



В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ –
ЗДОРОВЫЙ ДУХ

ИНТЕРАКТИВНАЯ ИГРА

Быть здоровыми, красивыми, полными сил хотят и взрослые и дети. А что для этого нужно делать? Всего лишь знать и выполнять правила здорового образа жизни.

Что же это такое – **Здоровый Образ Жизни (ЗОЖ)**?
«здоровый образ жизни — образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья; система разумного поведения человека, которая обеспечивает человеку физическое, душевное, социальное благополучие и активное долголетие»

Игра, в которую ты начинаешь играть – познавательная.

Ты узнаешь много нового и интересного о здоровом образе жизни.

Темы игры

- 1. Отгадай ребус**
- 2. Конкурс Анаграмма**
- 3. Витаминный кроссворд**
- 4. Конкурс Пословицы**
- 5. Отгадай загадки**
- 6. Прочитай фразу**

ОТГАДАЙ РЕБУС

С

П
Т



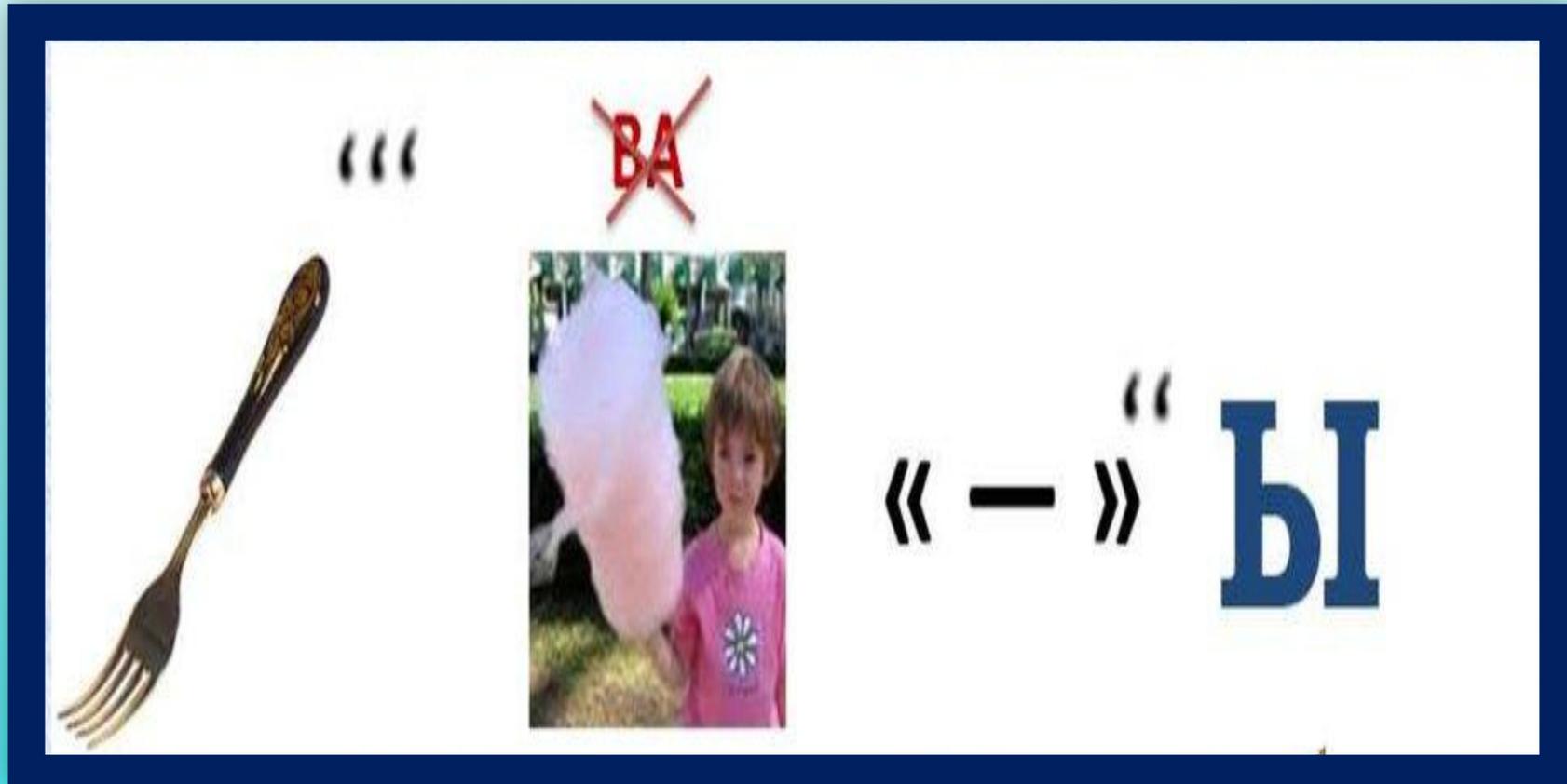
СПОРТ

ОТГАДАЙ РЕБУС



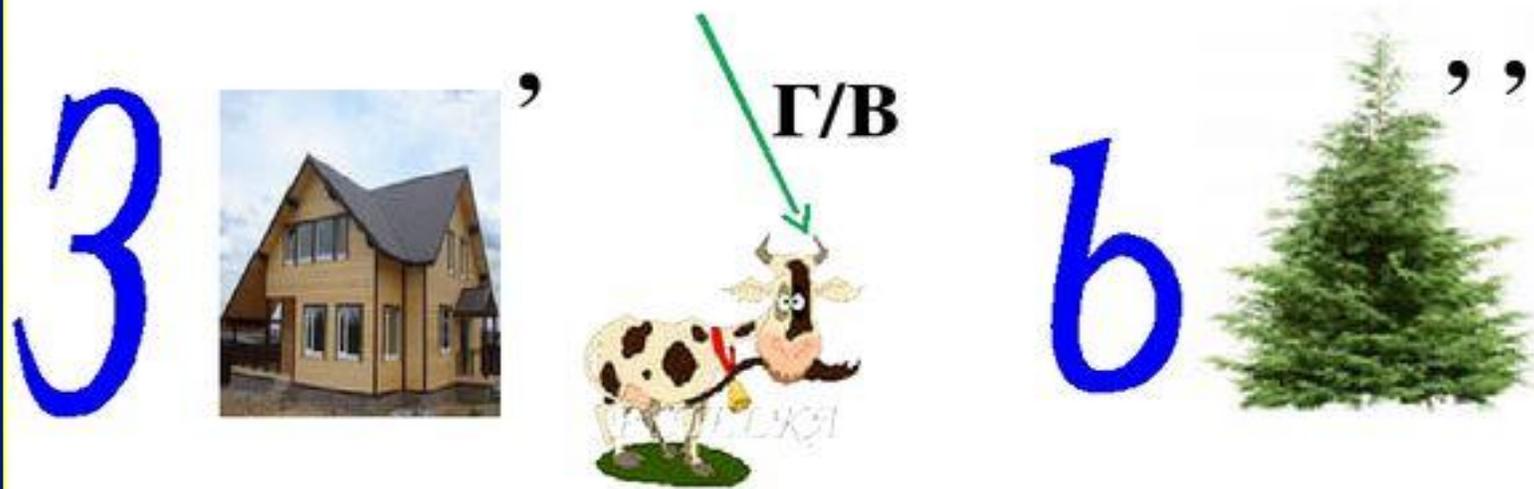
ЗАКАЛИВАНИЕ

ОТГАДАЙ РЕБУС



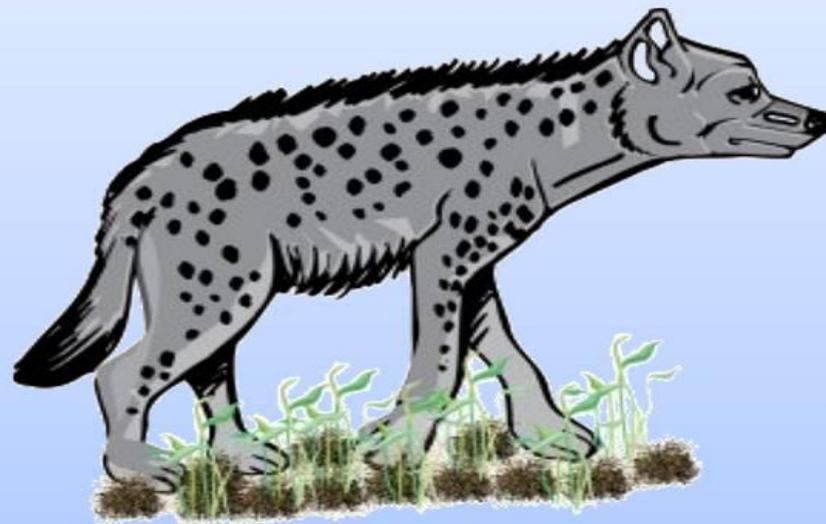
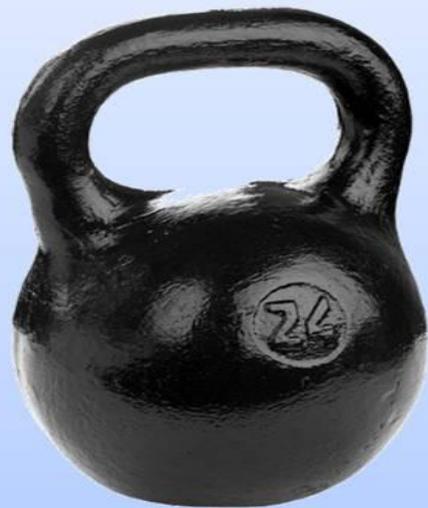
ВИТАМИНЫ

