

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение – средняя общеобразовательная школа №9 имени
Герасименко Е.И.хутора Гречаная Балка**

**Учитель начальных классов -Кисляк Татьяна Алексеевна
Внеклассное мероприятие для 1 класса**

**ЕСЛИ ХОЧЕШЬ
БЫТЬ ЗДОРОВ!**



Закаливание и спорт- путь к здоровью



Если хочешь быть
здоровым —



Почему вы хотите быть здоровыми?



Чтоб здоровым быть сполна
Физкультура всем нужна.
Чтоб успешно развиваться,
Нужно спортом заниматься.
Нам полезно без сомнения
Все, что связано с движеньем



Режим дня

- - это определённый ритм жизни, когда чередуются различные виды вашей деятельности:
- учёба;
- отдых;
- труд;
- питание;
- сон.

Питание

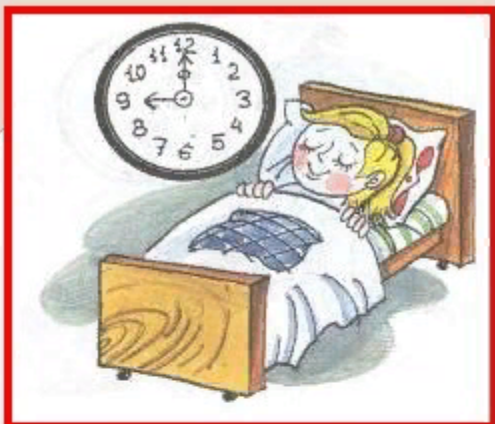
**Запятая
по
интересам**

Сон

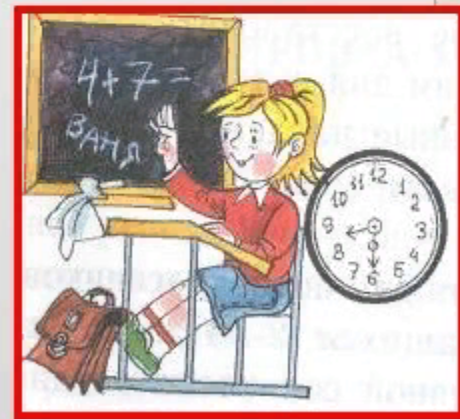
**Режим
дня
школьника**

Учёба

**Двигательная
активность**



РЕЖИМ ДНЯ



А КТО ЭТО К НАМ ПОЖАЛОВАЛ?



Правила питания



Какие же они – каши?



Пшеничная



Манная



Гречневая



Рисовая



Овсяная



Пшенная



Перловая



Кукурузная



Гороховая

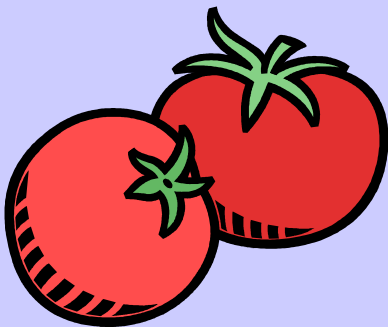
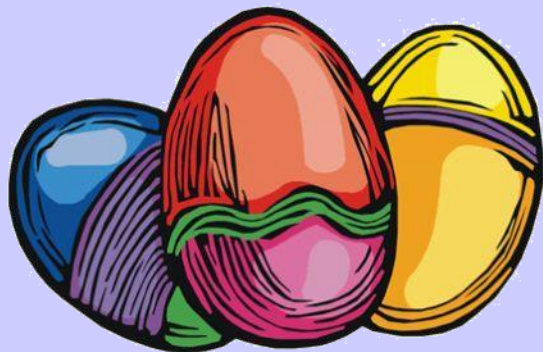
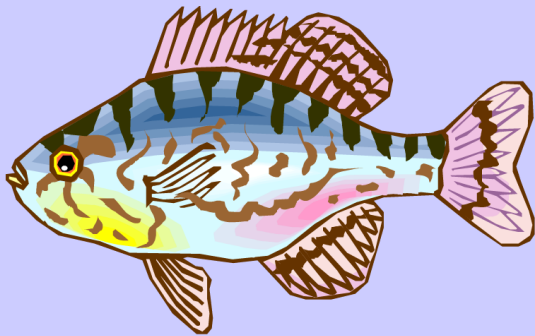
Чтоб не случиться нежданной беде,
Нужно питаться в назначенный час
В день понемногу, но несколько раз.
Этот закон соблюдайте всегда,
И станет полезною ваша еда!



