


"В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ - ЗДОРОВЫЙ ДУХ."

Классный час


Первый тур

**"Бросай курить!"**




- 
1. Американские врачи в начале прошлого века, разумеется, знали, что беременным женщинам вредно набирать большой вес, но вот рекомендованное ими средство для похудения сейчас кажется диким. Женщинам советовали меньше двигаться, не есть сладкого и не делать того, что действительно может в начале снизить вес. Что это?

(Курение)




2. Халдфан Майер, бывший директор Всемирной организации здравоохранения считает, что это – самая распространенная из причин, которая ведет к болезни. Что это?

*(Курение)*





3. Рассказывают, что домашний врач Бисмарка нередко упрекал его в том, что он почти никогда не выпускал изо рта сигареты, несмотря на то, что курение очень вредно для него. На это Бисмарк отвечал, что все его искусство дипломатии заключается именно в этом умении. В каком?  
*(Пускать дым в глаза людям.)*



4. После второй мировой войны в США это вошло в моду. Но 1957 году медики доказали, что оно губительно воздействует на организм. Что же сегодня является объектом всеобщего осуждения американцев и причиной того, что злоупотребляющих этим не принимают на некоторые работы?


*(Курение)*

- 
5. Одно из правил противопожарной безопасности по  
- болгарски звучит: «Не пушете в леглото!»  
Переведите его на русский язык.  
(«Не курите в постели!»)




6. А.П.Чехов говорил: «Целовать курящую женщину  
все равно, что...» Продолжите его высказывание.  
(... целовать пепельницу.)





7. Врачи считают, что это самое доступное из всех веществ, к которым у человека вырабатывается наркотическая привязанность. Что это?

*(Никотин)*




8. Откуда родом табак? В каком веке он проник в  
Россию?

*(Из Америки в XV веке.)*

## Второй тур


# "Алкоголь, наркотики - НИКОГДА!"






1. Как древние греки называли бы человека, страдающего влечением к оцепенению?

(НАРКОМАНОМ, греч. *narke* – оцепенение, *mania* – влечение)




2. В России так называются цветы, не имеющие отношения к наркотикам, а за рубежом – наркотическое вещество? В основе названия – 2 имени.

*(МАРИХУАНА. Мари и Хуан – два имени, а у нас – Иван да Марья.)*




3. По мнению А.П.Чехова, водка, хотя и белая, но красит нос. А что она чернит?

*(Репутацию)*



4. Назовите болезнь, которой во Франции страдает около четверти всей молодежи, а каждый год умирает больше людей, чем от белокровия, туберкулеза и полиомиелита вместе взятых?


*(Алкоголизм.)*



5. Что, по одной народной китайской мудрости, приносит сто горестей и одну радость?


*(Алкогольные напитки)*





6. «Спирт так же консервирует душу и ум пьяницы, как он консервирует анатомические препараты,» - писал Л. Толстой. Конечной стадией такой консервации является болезнь? Что это за болезнь?

*(Белая горячка)*



7. Чистый спирт начали получать в VI – VII веках арабы и называли его «алкоголь». Что оно означало?

*(Одурманивающий)*



8. Когда появилась водка в России?

*(В XVI в. В 1552 г. Иван Грозный устроил в России первый каба́к, где водку продавали только опричникам.)*

## Третий тур


Второй

# "Нам не страшны никакие болезни!"




Я не курю.  
Это не выгодно.

Сотрудники студии «Нестандарт..но» против курения

- 
1. Врачи считают, что самая распространенная заразная инфекционная болезнь в мире – это насморк. А что считается самой распространенной в мире незаразной инфекционной болезнью?

*(Кариес)*




2. Какая болезнь, по мнению греков,  
раскалывает ум и душу?

(Шизофрения, греч. *shizo* – раскалываю,  
*phren* – душа, ум.)

3. По данным Всемирной организации здравоохранения, одной из профессиональных болезней школьных учителей является полиоз. Болезнь эта не смертельная, но рано или поздно поражает каждого человека, за исключением некоторых счастливицев, которые сами тому не рады. Школьных учителей, однако, полиоз поражает раньше средне – статистического срока. Назовите основной симптом этой болезни.


*(Седые волосы, полиоз – это поседение, седеют все, кроме лысых.)*



4. По мнению американских медиков, эти существа являются главными переносчиками гриппа в США. Именно они ответственны за то, что каждый год осенью вспыхивают эпидемии. Кто они?


*(Школьники)*






5. Использование при приготовлении наркотиков растворителей уничтожает в организме клетки – производители белков, отвечающие за иммунитет. Какой внутренний орган человека страдает при этом больше всего?

