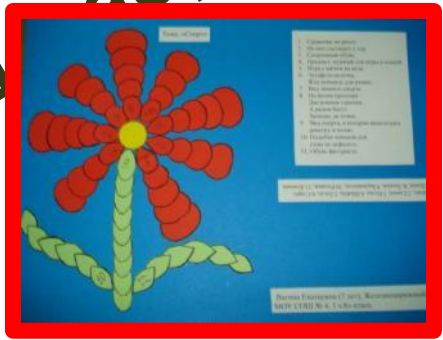
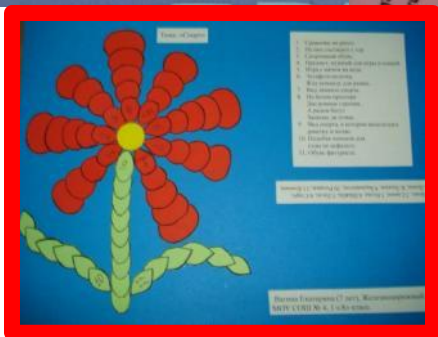




• Выставка кроссвордов учащихся школ района «Будь здоров!» в рамках фестиваля «Мы – за здоровый город!» 15 ноября – 15 декабря 2010 г.





**В конкурсе принимали участие учащиеся первой ступени образовательных учреждений совместно с родителями.**



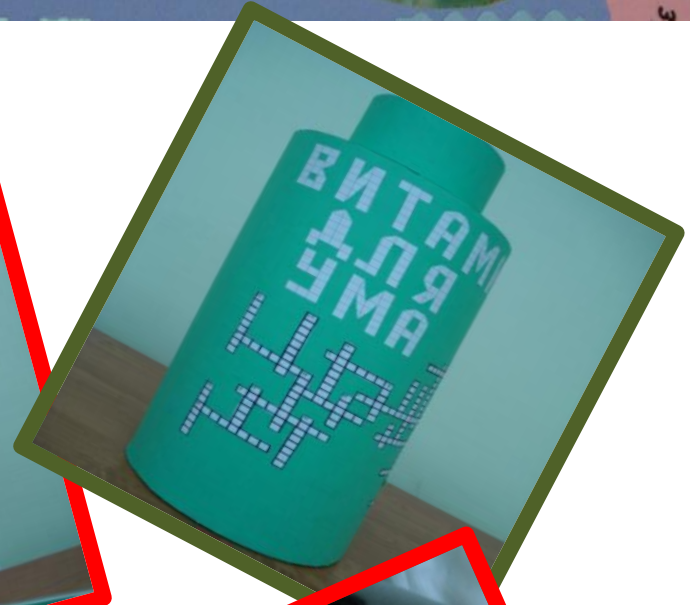
# Задачи конкурса:

Формирование  
мотивации к  
ведению  
здорового образа  
жизни,  
определение  
позиции  
ШКОЛЬНИКОВ

Осознание  
ответственности  
за состояние  
собственного  
здоровья

Развитие и  
стимулирование  
детского  
творчества





# Чтоб здоровым, сильным быть,

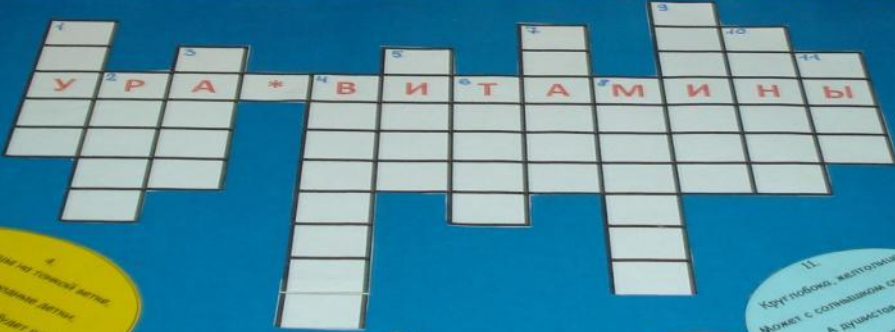
## Фрукты и овощи надо любить!

Тема: «Чтоб здоровым, сильным быть, овощи надо любить»  
 Смирнов Александр, 9 лет,  
 Железнодорожный район  
 Муниципальное образовательное учреждение  
 средняя общеобразовательная школа № 122,  
 1 «А» класс,  
 Смирнов Александр Николаевич

1. Этот фрукт на вкус кислый,  
 И наomatочку похож.

2. Круглый бок, желтый бок,  
 Сидит на грядке колобок,  
 Врос в землю крепко.  
 Что же это?

3. Словно лобочки на сборке  
 Твои листики в обертке,  
 А за складочкой – смотри,  
 Витаминчики внутри!  
 Каждая будет очень рада  
 Съесть зелененький.



5. Какой витаминчик  
 тебе поможет  
 бороться с  
 болезнями?

4. Комарики на тонкой ножке,  
 Над ними рыдают детки,  
 Гости невзлюбил. Вредит ради  
 Это слепящий.