ФИЗМИНУТКА



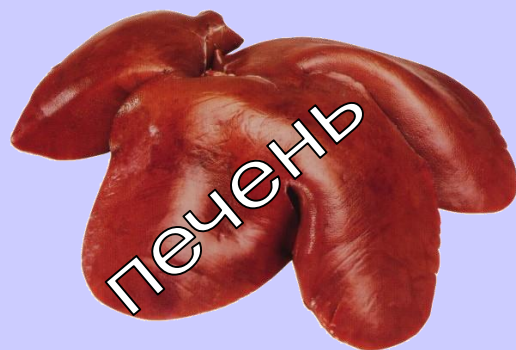
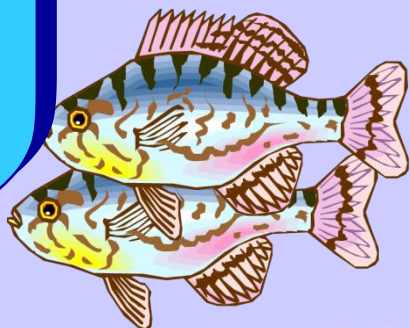
A



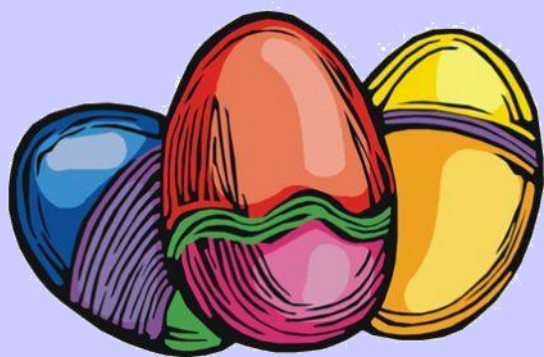
e



О



Е



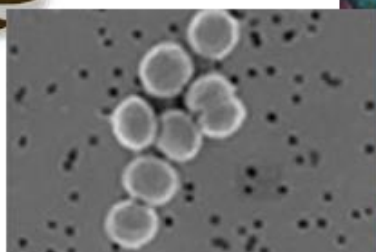
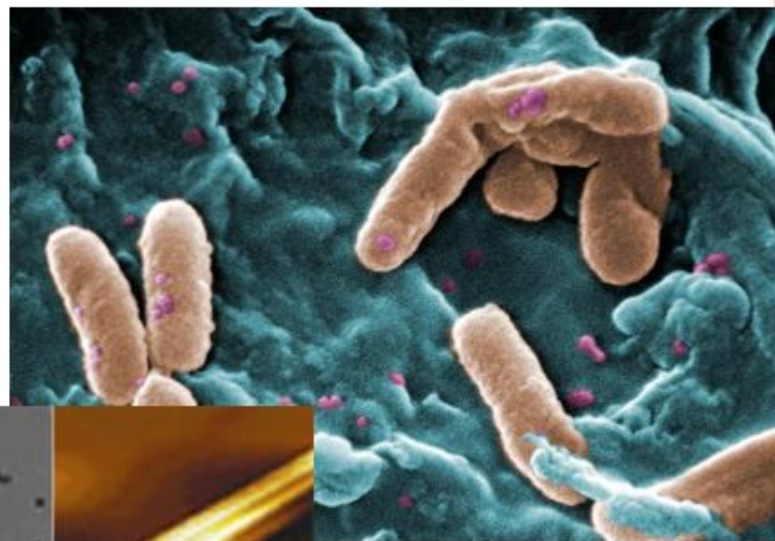
B



Эти предметы нам необходимы или нет?



Микробы





Знайте, лучше пици нет

Для зубов для ваших:

Фрукты, овощи, омлет,

Творог, простокваша.



Маме говорила Люба:
«я не буду чистить зубы»
и теперь у нашей Любы
дырка в каждом, каждом зубе.

Блеск зубам чтобы придать,
Нужно крем сапожный взять.
Выдавить полтюбика
И почистить зубики.



Навсегда запомните,
Милые друзья:
Не почистив зубы
Спать идти нельзя!

Зубы вы почистили
И идите спать,
Захватите булочку
Сладкую в кровать



Скажет вам любой ребёнок
Зубы береги с пелёнок!
Чтобы зубы укреплять
Полезно гвозди пожевать!

Есть зубная паста в доме
Иль зубной порошок
Каждый знает- для здоровья
Это очень хорошо!





**БУДЬТЕ
ЗДОРОВЫ !!!**