ОТГАДАЙ РЕБУС



ЗДОРОВЬЕ

ОТГАДАЙ РЕБУС



1 2

ГИГИЕНА

ОТГАДАЙ РЕБУС



РЕЖИМ

ОТГАДАЙ РЕБУС



ЗАРЯДКА

КОНКУРС АНАГРАММА

переставляя буквы, не прибавляя и не выбрасывая не одной так, чтобы получилось новое слово.

ДКАЗАРЯ – ЗАРЯДКА

ЛКАЗАКА – ЗАКАЛИВАНИЕ

ЕНГИАГИ – ГИГИЕНА

ЛКАПРОГУ – ПРОГУЛКА

ЖЕИМР- РЕЖИМ

ВИТАМИННЫЙ КРОССВОРД

найди название овощей, фруктов и ягод. Найдите как можно больше ягод, фруктов и овощей полезных для здорового питания.

м	о	р	к	о	в	ь	ф	п	л	а	ч	к
в	с	в	а	г	р	у	ш	а	н	н	е	а
и	в	и	л	у	к	м	п	р	м	а	р	р
н	ё	ш	а	р	а	р	о	я	о	н	е	т
о	к	н	м	е	и	т	м	б	н	а	ш	о
г	л	я	ч	ц	с	м	м	л	м	с	н	ф
р	а	м	п	о	м	и	д	о	р	м	я	е
а	п	е	л	ь	с	и	н	к	м	т	м	л
д	к	а	п	у	с	т	а	о	п	ы	в	ь
м	а	н	г	о	м	м	в	в	е	к	в	в
д	ы	н	я	ы	в	ф	ы	а	р	в	ы	б
м	а	н	д	а	р	и	н	р	е	а	е	а
к	у	к	у	р	у	з	а	б	ц	в	е	н
ц	с	л	и	в	а	у	к	у	е	н	г	а
г	р	а	н	а	т	у	к	з	е	н	г	н
к	л	у	б	н	и	к	а	п	и	т	п	р

КОНКУРС ПОСЛОВИЦЫ

ВСПОМНИ ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ О ЗДОРОВЬЕ. Соедини начало и конец пословицы.

-
- здоровый человек - богатым быть
- чистым жить - дороже золота
- в здоровом теле - богатый человек
- здоровье - а здоровье смолоду
- болезнь человека - здоровый дух
- быстрого и ловкого - все добудешь
- береги платье снову - не красит
- здоровым будешь - болезни не догонят

ОТГАДАЙ ЗАГАДКИ

Чтобы не был хилым, вялым,
Не лежал под одеялом,
Не хворал и был в порядке,
Делай каждый день...

(Зарядку)

Болесть мне некогда друзья,
В футбол, хоккей играю я.
И я собою очень горд,
Что дарит мне здоровье...

(Спорт)

ОТГАДАЙ ЗАГАДКИ

Худая девчонка –
Жесткая чёлка,
Днём прохлаждается.
А по утрам да вечерам
Работать принимается:
Голову покроет,
Да стены помоеет.

(Зубная щётка)

В овощах и фруктах есть.
Детям нужно много есть.
Есть ещё таблетки
Вкусом как конфетки.
Принимают для здоровья
Их холодной порою.
Для Сашули и Полины
Что полезно? — ...

(Витамины)

ОТГАДАЙ ЗАГАДКИ

До чего ж приятно это!
Дождик теплый, подогретый.
На полу не видно луж,
Все ребята любят ...

(душ)

Зимой в воде холодной
Купаться не боюсь,
Я только здоровее, ребята,
Становлюсь.

(Закаливание)

ОТГАДАЙ ЗАГАДКИ

Чтоб большим спортсменом стать,
Нужно очень много знать.
И поможет здесь сноровка
И, конечно, ...

