



Загадки про ЗОЖ

Здоровый образ жизни не становится нормой в жизни ребёнка сам по себе. Он является плодом титанических усилий, направленных на развитие мотивации и формирование ответственного отношения ребёнка к своему организму. Впрочем, воспитание никогда не считалось элементарным занятием. Но если перенести основные моменты в разряд игры, можно добиться гораздо лучших результатов. Вспомните полезные загадки о здоровом образе жизни, расскажите их ребёнку, а лучше слепите в песке ответы к загадкам, и может быть, он сам потянется к новым знаниям!

Загадки для детей про полезные продукты.

Очень яркая девица
Летом прячется в темнице.
Любят зайчики и детки
В свежем виде и в котлетках.
Эта рыжая плутовка
Называется. . . **(морковка).**

Говорят, на вкус и цвет
Никаких подружек нет.
Но она для всех мила,
И полезна, и вкусна.
К сентябрю земля намокла -
Мы выкапываем . . . **(свёклу).**

Я - и свежий, и солёный,
Весь пупырчатый, зелёный.
Не забудь меня, дружок,
Запасай здоровье впрок. **(огурец).**

Жёлтый цитрусовый плод
В странах солнечных растёт.
Витаминов кладёшь он,
А зовут его. . . **(лимон).**

Круглобока, желтолица,
Может с солнышком сравниться.
А полезная какая,
Мякоть сладкая такая!
Мы поклонники отныне
Королевы поля. . . **(дыни).**

Одну меня не едят, а без меня мало съедят. **(Соль.)**

Личная гигиена - основа профилактики болезней

1. Он -холодный, он - приятный,
С ним дружу давно, ребята,
Он водой польёт меня,
Вырасту здоровым я! **(душ).**
2. Знаю, есть на свете чудо,
Есть такое волшебство:
Поднесёшь под кран с водою –
Вмиг смывает грязь оно! **(мыло).**
3. Есть ещё у нас друзья,
Позабыть о них нельзя.
Чтоб красиво улыбаться,
Чаще надо нам встречаться!
(зубная щётка и паста).
4. Разгрызёшь стальные трубы,
Если будешь чистить... **(зубы).**
5. Горяча и холодна,
Я всегда тебе нужна.
Позовёшь меня - бегу,
От болезней берегу. **(вода).**
6. Зубов много, а ничего не ест. **(Расческа.)**
7. У нее с утра дела:
Чистит зубы добела. **(Зубная щетка.)**
8. Светленько, чистенько,
Посмотреть любенько. **(Зеркало.)**
9. Не стукнет, не брякнет,
А ко всякому подойдет. **(Сон.)**
10. Резинка Акулинка пошла гулять по спинке,
И пока она гуляла, спинка розовою стала. **(Мочалка.)**