(ПЕЧЕНЬ)




6. К несчастью, иногда прием наркотиков, даже если Вы их пробуете первый раз в жизни, приводит к смертельному исходу. Назовите самую распространенную причину летального исхода?

*(ПЕРЕДОЗИРОВКА)*



7. Результатом, какого способа  
употребления наркотиков является  
сепсис?

*( ИНЪЕКЦИЯ или внутривенный способ,  
т.к. сепсис – это заражение крови)*



8. Какая способность организма утрачивается вследствие поражения клеток печени и заражение СПИДом как заболеванием, сопутствующим наркотикам.


*(ИММУНИТЕТ)*

# Четвертый тур




**"Если хочешь  
быть здоров -  
занимайся спортом!"**






Изобретатель этого предрекал своему  
детищу две области применения –  
доставка почты и средство для  
похудения. Назовите современный  
прообраз этого предмета.

*(Велосипед)*



2. П.Брэгг говорит, что есть 9 докторов.  
Начиная с четвертого, это:  
естественное питание, голодание,  
спорт, отдых, хорошая осанка и разум.  
Назовите первых трех докторов,  
упомянутых Брэггом.


*(Солнце, воздух и вода.)*



3. О каком виде спорта говорится в остроумном английском изречении: «Это обмен знаниями при помощи жестов»?


(О боксе)





4. Очень долгое время на Олимпийских играх в Древней Греции был один единственный вид легкой атлетики. Какой?

(Бег)



5. Появлению этой спортивной игры помогло обыкновенное незрелое яблоко. С Востока эта игра пришла в Европу. В позапрошлом веке ее привез английский герцог, поместье которого находилось недалеко от города, откуда и берет начало свое название эта игра. О какой спортивной игре идет речь?

*(Бадминтон)*



## 7. Кто такой спринтер?

*(Бегун на короткую дистанцию от  
60-200м)*

6. В русский язык это слово пришло в конце XVIII века из французского языка. Так первоначально называли срочную почту, доставлявшую письма, донесение специальными посыльными, которые сменяли друг друга в пути в определенных пунктах. Назовите это слово, которое в наши дни получило иное значение.

*(Эстафета)*

## 8. Что такое марафон?

*(Бег на дистанцию 42 км 195 м.  
Олимпийская чемпионка Валентина  
Егорова, Барселона 1996г.)*

Четвертый тур

# Конкурс пословиц



**Кто не курит и не пьет**

**а вино валит**

Хлеб на ноги ставит

уму не товарищ

Здоровье не купишь -

тот здоровье бережет

Не жаль вина

его разум дарит

Вино

жаль ума

**Кто не курит и не пьет**

**тот здоровье бережет**

Хлеб на ноги ставит

а вино валит

Здоровье не купишь -

его разум дарит

Не жаль вина

жаль ума

Вино

уму не товарищ



Курить –

всего дороже

Выпьешь много вина

умрет под старость с  
голоду

Здоровье – всему  
голова,

что на уме, то и на  
языке

Гулявши много  
смолоду

здоровью вредить

Пьяный, что малый:

– поубавится ума

**Курить –**

**здоровью вредить**

Выпьешь много вина

Поубавится ума

Здоровье – всему  
голова,

всего дороже

Гулявши много  
смолоду

умрет под старость с  
голоду

Пьяный, что малый:

что на уме, то и на  
языке

Береги платъе снову,

а вино валит.

Здоров будешь,

тот и пьян не живет.

Хлеб на ноги ставит,

все добудешь

Кто пива не пьет,

а как проспится, и  
свиньи боится.

Как пьян, так и  
капитан,

а здоровье смолоду

Береги платъе снову,

а здорovie с молоду

Здоров будешъ,

все добудешъ

Хлеб на ноги ставит,

а вино валит

Кто пива не пьет,

тот и пьян не живет

Как пьян, так и  
капитан,

а как проспится, и  
свиньи боится

**Занимайся спортом –**

**все добудешь.**

Здоровому

его разум дарит.

Крепок телом –

богат делом.

Здоровье не купишь –

врач не надобен.

Здоров будешь –

получай здоровье  
оптом.

**Занимайся спортом –**

**получай здоровье  
ОПТОМ**

Здоровому

врач не надобен

Крепок телом –

богат делом.

Здоровье не купишь –

его разум дарит

Здоров будешь –

все добудешь

# Мы за здоровый образ жизни!



*Есть  
множество  
способов  
сохранить  
здоровье*



**Умейте ценить свою жизнь!**

