

 **Своя игра**

*1 раунд

Личная
гигиена

Физическа
я культура

Питание

Красивая
осанка

Здоровые
зубы

10

10

10

10

10

20

20

20

20

20

30

30

30

30

30

40

40

40

40

40

50

50

50

50

50

*2 раунд

**Брось
сигарету!**

**Берегите
сердце!**

**Алкоголь -
яд!**

**Наркотики-
«белая
смерть»**

**Здоровье
человека и
общества**

20

20

20

20

20

40

40

40

40

40

60

60

60

60

60

80

80

80

80

80

100

100

100

100

100

**В каких единицах
измеряется
ценность пищи?**

КАЛОРИЯ

*** 10 баллов**



СВОЯ ИГРА

С какого возраста

начинается

формирование осанки?

С ПЕРВЫХ ДНЕЙ ЖИЗНИ

РЕБЕНКА

*** 10 баллов**



Вопрос-аукцион:

**Каким по
продолжительности
должно быть время
чистки зубов**

2-3 МИНУТЫ * 10 баллов



**Это необходимо
принимать ежедневно
перед сном, а в жаркую
погоду утром и вечером**

ДУШ

*** 10 баллов**



Кот в мешке:

Намочи его водой

Да потри его рукой

Как начнет гулять по шее

Сразу ты похорошеешь

*** 10 баллов**

МЫЛО



Кто в мешке:

Тема «Здоровье»

Способность организма
противостоять действию
повреждающих факторов,
защитная реакция организма

ИММУНИТЕТ

* 20 баллов



**Что еще способствует
укреплению стопы, кроме
ходьбы на цыпочках и
катания стопами круглых
предметов**

***20 баллов**

ХОДЬБА БОСИКОМ



Каков срок службы зубной щетки

1-3 МЕСЯЦА

*20 баллов



**Как часто рекомендуется
мыть голову**

**ПО МЕРЕ ЗАГРЯЗНЕНИЯ,
НО НЕ РЕЖЕ ЧЕМ РАЗ В 10
ДНЕЙ**

***20 баллов**



**Так называется состояние
полного физического
благополучия**

ЗДОРОВЬЕ

***20 баллов**



**Более половины
энергетических
потребностей организма
покрывается за счет этих
веществ, содержащихся в
пище**

УГЛЕВОДЫ

***30 баллов**



**Спать на боку в какой
позе не рекомендуется**

**СВЕРНУВШИСЬ
КАЛАЧИКОМ**

***30 баллов**



**Какое кол-во зубной
пасты нужно нанести на
щетку?**

С ГОРОШИНКУ

***30 баллов**



Для предупреждения
болезней зубов
рекомендуется
использовать зубные
пасты, содержащие этот
фермент

ФТОР

*30 баллов



**Такое сопровождение
зарядки улучшает
настроение, облегчает
выполнение упражнений**

МУЗЫКА

*** 30 баллов**



Назовите основные принципы рационального питания

РЕГУЛЯРНОСТЬ,
ДРОБНОСТЬ,
РАЗНООБРАЗИЕ ПИТАНИЯ)

*40 баллов



**Какой должна быть
спинка стула для детей?**

**ЖЕСТКОЙ, ПРЯМОЙ ИЛИ
ВОГНУТОЙ)**

***40 баллов**



**В нашей стране от этого
заболевания страдает
почти 100% населения**

КАРИЕС

***40 баллов**



«Своя игра»

Это средство действительно может служить профилактикой кариеса, однако чрезмерное его употребление приводит к перенапряжению слюнных желез, желез желудка и кишечника).

ЖЕВАТЕЛЬНАЯ РЕЗИНКА

* 40 баллов



**Как называются
длительные физические
упражнения, требующие
большого количества
кислорода?**

*** 40 баллов**

АЭРОБНЫЕ



**Именно эти фрукты
входят в десятку
наиболее полезных для
человека продуктов.**

**АБРИКОСЫ, ПЕРСИКИ,
ЦИТРУСОВЫЕ**

***50 баллов**



«Вопрос-аукцион»

**Как определить высоту
стульчика для ребенка?**

**ВЫСОТА СИДЕНИЯ
ДОЛЖНА РАВНЯТЬСЯ
ДЛИНЕ ГОЛЕНИ**

***50 баллов**



«счастливы́й случай»

*50 баллов



**Как иначе называется
флосс, используемый для
чистки зубов?**

ЗУБНАЯ НИТЬ

***50 баллов**



**Какое физическое
упражнение называется
аэробным?**

**ВЫПОЛНЯЕМЫЕ
КОРОТКИМИ РЕЗКИМИ
ДВИЖЕНИЯМИ**

*** 50 баллов**



**Какие заболевания
желудка происходят при
злоупотреблении
алкоголем**

**ГАСТРИТ, ЯЗВА, РАК
ЖЕЛУДКА**

***20 баллов**



**Использование наркоманами
нестерильных шприцев
способствует
распространению этого
неизлечимого заболевания**

СПИД

***20 баллов**



**Продолжите древне
изречение «В здоровом
теле - »**

ЗДОРОВЫЙ ДУХ

***20 баллов**



При попадании в больших
дозах в организм
человека этого
содержащегося в табаке
яда начинаются судороги.

