



**«В поисках стран  
здоровья»**

**игра-путешествие**



Скажем "Здравствуй" руками!  
Скажем "Здравствуй" глазами!  
Скажем "Здравствуй" мы ртом

-  
Засияло солнце с нами.

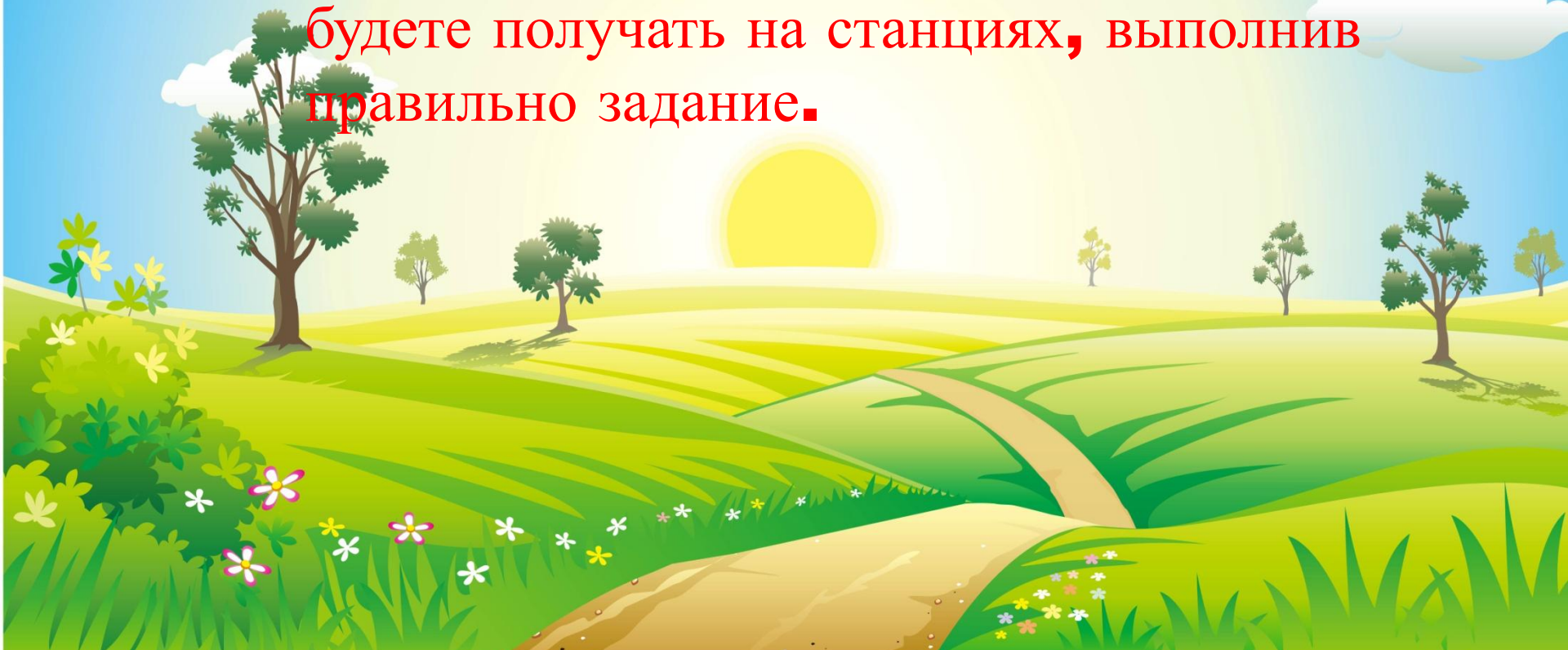



# Пословицы о ЗОЖ

1. Чистота – залог.....(здоровья).
2. Здоровье в порядке – спасибо.(зарядке).
3. Если хочешь быть здоров - ...(закаляйся).
4. В здоровом теле – здоровый .....(дух).
5. Чистота – лучшая .....(красота).
6. Кто аккуратен, тот людям .....(приятен).
7. Солнце, воздух и вода наши .....(друзья).  
верные ...

Здоровье –это главная ценность  
человеческой жизни, источник радости и  
хорошего настроения.

В ходе нашей игры – путешествия в  
страну здоровья. Вам необходимо будет  
собрать цветок из лепестков, которые вы  
будете получать на станциях, выполнив  
правильно задание.





# Станция №1. Загадки



# Станция №2. Режим дня.

# Станция №3. Гигиена.





**Станция №4.**  
**Спорт.**



# Станция № 5. Правильное питание



**Анастасия Болюбаш**

**О здоровье**

Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья  
Должен быть режим у дня.  
Следует, ребята, знать  
Нужно всем подольше спать.  
Ну а утром не лениться  
— На зарядку становиться!  
Чистить зубы, умываться,  
И почаще улыбаться,  
Закаляться, и тогда  
Не страшна тебе хандра.  
У здоровья есть враги,  
С ними дружбы не води!  
Среди них тихоня лень,  
С ней борись ты каждый день.  
Чтобы ни один микроб  
Не попал случайно в рот,  
Руки мыть перед едой  
Нужно мылом и водой.  
Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты