

Здоровый образ жизни

Классный час (3-4 классы)

Планета «Чистюля»

1) Ускользает как живое,
Но не выпущу его я.
Дело ясное вполне:
Пусть отмоет руки мне!

2)Зубов много, а ничего не ест.

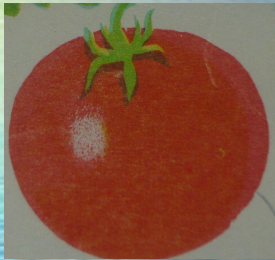
3)Я увидел свой портрет,
Отошел - портрета нет.

4)Резинка - Акулинка
Пошла гулять по спинке.
Пока она гуляла,
Спинка розовою стала

5)Башмаки твои намажу
И начищу им бока
Так, что не узнаешь даже
Два чумазных башмака.
Их беречь мне обещай.
Чем намажу? Угадай!

Планета «Витаминка»

• А



В



С



Планета « Потрудишься и отдохни»

Все ребята дружно встали
И на месте зашагали.
На носочках потянулись,
Как пружинки, мы присели
И тихонько разом сели.

Планета «Вредные привычки»

- **Курение** В табаке содержится много вредных веществ, а самое главное- никотин. Курильщики страдают тяжелыми заболеваниями. У детей задерживается рост, снижается зрение. Дети отстают в учебе.
- **Алкоголь** Он нарушает координацию, увеличивает агрессивность. Алкоголь вызывает привыкание, нарушает работу сердца, разрушает печень и нередко приводит к смерти.
- **Наркотики** - Вещества, к которым человек привыкает после нескольких раз применения и уже не может без них обойтись. Зависимость от наркотиков может толкнуть человека на преступление. А применение шприцев для введения наркотиков ведет к заражению опасной болезнью- СПИДом.

Планета «Пословицы о здоровье»

- Кто излишне полнеет, тот стареет.
- Двигайся больше, проживешь дольше.
- В здоровом теле - здоровый дух.
- Кто день начинает с зарядки, у того дела в порядке.
- Чистота- залог здоровья.

Планета «Полезные советы»

Приоткрыли тайну мы,
Как здоровым в жизни быть:
Кушать что, и чем лечится
И по жизни не грустить.
Посмотри вокруг: как мило
В небе солнышко проплыло,
Из земли растет цветок,
Слышен птичий голосок.
Утром ты, глаза открыв,
Поприветствуй этот мир,
Пожелай себе удачи-
Пускай вся жизнь везеньем будет.

«Здоровье – не все, но все без здоровья - ничто». (Сократ)



Спасибо за внимание!