

**В здоровом теле –  
здоровый дух!**



# Станция Гигиена



# Прочтите зашифрованную телеграмму

□ Ключ: а-1, в-2, г-3,  
д-4, з-5, и-6, л-7,  
о-8, р-9, с-10, т-11, ч-  
12, ь-13, я-14.

# Чистота – залог здоровья



# Станция Режим дня



---

Режим — это установленный  
распорядок жизни человека,  
который включает в себя  
труд,  
питание, отдых и сон.

# СОЛНЦЕ



# ВОЗДУХ





# ВОДА

---



# Станция Спортивная



□ Отдых наш - физкультминутка,  
Занимай свои места.

Раз присели, два - привстали,  
Руки кверху все подняли.

Сели, встали, сели, встали  
Ванькой- встанькой словно  
стали

А потом пустились вскачь,  
Словно мой упругий мяч.

# Станция Здоровое



# Полезные и неполезные продукты



# Правила здорового образа ЖИЗНИ

---

**1) СОБЛЮДАТЬ ГИГИЕНУ**

**2) СОБЛЮДАТЬ РЕЖИМ ДНЯ**

**3) СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ И ВОДА –  
НАШИ ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ**

**4) ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ**

**5) ПРАВИЛЬНО ПИТАТЬСЯ**

Желаем всем  
крепкого здоровья!



# □ Список литературы и адреса сайтов

---

- 1. Журнал «Чем развлечь гостей» №1 2009, с.24, №5, 2007, с.13
- 2. Зашифрованная запись взята из разработки Кузичкиной Н.И.
- 3.  
[http://time-of-success.ucoz.ru/blog/stikhi\\_i\\_zagadki\\_pro\\_sport\\_detjam/2011-02-10-12](http://time-of-success.ucoz.ru/blog/stikhi_i_zagadki_pro_sport_detjam/2011-02-10-12) загадки про спорт
- 4. [zagadkazagadka.zagadka.yaxyzagadka.yaxy.zagadka.yaxy.ru](http://zagadkazagadka.zagadka.yaxyzagadka.yaxy.zagadka.yaxy.ru/zagadki_dlya_detei_do10_let.html) [zagadki dlya detei do10 let.html](http://zagadkazagadka.zagadka.yaxyzagadka.yaxy.zagadka.yaxy.ru/zagadki_dlya_detei_do10_let.html) загадки о предметах личной гигиены
- 5. <http://fiskult-ura.ucoz.ru/publ/17-1-0-68> загадки о спортивных предметах
- 6. <http://ejka.ru/blog/zagadki/419.html> загадки
- 7. <http://images.yandex.ru/> картинки
- 8. Фотографии из личного архива Макаровой Е.В. слайды 7, 8.

Макарова Елена Валерьевна  
Учитель начальных классов  
МКОУ «Частоозерская сош»  
Курганская область