4. Кто самый главный  
 витаминчик?

7. Далеко на юге где-то  
 Он растет: ананас и лимон,  
 Удивит соборно нас  
 Толстокожий.



8. За шаровый колокольчик,  
 Тонкий на тонкой ножке,  
 Не смейте брать сладости,  
 Не вредит, как сахар, сладости.

11. Круглый, желтый-белый,  
 Может с солнышком сравниться  
 А дружит с кашей.  
 Намочь сладкая толка,  
 Мой полюбивший отпаше  
 Коробчатый полта.

11. Какой витаминчик  
 тебе поможет  
 бороться с  
 болезнями?

9. Кто на тонкой ножке  
 Выросшая капуста,  
 Сочный на капусте,  
 Вот витаминчик.







По горизонтали.  
2. Лечит травы. 4. Так можно отдохнуть от шума и выхлопных газов. 6. Источник каротина. 10. Этот продукт богат кальцием.  
13. Выдыхание лечебных веществ. 14. Магазины - здоровья. 17. Нужен при шашерке. 18. Она бывает карнавальной и медицинской. 19. Источник витамина С при простуде. 20. Овощ от семи недугов. 22. Оно должно быть правильным и полезным. 23. Урок, который укрепляет здоровье. 24. Его пеломет отваривают трав. 26. Проверяет окулист.  
27. В жаркую погоду её нужно обязательно надеть.



# КРОССВОРД "ПУТЬ В СПОРТЛАНДИЮ"

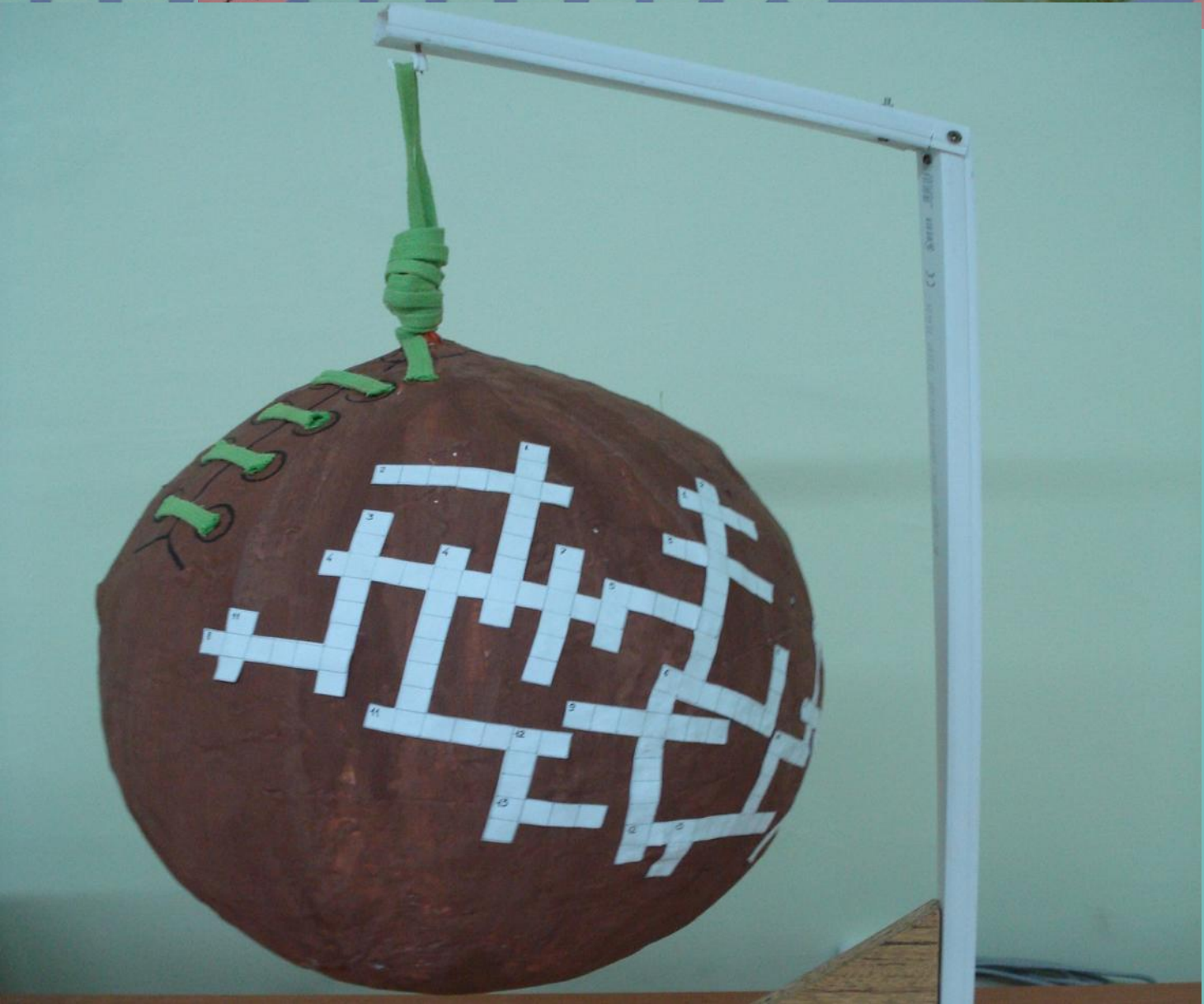
Ответь правильно на вопросы 12 и 22.  
Выбери направление.  
Ты сможешь посетить две страны.

