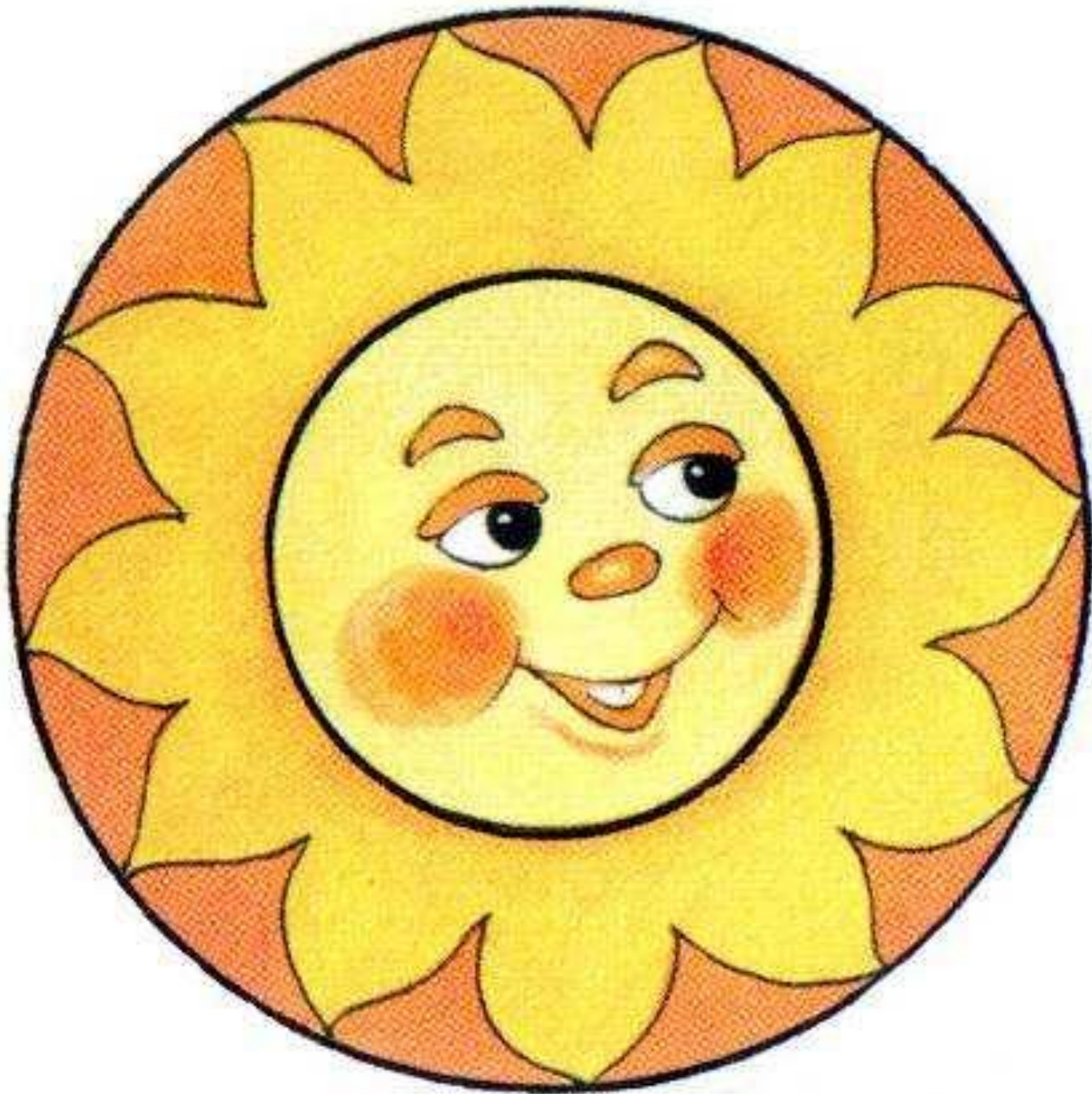




КВН «Умники и умницы»





Разминка

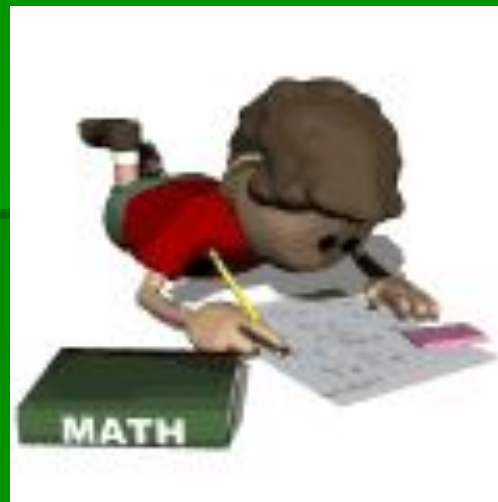
«Здоровье – это ...»