(Тренировка)

Можно радоваться птицам,
Можно просто веселиться,
Можно воздухом дышать
Вместе весело...

(Гулять)

ОТГАДАЙ ЗАГАДКИ

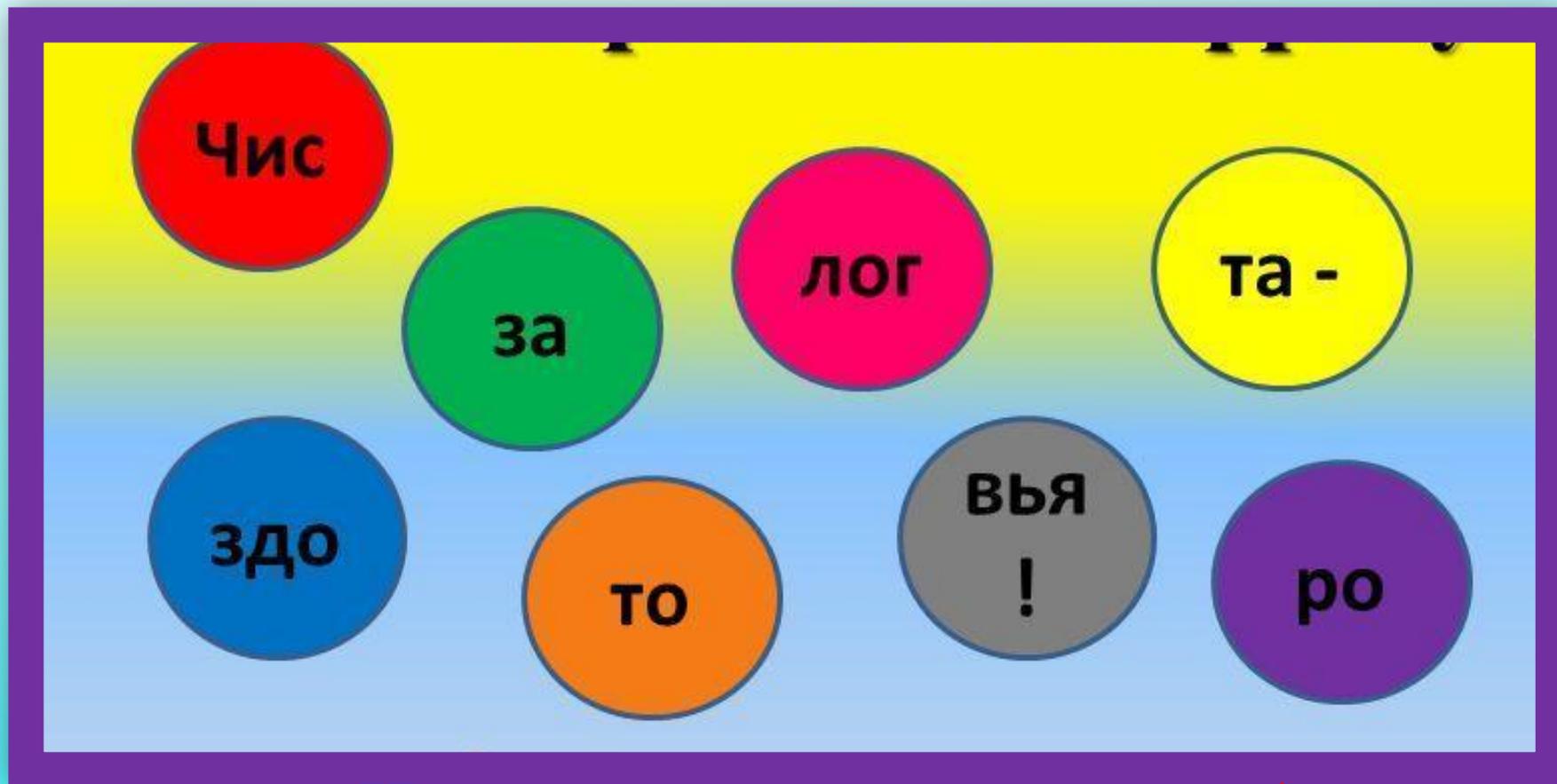
Горяча и холодна,
Я всегда тебе нужна.
Позовёшь меня – бегу,
От болезней берегу.

(Вода)

Я повсюду, где бываю,
Всё на свете успеваю,
Потому что у меня
Строгий...

(Распорядок дня)

ПРОЧИТАЙ ФРАЗУ



Чистота – залог здоровья!

Будьте здоровы!