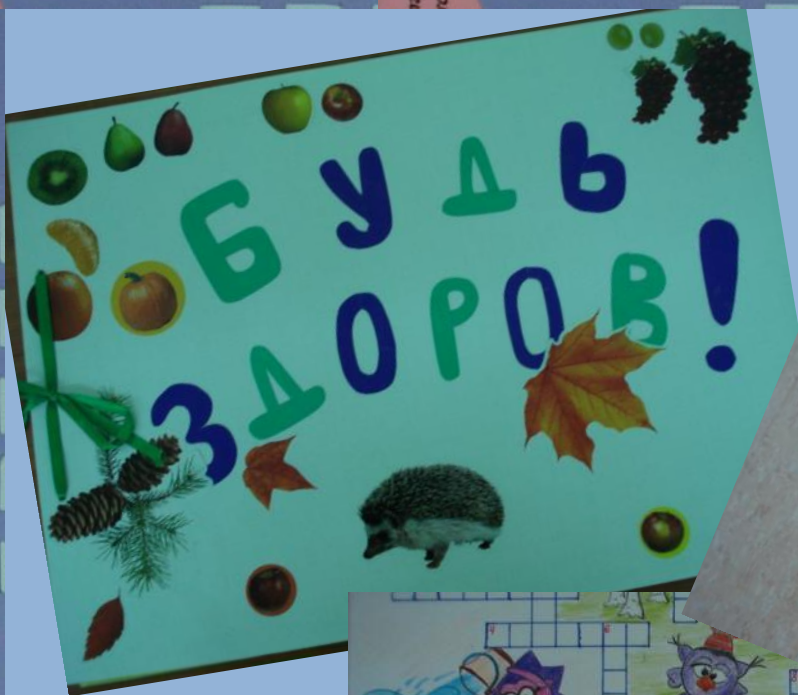
Где тебе больше понравилось?



Хлебов Александр  
ученик 3 А класса  
гимназия № 155  
кл.руководитель Л



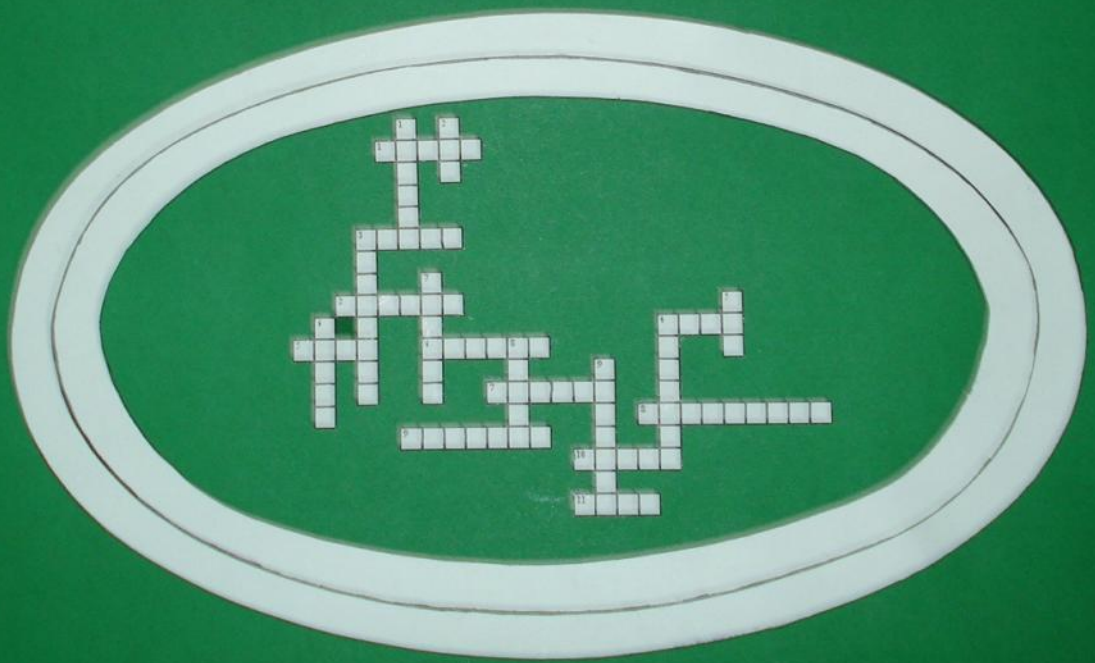




**По горизонтали:**

1. Полезные вещества, которые нам нужны, чтобы быть здоровыми.
2. Специальные занятия, от которых становимся сильным и выносливым.
3. Быстрота движения.
4. Последовательность гимнастических упражнений для укрепления здоровья.
5. Лечение средство от воланы.
6. Упражнение, сжимание для совершенствования навыков, умения.
7. Когда у тебя ничего не болит, и ты себя хорошо чувствуешь.
8. Быстрое передвижение.
9. Передвижение по поверхности воды.
10. Специальные лечебные занятия. Их проводят по точному плану.