Здоровье — правильная, нормальная деятельность организма, его полное физическое и психическое благополучие.

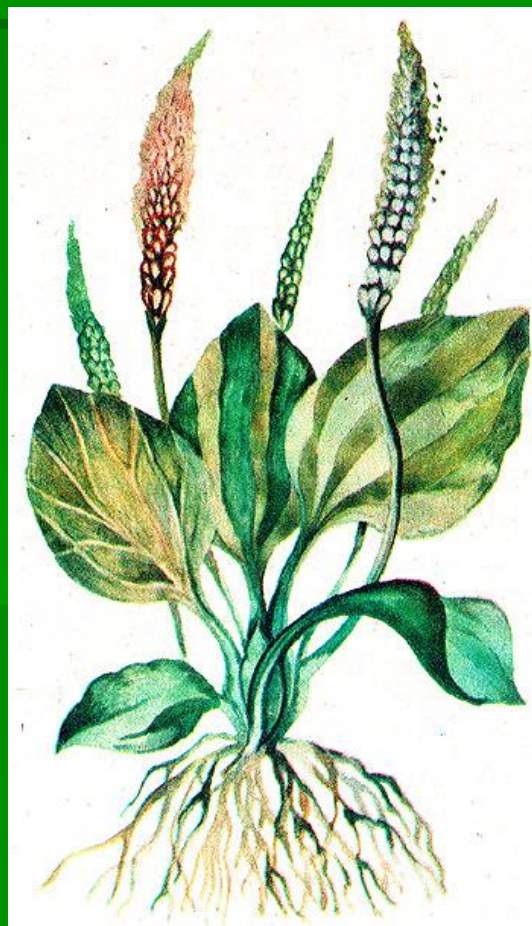
С.И.Ожегов



Конкурс «Светофор здоровья»



Конкурс «Домашнее задание»



Конкурс «Здоровье в песнях»

- Назови, о каких дарах природы говорится в песне?

Конкурс

«Здоровье в пословицах»

- Здоров будешь –
- здоровым быть
- Крепок телом-
- залог здоровья
- В здоровом теле –
- и болезнь пристаёт
- Чистота –
- богат душой
- К слабому –
- здоровый дух
- Чисто жить-
- всего добудешь

Пословицы

- Здоров будешь – всего добудешь.
- Крепок телом – богат душой.
- В здоровом теле – здоровый дух.
- Чистота – залог здоровья.
- К слабому – и болезнь пристаёт.
- Чисто жить – здоровым быть.

Физминутка



Конкурс «Береги глаза»

- Покажи 3 упражнения для глаз.



Полезно - вредно

- Читать лежа.
- Смотреть на яркий свет.
- Смотреть близко телевизор.
- Оберегать глаза от ударов.
- Промывать по утрам глаза.
- Тереть глаза грязными руками.
- Читать при хорошем освещении.



Конкурс «Витамины»



Конкурс «Режим дня»



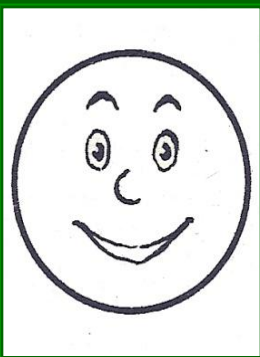
Режим дня школьника

- Пробуждение
- Утренняя зарядка
- Завтрак
- Занятие в школе
- Обед
- Прогулка
- Приготовление уроков
- Ужин
- Свободное время
- Сон

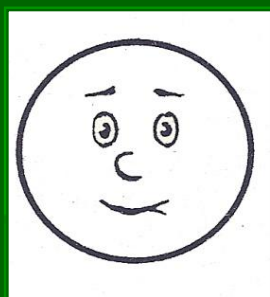
Конкурс «Что способствует сохранению и укреплению здоровья»

- Зарядка.
- Закаливание.
- Гигиена тела.
- Гигиена зрения.
- Правильное питание.
- Занятия физкультурой и спортом.

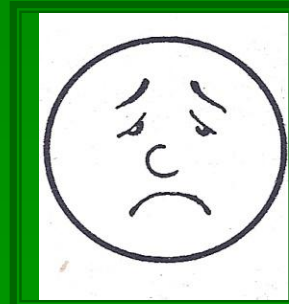
Рефлексия



*Я считаю, что занятие прошло для меня с пользой.
Я могу помочь другим.*



*Я считаю, что занятие прошло для меня с пользой,
но мне ещё нужна помощь.*



Мне было трудно.

**СЛЕДИ ЗА СВОИМ
ЗДОРОВЬЕМ! ЭТО САМОЕ
ДОРОГОЕ, ЧТО У ТЕБЯ
ЕСТЬ!**