**Egészséges táplálkozás / receptes oldalak bemutatása, illetve szakkönyvek ajánlása – gyógyteák, egészséges ételek**

**Hogy étkezz, hogy egészségesen élhess?!**

**MEGOLDÁS**

**1. MELYIK A KAKUKKTOJÁS?**



**2. IGAZ vagy HAMIS?** Húzd alá a megfelelőt!

Fehérneműt minden nap cserélni kell.

IGAZ HAMIS

Ahhoz, hogy elkerüljem a megfázást, többször kell kezet mosnom egy nap.

IGAZ HAMIS

Elég, ha kétnaponta megmosom a fogaimat.

IGAZ HAMIS

Ha köhögök vagy tüsszentek, a szám elé kell rakjam a kezem, hogy más ne kapja el a betegségem.

IGAZ HAMIS

Az energiaital és a kóla jót tesz a fogaimnak.

IGAZ HAMIS

Nem fontos reggelit ennem, anélkül is elvagyok délelőtt.

IGAZ HAMIS

**3. KÓDOLT ÜZENET**



 **Megoldás:** Egyél mindennap friss gyümölcsöt!

**4. SZÓKERESŐ**



**5. KÖSD ÖSSZE A TESTRÉSZEK NEVEIT!**

ÁLL SZÁR

FÜL GOLYÓ

SZÁJ ÁGY

LÁB PADLÁS

TÉRD KAGYLÓ

SZEM KAPOCS

KÖRÖM KALÁCS

**Megoldás:** állkapocs, fülkagyló, szájpadlás, lábszár, térdkalács, szemgolyó, körömágy

**6. ANAGRAMMÁK!** Alkoss egy új szót az összekevert betűkből! Mindegyik szó valahogyan kapcsolódik a sportoláshoz, testedzéshez.

KÖRÉ RAKSZ karkörzés

ELLEN FÁJÁS fejenállás

MÁGUS GARAS magasugrás

LÉGKÖR UTÁLÓ ugrálókötél

SÁSDI ZÖLD NÉNIKE indiánszökdelés

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

A feladatok összeállításában segítségünkre volt a **Kajasuli** című kiadvány, ami elérhető a [www.ogyei.gov.hu](http://www.ogyei.gov.hu) oldalon.