

Внеклассное мероприятие

ГКСУВУПКЗТ «Очёрская спецшкола»
Учитель биологии
Соромотина И.А.

Звёздный час

Быть здоровым - это здорово!

1 TVP

З а н я т и я



сон



питание



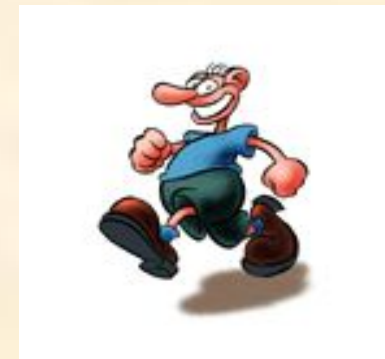
свежий
воздух



отдых



труд



движение

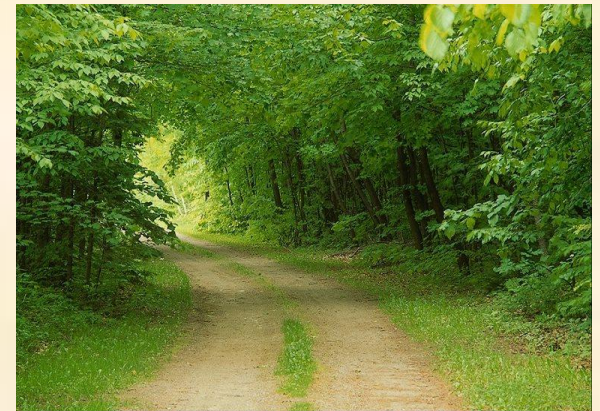
Без чего не вытащишь и рыбку из пруда?



сон



питание



свежий
воздух



отдых



труд



движение

Правильный ответ



Труд

Без этой составляющей человек не может прожить больше трех суток, на нее отводится больше всего времени, это слаще всего на Земле!!!.



СОН



ПИТАНИЕ



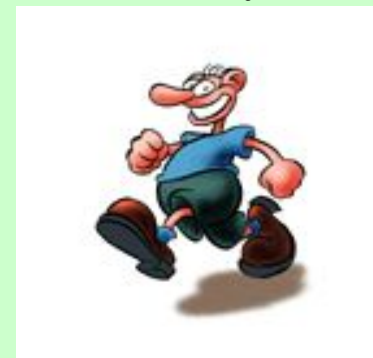
свежий
ВОЗДУХ



ОТДЫХ



труд



движение

Правильный ответ



СОН

Чтобы сон был здоровым:

- Ложитесь спать в одно и тоже время.
- Перед сном не нужно наедаться.
- Не нужно смотреть на ночь фильмы ужасов или кровавые боевики.
- Проветривайте комнату перед сном.
- Принимайте на ночь тёплый душ.

Спасает от усталости, от лени, от сонливости, улучшает работу мозга, помогает оставаться бодрым и сильным.



СОН



ПИТАНИЕ



**свежий
ВОЗДУХ**



ОТДЫХ



труд



движение

Правильный ответ



Движение



Бесценный дар природы, средство закаливания, тренирует наши лёгкие, нервы, кровеносные сосуды.



сон



питание



свежий
воздух



отдых



труд



движение

Правильный ответ



свежий воздух

















Правильное питание



Как правильно принимать любимые напитки

- Пейте напиток холодным.
- Пейте через трубочку, чтобы избежать контакта с банкой.
- Ограничьтесь 1-2 стаканами в неделю.
- Не давайте газировку детям до 3 лет.
- Откажитесь от газировки, если страдаете ожирением, гастритом, диабетом, язвой.

2 ТУР

Части тела человека



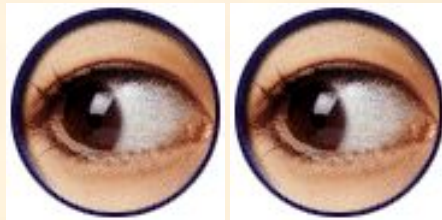
НОГИ



НОС



уши



глаза



рот

Эту часть тела называют «зеркало души». Она такая же хрупкая и восстановить её трудно.



НОГИ



НОС



уши



глаза



рот

Правильный ответ



Глаза

С этой части тела лучше всего начинать закаливание.



НОГИ



НОС



уши



глаза



рот

Правильный ответ



НОГИ

В каждом человеке есть «микробное гнездо», где микробы не только оседают, но и успешно живут и вредят.
Где оно находится?



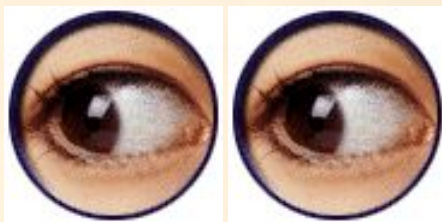
НОГИ



НОС



уши



глаза



рот

Правильный ответ



рот

З ТУР

Лекарственные растения



ромашка



ПОЛЫНЬ



одуванчик



крапива



горицвет



подорожник

**Вы натёрли ногу, у вас воспалилась и
начала нарываться старая царапина, что
можно приложить?**



ромашка



ПОЛЫНЬ



одуванчик



крапива



горицвет



подорожник

Правильный ответ



подорожник

В походе вы поранили руку. У вас есть носовой платок, чтобы перевязать рану, но он не очень чистый. Соком какого растения можно обеззаразить рану?



ромашка



ПОЛЫНЬ



одуванчик



крапива



гореццвет



подорожник

Правильный ответ



крапива

Корни этого растения слаще яблока, листья укрепляют кости и зубы, сок очищает кровь, а пыльца и нектар цветов помогает росту человека.



ромашка



ПОЛЫНЬ



одуванчик



крапива



горицвет



подорожник

Правильный ответ



одуванчик

4 ТУР

что тебя ждёт



5 ТУР

Вредные привычки.



алкоголь



курение



наркотики



лень



переедание

Про какую привычку говорят, что она вперёд нас родилась.



алкоголь



курение



наркотики



лень



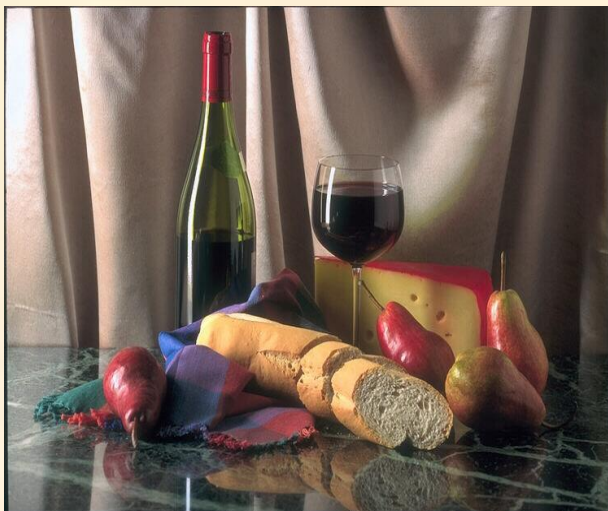
переедание

Правильный ответ



лень

Змеи-существа ядовитые, коварные. Какую из вредных привычек называли «зелёный змий»?



алкоголь



курение



наркотики



лень



переедание

Правильный ответ



алкоголь

Дымит, воняет и лёгкие уничтожает.



алкоголь



курение



наркотики



лень



переедание

Правильный ответ



курение



Итоги игры



ПОЗДРАВЛЯЮ
ПОБЕДИТЕЛЯ