НИКОТИН

*20 баллов



«Своя игра»

**Эти вредные привычки
оказывают пагубное
влияние на работу сердца**

КУРЕНИЕ И АЛКОГОЛЬ

*** 20 баллов**



«Кот в мешке»

Тема «Микроскоп»

**Эти животные являются
распространителями грибка,
вызывающее заразное
кожное заболевание -
микроскопию.**

***40 баллов**

СОБАКИ И КОШКИ



Какое воздействие оказывают наркотики на здоровье?

НАРУШЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ВСЕХ ОРГАНОВ И СИСТЕМ
ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО
ОРГАНИЗМА, ДЕГРАДАЦИЯ

*40 баллов



«Счастливы́й случай»

***40 баллов**



**Почему курильщику
труднее, чем
некурящему, выучить
стихотворение?**

**ПАМЯТЬ УХУДШАЕТСЯ У
КУРИЛЬЩИКОВ**

***40 баллов**



**Какую пользу для сердца
приносят физические
упражнения**

**УКРЕПЛЯЮТ СЕРДЕЧНУЮ
МЫШЦУ**

***40 баллов**



«Вопрос-аукцион»

**Какой вред наносит
своему будущему ребенку
пьющая беременная
женщина?**

**УРОДСТВА И НАРУШЕНИЕ
ПСИХИКИ**

*** 60 баллов**



**Каковы социальные
последствия наркомании?**

**РАЗРУШЕНИЕ СЕМЬИ,
РОСТ ПРЕСТУПНОСТИ**

*** 60 баллов**



**Медики утверждают, что
будущее именно за такой
медициной**

ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ

*** 60 баллов**



**Что происходит с зубами
человека под
воздействием клейких
смол, образующихся при
курении**

ЖЕЛТЕЮТ

*** 60 баллов**



**Какую первую помощь
необходимо оказать при
венозном кровотечении**

**НАЛОЖИТЬ ДАВЯЩУЮ
ПОВЯЗКУ**

*** 60 баллов**



**Какое воздействие на
зрение подростков
оказывает алкоголь?**

**ПОРАЖЕНИЕ НЕРВОВ,
ПОТЕРЯ ЗРЕНИЯ**

***80 баллов** 

**Почему опасно даже
разовое употребление
наркотиков?**

**ВОЗНИКАЕТ
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ
ЗАВИСИМОСТЬ И
ПОТРЕБНОСТЬ ОРГАНИЗМА**

***80 баллов**



**В настоящее время в этой
науке идет особенно
быстрое накопление
знания**

БИОЛОГИЯ

***80 баллов**



«Своя игра»

при курении часть
гемоглобина крови
соединяется с ЭТИМ
ядовитым газом

УГАРНЫЙ ГАЗ

*80 баллов



**После какого действия
наблюдается сужение
кровеносных сосудов на
30 минут?**

**ПОСЛЕ КАЖДОЙ
ВЫКУРЕННОЙ СИГАРЕТЫ**

***80 баллов**



**Эти клетки являются
самыми чувствительными
к вредному воздействию
алкоголя**

**НЕРВНЫЕ КЛЕТКИ
ГОЛОВНОГО МОЗГА**

*** 100 баллов**



Как влияет употребление наркотиков на потомство?

ДЕТИ РОЖДАЮТСЯ С
УМСТВЕННЫМ И
ФИЗИЧЕСКИМ
ОТКЛОНЕНИЯМИ

* 100 баллов



«Своя игра»

**Это наука возникла в
связи с полетами
человека в космос**

**КОСМИЧЕСКАЯ
ФИЗИОЛОГИЯ**

*** 100 баллов**



«Вопрос-аукцион»

Что такое «пассивное курение»?

**ПРЕБЫВАНИЕ В
НАКУРЕННОМ МЕСТЕ
ВРЕДНЕЕ, ЧЕМ САМО
КУРЕНИЕ**

***100 баллов**



«Кот в мешке»

Тема «Гигиена воздуха»

Какой должна быть

интенсивность

воздухообмена в жилых

помещениях?

ПОЛНАЯ СМЕНА ВОЗДУХА 1-1,5

РАЗА В ЧАС

* 100 баллов