Поверхности и др.  
 1. Дни недели и дни рождения.  
 2. Имя человека.  
 3. Место рождения.  
 4. Страна.  
 5. Город.  
 6. Страна.  
 7. Страна.  
 8. Страна.  
 9. Страна.  
 10. Страна.  
 11. Страна.  
 12. Страна.  
 13. Страна.  
 14. Страна.  
 15. Страна.  
 16. Страна.  
 17. Страна.  
 18. Страна.  
 19. Страна.  
 20. Страна.  
 21. Страна.  
 22. Страна.  
 23. Страна.  
 24. Страна.  
 25. Страна.  
 26. Страна.  
 27. Страна.  
 28. Страна.  
 29. Страна.  
 30. Страна.  
 31. Страна.  
 32. Страна.  
 33. Страна.  
 34. Страна.  
 35. Страна.  
 36. Страна.  
 37. Страна.  
 38. Страна.  
 39. Страна.  
 40. Страна.  
 41. Страна.  
 42. Страна.  
 43. Страна.  
 44. Страна.  
 45. Страна.  
 46. Страна.  
 47. Страна.  
 48. Страна.  
 49. Страна.  
 50. Страна.  
 51. Страна.  
 52. Страна.  
 53. Страна.  
 54. Страна.  
 55. Страна.  
 56. Страна.  
 57. Страна.  
 58. Страна.  
 59. Страна.  
 60. Страна.  
 61. Страна.  
 62. Страна.  
 63. Страна.  
 64. Страна.  
 65. Страна.  
 66. Страна.  
 67. Страна.  
 68. Страна.  
 69. Страна.  
 70. Страна.  
 71. Страна.  
 72. Страна.  
 73. Страна.  
 74. Страна.  
 75. Страна.  
 76. Страна.  
 77. Страна.  
 78. Страна.  
 79. Страна.  
 80. Страна.  
 81. Страна.  
 82. Страна.  
 83. Страна.  
 84. Страна.  
 85. Страна.  
 86. Страна.  
 87. Страна.  
 88. Страна.  
 89. Страна.  
 90. Страна.  
 91. Страна.  
 92. Страна.  
 93. Страна.  
 94. Страна.  
 95. Страна.  
 96. Страна.  
 97. Страна.  
 98. Страна.  
 99. Страна.  
 100. Страна.



Ответы:  
 1. Волна 2. Фруба 3. Старт 4. Сирь 5. Дитя 6. Кошка 7. Страна 8. Перс  
 9. Городок 10. Сид  
 11. Кошка 12. Шан

Поверхности:  
 1. Дни рождения и дни рождения.  
 2. Имя человека.  
 3. Место рождения.  
 4. Страна.  
 5. Город.  
 6. Страна.  
 7. Страна.  
 8. Страна.  
 9. Страна.  
 10. Страна.  
 11. Страна.  
 12. Страна.  
 13. Страна.  
 14. Страна.  
 15. Страна.  
 16. Страна.  
 17. Страна.  
 18. Страна.  
 19. Страна.  
 20. Страна.  
 21. Страна.  
 22. Страна.  
 23. Страна.  
 24. Страна.  
 25. Страна.  
 26. Страна.  
 27. Страна.  
 28. Страна.  
 29. Страна.  
 30. Страна.  
 31. Страна.  
 32. Страна.  
 33. Страна.  
 34. Страна.  
 35. Страна.  
 36. Страна.  
 37. Страна.  
 38. Страна.  
 39. Страна.  
 40. Страна.  
 41. Страна.  
 42. Страна.  
 43. Страна.  
 44. Страна.  
 45. Страна.  
 46. Страна.  
 47. Страна.  
 48. Страна.  
 49. Страна.  
 50. Страна.  
 51. Страна.  
 52. Страна.  
 53. Страна.  
 54. Страна.  
 55. Страна.  
 56. Страна.  
 57. Страна.  
 58. Страна.  
 59. Страна.  
 60. Страна.  
 61. Страна.  
 62. Страна.  
 63. Страна.  
 64. Страна.  
 65. Страна.  
 66. Страна.  
 67. Страна.  
 68. Страна.  
 69. Страна.  
 70. Страна.  
 71. Страна.  
 72. Страна.  
 73. Страна.  
 74. Страна.  
 75. Страна.  
 76. Страна.  
 77. Страна.  
 78. Страна.  
 79. Страна.  
 80. Страна.  
 81. Страна.  
 82. Страна.  
 83. Страна.  
 84. Страна.  
 85. Страна.  
 86. Страна.  
 87. Страна.  
 88. Страна.  
 89. Страна.  
 90. Страна.  
 91. Страна.  
 92. Страна.  
 93. Страна.  
 94. Страна.  
 95. Страна.  
 96. Страна.  
 97. Страна.  
 98. Страна.  
 99. Страна.  
 100. Страна.

