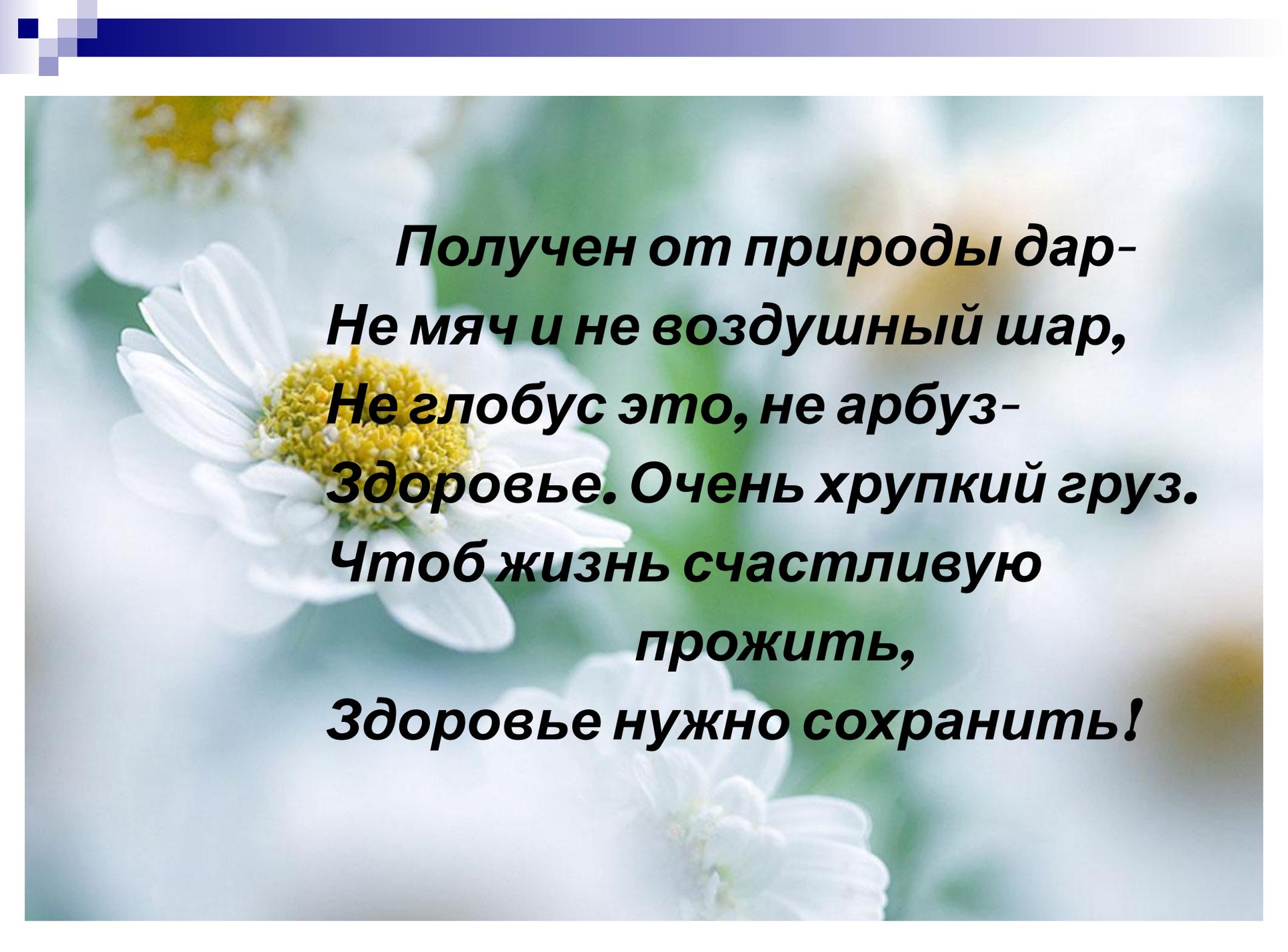




Путешествие по стране Здоровья



**Получен от природы дар-
Не мяч и не воздушный шар,
Не глобус это, не арбуз-
Здоровье. Очень хрупкий груз.
Чтоб жизнь счастливую
прожить,
Здоровье нужно сохранить!**



1 станция *«Народная мудрость»*

«В здоровом теле – здоровый дух»



2 станция
*Перспект «Здоровье
человека»*

«Здоровый образ жизни»



3 станция
Парк «Помоги себе сам»

«Физкультминутка»



4 станция *«Площадь Гигиены»*

«Кто аккуратен, тот людям приятен»



5 станция
*Кафе «Приятного
аппетита»*

«Прежде чем за стол мне сесть,
я подумаю, что съесть»

Выпишите полезные для организма продукты:

- Рыба, жевательная резинка, чипсы, кефир, напиток «Кола», геркулес, шоколадные конфеты, морковь, лук, торты, яблоки, шоколадный батончик, капуста, гречка.

Из данных слов составьте и запишите здоровое и питательное меню:

- Завтрак: овсяная каша, сыр, попкорн, масло сливочное, хлеб, напиток кофейный на молоке, пепси – кола, чипсы, пирожное, чизбургер.
- Обед: салат из моркови с яблоками, бульон «Роллтон», суп картофельный с зеленым горошком, котлеты куриные, овощное рагу, «Фанта», кисель, хлеб ржано – пшеничный, плоды и ягоды свежие, «Кириешки», картофель фри.
- Ужин: тушеная рыба, ход – дог, рис отварной с овощами, картофельное пюре «Роллтон», компот из сухофруктов, творожная запеканка, сильногазированный напиток.

Кто в гости к нам пришел сюда.
От всей души мы искренне
желаем:
Здоровья и успехов вам всегда!

*«Здоровье – это единственная
драгоценность»
Монтень*

