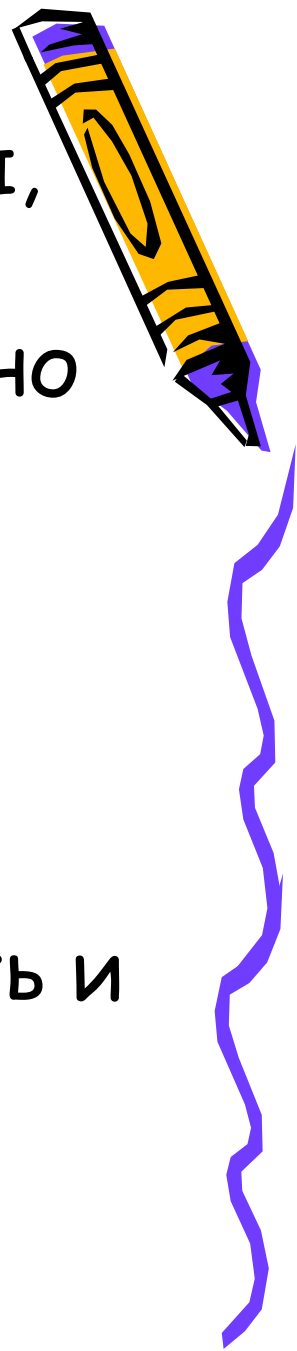
- ЗОЖ - это соблюдение всех правил и норм для поддержания хорошего здоровья.





- Кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов?
- Кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и весёлым?
- Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру?
- Кто мороза не боится, на коньках летит, как птица?
- Ну а кто начнёт обед жвачкой с парюю конфет?





- Кто же любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны?
- Кто поел и чистит зубки регулярно дважды в сутки?
- Кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей?
- Кто, согласно распорядку, выполняет физзарядку?
- Кто, хочу у вас узнать, любит петь и отдыхать?



# Загадки о спорте

- Кто по снегу быстро мчится  
Провалиться не боится?
- Десять плюс один кого-то  
Мяч хотят загнать в ворота,  
А одиннадцать других  
Не пустить стремятся их.



- Двухметровая детина  
Мяч к мячу, за ним второй,  
Ведь корзина-то с дырой!
- Зелёный луг,  
Сто скамеек лишь вокруг,  
От ворот до ворот  
Бойко бегают народ.  
На воротах этих  
Рыбацкие сети.

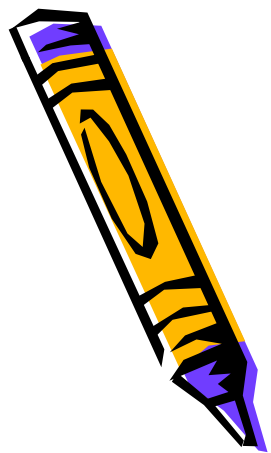




- Лёд вокруг прозрачный, плоский  
Две железные полоски,  
А над ними кто-то пляшет  
Прыгает, руками машет.







# Загадки



- Целых 25 зубков,  
Для кудрей и хохолоков.  
И под каждым, под зубком -  
Лягут волосы рядком.
- Лёг в карман и караулю -  
Рёву, плаксу и грязнулю  
Им утру потоки слез,  
Не забуду и про нос.





- Ей спины моей не жалко -  
С мылом трет меня - .....
- Ускользает как живое,  
Но не выпущу его я.  
Белой пеной пенится,  
Руки мыть не ленится!
- Чтобы долго быть зубастым,  
Чистить зубы надо .....





- А у пасты есть подружка.  
Чистит зуб, старается.  
Скажи, как называется?
- Вафельное, полосатое,  
Гладкое, лохматое,  
Всегда под рукою,  
Что это такое?



# Пословицы



- Чистота - залог ...
- Здоровье в порядке - спасибо...
- Если хочешь быть здоров - ...
- В здоровом теле - здоровый ...
- Кто аккуратен, тот людям ...
- Чистота - лучшая ...





- Здоровье - неоценимое богатство в жизни каждого человека.
- Недаром говорят: «Здоров будешь - все добудешь!».
- Так будьте все здоровы!