Тема: «Спортивный»  
 Попова Елена, 7 лет,  
 Железнодорожный район  
 Муниципальное образовательное учреждение  
 средняя общеобразовательная школа № 122  
 2 «А» класс,  
 Попова Светлана Александровна

# ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ



СЛЕДИТЕ  
ЗА ОСАНКОЙ

- По порядку:
1. Перекаслый позвоночник.
  2. Выпило позвоночник.
  3. Не надо напрягаться, чтобы вылезти из кровати?
  4. Оно держит позвоночник.
  5. Обнажить волосы.
  6. Чтоб не мешать таблеткам, пейте ... ..
  7. Часто он возникает на позвоночнике.
  8. Где как вылезает позвоночник?
  9. Стоит скандал изобрести?
  10. Поднимайте его ... ..
  11. С детства люди все творят: Невозможное - свероятся!
  12. Вылезает, который разгулял на улице.
  13. Утром вылезает детям, что для вылезает, что ... ..



ОДЕВАЙТЕСЬ  
ПО ПОГОДЕ



МОЙТЕ РУКИ  
ПЕРЕД ЕДОЙ



БОЛЬНЫЕ БОЛЕЗНИ  
ПЕРИЖИВАЙТЕСЬ  
СЕРДЦА



ДЕЛАЙТЕ ЗАРЯДКУ  
КАЖДЫЙ  
ДЕНЬ



ВРЕДНО ДОЛГО ИГРАТЬ  
НА КОМПЬЮТЕРЕ  
И СМОТРЕТЬ  
ТЕЛЕВИЗОР



БОЛЬШЕ  
ГУЛЯЙТЕ  
И ЗАНИМАЙТЕСЬ  
СПОРТОМ



СОВБЛЮДАЙТЕ  
РЕЖИМ ДНЯ

Кроссворд:

По горизонтали:

1. Перекаслый позвоночник.
2. Выпило позвоночник.
3. Не надо напрягаться, чтобы вылезти из кровати?
4. Оно держит позвоночник.
5. Обнажить волосы.
6. Чтоб не мешать таблеткам, пейте ... ..
7. Часто он возникает на позвоночнике.
8. Где как вылезает позвоночник?
9. Стоит скандал изобрести?
10. Поднимайте его ... ..
11. С детства люди все творят: Невозможное - свероятся!
12. Вылезает, который разгулял на улице.
13. Утром вылезает детям, что для вылезает, что ... ..

- По вертикали:
1. Чтобы было весело и интересно, делай уроки ... ..
  2. Избавиться от вылезания. Много раз ... ..
  3. Смысла ... .. и вода - такое лучшее средство!
  4. Когда уши и глаза и нос?
  5. Минеральная вода ... ..
  6. Чтобы избежать боли, делай, когда вылезает ... ..
  7. Чтоб избежать ... ..
  8. Прочитай свою ... ..
  9. Когда все тело ... ..
  10. Делай ... ..
  11. Мы ... .. и ... ..
  12. Если ... ..
  13. В ... .. и ... ..
  14. ... ..
  15. ... ..
  16. ... ..
  17. ... ..
  18. ... ..
  19. ... ..
  20. ... ..

# СПОРТ КРУГЛЫЙ ГОД

Занимайся волейболом,  
Греблей, плаванием, футболом,  
Змеев быстрых запуская,  
На коньках зимой гоняй.

Едешь на велосипеде  
И всегда стремишься к победе.  
Сильным будь, на радость всем,  
Славный маленький спортсмен.



1. Когда вода вокруг тает  
И речушки бегут веселы,  
И прыжки делают легко,  
А вода всегда весела.

1 С  
2 П  
3 О  
4 Р  
5 Т

2. "Минус по поводу денюжки"  
Так любя поговори.

3. У воды два качества  
И садно на рывке.  
Для плавания есть выходы,  
Кругом их качества.

4. Успехи свои по достоинству  
Нельзя считать.

5. Сильными и смелыми зовут  
Прыгающих и ныряющих.  
Разбегаются они в воду,  
Над водой прыжки делают.  
Улыбаются им и родители,  
Словах приятных, Мамочка моя,  
Счастливыми, ах как приятно,  
Поздравляю я.

6. Девочки стали на коньки,  
Прыжки делают через дуги.  
И коньки, и саблиту олимпийской,  
Ах, как интересно.

7. Девочки шагают легко,  
Радуют своих родителей,  
Ты же ты же за маму,  
Маму благодарить забудь?

8. Не все интересно,  
И даже скучно бывает,  
Чтобы год забыть,  
Нужно хорошие дела сделать!



11. На лыжах можно далеко  
Идти, если только ты хочешь,  
Путь для тебя у нас есть,  
Мы подготовили, мы готовы.



12. Минус денюжки на коньки,  
Прыжки, на лыжах.

