

Maria Dahlke

Meine ⁺ Gesundheit



7-14
Jahre

Arbeitsheft für Kinder

Arbeitsheft für Kinder

7-14
Jahre

Meine Gesundheit



Maria Dahlke ist Diplommusikpädagogin. Sie ist verheiratet und hat drei Kinder.

Mit ihrem Arbeitsheft **„Meine Gesundheit“** möchte sie Kinder zu verantwortungsbewusstem Umgehen mit ihrem eigenen Körper und einem damit verbundenen gesunden Lebensstil animieren.

Der Autorin liegt viel daran, die Kinder an ihren liebevollen Schöpfer zu erinnern, der ihnen Gesundheit an Geist, Seele und Leib von ganzem Herzen wünscht!

AN DIE ELTERN

Mit folgenden Arbeitsblättern möchten wir das Interesse der Kinder an einem gesunden Lebensstil wecken. Die Zivilisationskrankheiten nehmen überhand, ebenso Drogen-, Nikotin- und Alkoholkonsum. Das Lebensstilprogramm mit den Heilmitteln der Natur hat sich jahrzehntelang bestens bewährt. Eine vegetarische Lebensweise wird immer mehr populär und der Medikamentengebrauch wird dadurch bedeutend eingeschränkt. In meiner jahrelangen Lehrtätigkeit habe ich mich bemüht, die Verantwortung der Kinder auf ihren Körper und ihre Gesundheit zu lenken. Denn wer kennt nicht das Sprichwort: „Vorbeugen ist besser als Heilen.“ Legen Sie Wert auf eine gute Lebensqualität für Ihr Kind, dann sind diese Arbeitsblätter genau das Richtige für Sie! Nebenbei hat Ihr Kind auch eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung.

Maria Dahler

IMPRESSUM

© Maria Dahler
Vollmannsdorf 36,
07422 Saalfelder Höhe
Tel. 036736 23447
Mail: Dahler5@tms.de

1. Ausgabe 2015

ISBN 3-939979-57-0

Gestaltung, Layout und Druck
bei MHA-Druckerei
Bilder Umschlag: © fotolia

IN DIESER REIHE SIND ERSCHEINEN:

- Meine Gesundheit
- Wunderbare Schöpfung
- Freude an der Bibel 1 (AT)
- Freude an der Bibel 2 (NT)

INHALTSVERZEICHNIS

Mein Leben, ein Zufall?	4
8 Naturärzte	5
Was sagt David?	7
Mein Körper	9
Schädelknochen	10
Die Wirbelsäule	11
Handknochen	12
Licht des Lebens	13
Nahrungsmittel, die viel Kalzium enthalten	14
Vertrauen	16
Kreuzwörtertsel 1	17
Essen wie Adam und Eva	18
Lunge	19
Bewegungslied	22
Gott sorgt für uns	23
Die Nieren	24
Kreuzwörtertsel 2	26
Vergebung	27
Die Leber	28
Was sagt die Bibel zum Alkohol?	30
Gebet	31
Die Lymphe	32
Kreuzwörtertsel 3	33
Unsere Haut	34
Das Blut	35
Der Darm	37
Kirschen	38
Das Gehirn	39
Kreuzwörtertsel 4	41
Der Magen	42
Kreuzwörtertsel 5	43
Das Herz	44
Der Apfel	46
Die Zähne	48
Die Augen	49
Die Nase	52
Dr. Mäßigkeit	54
Leckere Rezeptideen	55
Die Ohren	58
Unser Mund	60
Kreuzwörtertsel 6	61
Das Brot	62
Wiederholung	63
Dr. Sorgenlos	65
Fensterbilder	67
Lösungen	95



Dieses Symbol bedeutet: Eine Aufgabe für dich!

8 NATURÄRZTE

Die **8 Naturärzte** wollen dir zu einem gesunden Leben verhelfen.
Sie freuen sich sehr, wenn es dir gut geht!

WASSER



Dr. Reinequell

Trinke **Wasser** so sechs Tassen.
Diese kann dein Magen fassen.
Alle Zellen brauchen es,
Sonst bekommen sie viel Stress.

Schlinge nie dein **Essen** runter.
Isst du ständig, wird 's noch bunter.
Nimm nur die wertvollen Sachen.
Gesundzusein muss Freude machen!



Dr. Mäßigkeit

ERNÄHRUNG

RUHE



Dr. Gemütlichkeit

In der **Ruhe** liegt die Kraft.
Geh 'früh zu Bett, so gegen acht.
Ruh 'dich öfter einmal aus
Und gönn 'dir 'ne Mittagspaus.

Wenn du denkst, das kann ich nicht,
Vergiss niemals deine Pflicht!
Ohne **Trimmen** wirst du krank,
Leidest dann ein Leben lang.



Dr. Springinsfeld

TRIMMEN