

"Здоровье не купишь – его разум дарит"



Автор:
Соболева Светлана Васильевна,
учитель физической культуры
МБУ «Школа № 93» г.о. Тольятти

Цель:

формирование
психологической
установки:

„Здоровье не купишь —
его разум дарит”









Задачи:

- выявить, насколько хорошо учащиеся владеют информацией о том, что такое здоровье, здоровый образ жизни
- способствовать формированию навыков здорового образа жизни у учащихся

игра – викторина



1. Его не купишь ни за какие деньги 
2. Что милей всего на свете? 
3. Массовое заболевание людей 
4. Рациональное распределение времени 
5. Тренировка организма холодом 
6. Жидкость, переносящая в организме кислород 

7. Наука о чистоте



8. Мельчайший организм,
переносящий инфекцию



9. Этот русский полководец в
детстве был очень слабым ребёнком, но он прекрасно
закалил себя. Лучшим способом закаливания он считал
русскую баню. Там он выдерживал ужасный жар на
полке, после чего на него выливали 10 вёдер холодной
воды



10. Решающая характеристика внешности для
баскетболиста



11. Ледовая площадка



12. Она является залогом

здоровья



13. Хоккей - шайба, футбол –

мяч, бадминтон -...



14. Лучшая тяжесть для любителей утренней

зарядки



15. Спортивный переходящий приз



16. Что стремится установить спортсмен?



Конкурс II

м	о	р	к	о	в	ь	ф	п	л	а	ч	к
в	с	в	а	г	р	у	ш	а	и	н	е	а
и	в	и	л	у	к	м	п	р	м	а	р	р
н	ё	ш	а	р	а	р	о	я	о	н	е	т
о	к	н	м	е	и	т	м	б	н	а	ш	о
г	л	я	ч	ц	с	м	м	л	м	с	н	ф
р	а	м	п	о	м	и	д	о	р	м	я	е
а	п	е	л	ь	с	и	н	к	м	т	м	л
д	к	а	п	у	с	т	а	о	п	ы	в	ь
м	а	н	г	о	м	м	в	в	е	к	в	в
д	ы	н	я	ы	в	ф	ы	а	р	в	ы	б
м	а	н	д	а	р	и	н	р	е	а	е	а
к	у	к	у	р	у	з	а	б	ц	в	е	н
ц	с	л	и	в	а	у	к	у	е	н	г	а
г	р	а	н	а	т	у	к	з	е	н	г	н
к	л	у	б	н	и	к	а	п	и	т	п	р



Конкурс III

походка спортсмена



1. Изобразить походку штангиста
2. Изобразить походку велосипедиста
3. Изобразить походку гимнаста
4. Изобразить походку футболиста

Конкурс IV

Перед каждой командой
лежит лист бумаги.

За три минуты вам нужно написать названия спортивных снарядов, всех, что знаете и при помощи которых можно заниматься спортом, а значит, следить за своим здоровьем. Начали! Какая команда напишет больше, та и победила.



Конкурс V



«Здоровье не купишь»

Под таким девизом мы проведем наш блицтурнир. За правильный ответ - один балл. Быстро поднимайте руку.

1. Весной растет, летом цветет.

Осенью осыпается,

зимой отсыпается.

А цветок - на медок.

Лечит от гриппа, кашля и хрипа.



2. Он шипы свои выставил колкие,
Шипы у него, как иголки.
Но мы не шипы у него соберем, -
Полезных плодов для аптеки
нарвем.



3. Есть корень кривой и рогатый,
Целебною силой богатый,
И может два века он ждать человека
В чащобе лесной, под кедровой сосной.



4. Растет она вокруг
Она и враг и друг.
Как иглы - волоски,
Покрыли все листки.
Сломи хоть волосок -
И капнет едкий сок -
На кожу - хоть ори!
О-о-ой, волдыри!
Но если дружишь с ней,
Ты многих здоровей:
В ней витаминов - клад,
Весной ее едят.



5. Почему я от дороги
Далеко не отхожу?
Если ты поранил ноги,
Я им помощь окажу.
Приложу ладошку к ране, -
Боль утихнет и опять
Будут ноги по дороге
В ногу с солнышком шагать.



6. Травка та растет на склонах
И на холмиках зеленых,
Запах крепок и душист,
А ее зеленый лист
Нам идет на чай.
Что за травка? Отгадай.



Своё здоровье

- Если Вы не болели в течение всего учебного года – у Вас самый высокий уровень здоровья **(красный жетон)**
- Если заболевание возникло во время эпидемии - средний уровень здоровья **(зеленый жетон)**
- Если Вы болеете во время обычных учебных нагрузок - уровень здоровья самый низкий **(синий жетон)**



**Спасибо за
внимание!**



**Будьте
ЗДОРОВЫ!!!**