13. Удачи и успеха.

14. Так ребята и поспорили.

16. Не только на велосипеде можно  
Быть счастливым, веселым.

6 К  
7 Р  
8 У  
9 Г  
10 Л  
11 Ы  
12 Й  
\*  
13 Г  
14 О  
15 Д

9. Громко музыка звучит,  
Как на крыльях по летит,  
Лед и ледяной, и искристый,  
На коньках.

10. Под музыку у меня  
Дружелюбные друзья  
И на лыжах, есть у меня  
Путь для спорта, в радость.



Составитель: Елена Мухоморова  
Иллюстрации: Елена Мухоморова  
Дизайн: Елена Мухоморова  
Издательство: «Издательство «Современник»  
Москва, ул. Мухоморова, д. 15  
Тел: 8 (495) 123-4567  
E-mail: info@modernnik.ru



По вертикали: 9. Превратятся скоро в кисти  
неподстриженные ● ● ●.

10. Органические вещества, необходимые организму  
для нормального роста и развития

12. Как только утром я проснусь,  
Присяду, встану и нагнусь -  
Все упражненья по порядку!  
Поможет вырасти ● ● ●.

13. Ускользает, как живое,  
Но не выпущу его  
Белой пеной пенится,  
Руки мыть не ленится.

14. Эффективный способ  
влиянием сильному воздействию

15. Состояние возникнет  
всем вокруг. Вы так привыкли,  
Как любят на Вас,  
Отвести не могут слез!

16. Если ● ● ●, прыжки,  
Всем вокруг. Вы так привыкли,  
Как любят на Вас,  
Отвести не могут слез!

17. Помни твердо, что ● ● ●,  
людям всем, необходим

18. Бой, обьявляю сыграть,  
От нее бывает риск.

19. Болельцы, вы должны

Абелев Сергей 2-А класс  
МОУ СОШ №4  
Железнодорожный район  
Мама Проклара и Татяна  
Наталья







13. Есть лужайка в нашей школе.  
А на ней козлы и юны.  
Кувыркаемся мы тут  
Ровно сорок пять минут.

14. Полезные, сочные,  
Сладкие все!  
Нравятся .....  
Всей детворе!



12. Два колеса и две педали,  
.....! Да, угадали!  
Бери его, скорее в путь  
Поверь, в дороге не зас...

11. Чтобы быть весной красивой  
Пей побольше вит.....в!



9. Деревянных два коня  
Вниз с горы несут меня.  
А для ускоренья бега  
Палками касаюсь снега.

10. Занимаясь этим водным  
Видом спорта, укрепить  
Все группы мышц.



Если весел ты и бодр,  
Выполни мой план за год!  
Будь смелее! Меньше слов!  
Больше дел и ты  
З.....в!

- 1. Процедура укрепляющая  
твое здоровье.
- 2. То, что нужно делать  
каждое утро.
- 3. Кладезь витаминов.

5. Напиток укрепляющий  
твои зубы и кости.

6. Как пришла зима, беги,  
доставай свои ...!

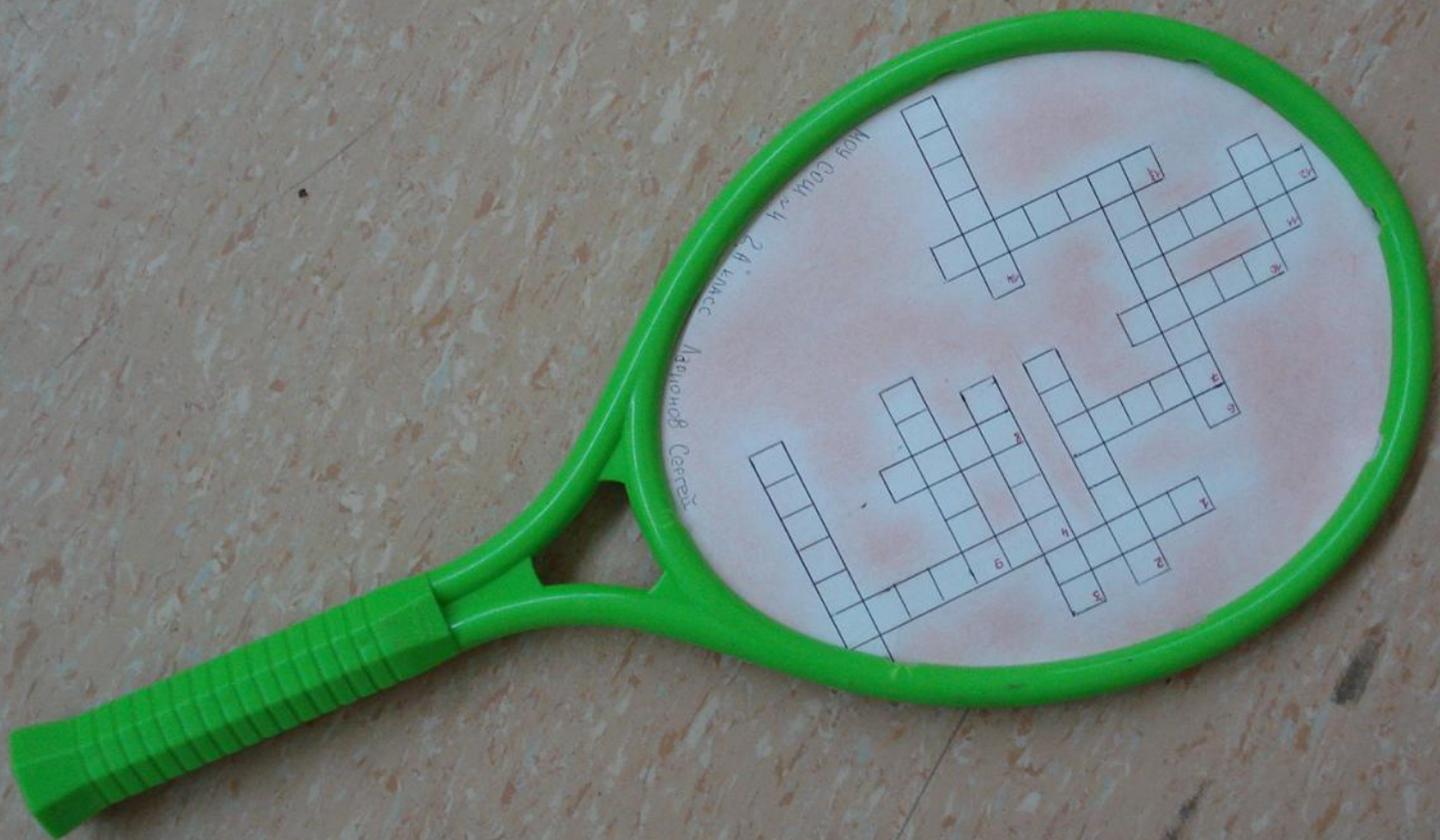
7. Сидеть устанешь,  
рот тогда,  
спасет подвижная .....

4. То, что нужно  
соволадать  
каждый день.

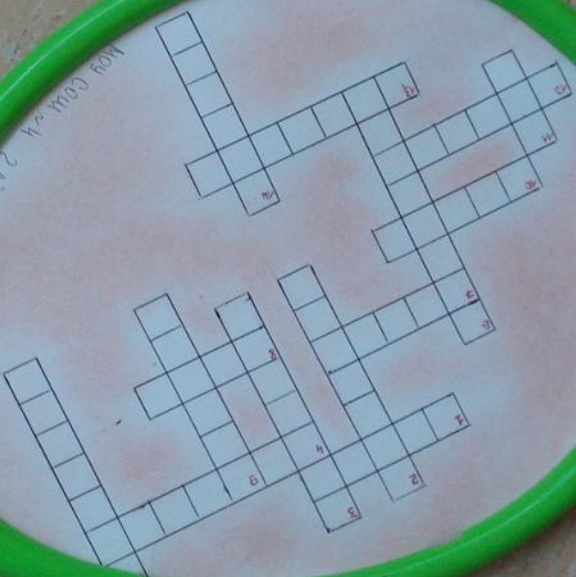
8. В любую погоду,  
после выполнения  
домашнего задания,  
обязательна .....

Тема: Жизнь здорово!  
Тема: Азбука Кросс. 8 лет,  
Железнодорожный район  
Муниципальное образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 122,  
2-ый класс,  
Топкирова Алла Александровна





Моя семья  
2А класс  
Ларионов Сергей



Тема: «Спорт»



1. Сражение на ринге.
2. На них съезжают с гор.
3. Спортивная обувь.
4. Предмет, нужный для игры в хоккей.
5. Игра с мячом на воде.
6. Эстафета пелелга, Жду команду для рывка.
7. Вид зимнего спорта.
8. На белом просторе  
Две ровные строчки,  
А рядом бегут  
Запятые да точки.
9. Вид спорта, в котором используют ракетку и волан.
10. Подобие коньков для езды по асфальту.
11. Обувь фигуриста.

Бокс, 2. Санки, 3. Келья, 4. Шайба, 5. Ледо, 6. Старт, Лыжи, 8. Лыжня, 9. Ватминтон, 10. Розлики, 11. Коньки.

Вагина Екатерина (7 лет), Железнодорожный  
МОУ СОШ № 4, 1 «А» класс.



6

6

6

Счастливы до  
за и удачи

Счастливы до  
за и удачи

С Д

Счастливы до  
за и удачи

Счастливы до  
за и удачи

Счастливы до  
за и удачи

Счастливы до  
за и удачи

6

6

С Д

Счастливы до  
за и удачи

С Д

Счастливы до  
за и удачи

# Депрезуме Здоровье с сентября!!!

Депрезуме здоровье  
с сентября  
Депрезуме здоровье  
с сентября  
Депрезуме здоровье  
с сентября  
Депрезуме здоровье  
с сентября



ЖИЗНЬ ДО  
И УМНОЖЕ

ЖИЗНЬ ДО  
И УМНОЖЕ

ЖИЗНЬ ДО  
И УМНОЖЕ

ЖИЗНЬ ДО  
И УМНОЖЕ

ЖИЗНЬ ДО  
И УМНОЖЕ

ЖИЗНЬ ДО  
И УМНОЖЕ

ЖИЗНЬ ДО  
И УМНОЖЕ

ЖИЗНЬ ДО  
И УМНОЖЕ







1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25

Ф И З К У Л Ь Т У Р А

У А Л К У А

21 М О Т О Р Ы И Р 12 К Е Д Ы

Б Я Б Н Е

О Д К Ц Т Р У С 13

22 Г О Л К А К

К





**По горизонтали:**

- 6. Плод южного дерева, один из самых ранних фруктов.
- 7. Тропический зеленовато-коричневый плод.
- 10. "Белый налив", "Мельба", "Янтарная" — ?
- 11. Плод пальмы с продолговатой косточкой.
- 12. Тропический плод вечнозеленого дерева.

**По вертикали:**

- 1. Бахчевая культура.
- 2. Из плодов этого южного дерева варят знаменитое варенье.
- 3. Плод южного дерева семейства миртовых, зеленого цвета с запахом земляники и ананаса.
- 4. Южное дерево с крупным плодом, похожим на абрикосы.
- 5. Цитрусовое растение, плод которого любимыми мамочки прикрепляют.
- 8. Большой, крепкий, как орех, плод пальмы.
- 9. Плод плодово-ягодного кустарника темно-красного цвета с удлиненной косточкой.

# «СПОРТИВНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»



«СПОРТИВНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»  
 Денисов Ян  
 9 лет  
 Железнодорожный район  
 МОУ Гимназия, 104 3"Б" класс  
 "Классическая гимназия"  
 Денисова Оксана Александровна



# Для зубов выбираем лучшее



## Здоровый образ жизни - это просто:

- соблюдай правила гигиены,
- правильно питайся,
- будь физически и интеллектуально активным,
- регулярно посещай докторов,
- улыбайся!



Конкурс кроссвордов «Будь здоров»  
 «Зубок - малыш»  
 Давыдова Анна, 8 лет  
 Железнодорожный район  
 МОУ Гимназия № 104 «Классическая гимназия»  
 2 «А» класс  
 Давыдова Екатерина Сергеевна

**Как правильно чистить зубы?**  
 Чистите зубы 2 раза в день, после еды не менее 3-3,5 минут, язык - по 10 секунд.  
 В уходе за полостью рта есть один важный вопрос: как повысить гигиену полости рта и...



- Чистите зубы два раза в день - после завтрака и перед сном. И это не случайно! Представьте себе, что произойдет, если утром сначала почистить зубы, а уже потом позавтракать. Задержавшаяся в полости рта еда вместе с микробами минимумо вызовет кариес и воспаление десен. А уж вечером - тем более. Когда зубы целый день подвергались микробной атаке, подпитываемой обедом, ужином и разными вкусностями, им, зубам, необходима качественная чистка. Кроме того, наиболее интенсивно формирование зубного налета происходит после еды и ночью, когда замедляется образование слюны и ослабевает естественная защита организма.
- Используйте ополаскиватель для полости рта в течение дня после еды.
- Используйте зубную пасту и щетку, рекомендованную Вашим стоматологом.
- Меняйте зубную щетку каждые 3 месяца.
- Очищайте межзубные промежутки зубной нитью не реже одного раза в день.
- Соблюдайте режим правильного питания.
- Регулярно проходите осмотры полости рта у стоматолога.

**ЧИСТИМ ПРАВИЛЬНО!**

1. Начиная с жевательной поверхности, расположите щетку перпендикулярно. Держим ее, слегка согнув, очистите зубы на протяжении 10-15 секунд нижней челюсти.
2. Выдвинув щетку вперед, аналогично очистите верхнюю челюсть. Затем поверните щетку вверх - зубы верхней челюсти.
3. Внутренние поверхности зубов чистите так же, как и внешние. Для усиления эффекта используйте зубную нить не реже. Чистите не только щетку вертикально, а также горизонтально.



- ПРАВИЛА :**
1. Гигиена полости рта - тщательная чистка зубов, язык и десны 2 раза в день утром и вечером - не менее 3 мин. После каждого приема пищи - полощи рот чистой водой.
  2. Меньше сахара!
  3. Ешь правильные и здоровые продукты.
  4. 2 раза в год посещай стоматолога.

КРОССВОРД

БЫ ДОВ

ЗООПАРК!



A photograph of a forest at sunrise. The scene is filled with mist and soft, golden light from the sun on the left. In the foreground, a large, dark pine tree with dense needles is prominent. The background shows a dense forest of tall, thin trees, their trunks partially obscured by the mist. The overall atmosphere is serene and peaceful.

**Будем здоровы!**

Муниципальное учреждение  
«ИМЦ Железнодорожного района г. Екатеринбурга»  
2010