

# Своя игра

## «Человек и его здоровье»



# Правила игры

- ✓ В игре участвуют три команды, отвечает команда, капитан которой первым поднимает руку после вопроса ведущего.
- ✓ При правильном ответе на счёт команды записывается соответствующее число баллов.
- ✓ При неправильном ответе команда штрафуются на соответствующее число баллов.

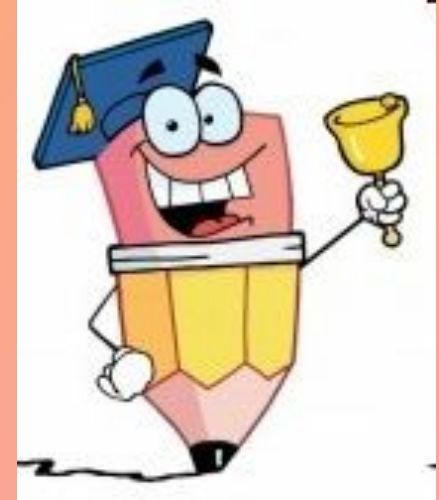
**Сектор «Кот в мешке»** - команда передает право ответа одной из команд-соперниц.

**Сектор «Вопрос - аукцион»** - команда назначает любую цену за вопрос, но не ниже номинальной и не выше суммы баллов, имеющейся на счету команды.

**Сектор «Своя игра»** - команда имеет право увеличить или уменьшить цену вопроса по своему усмотрению.

**Сектор «Счастливы случай»** - команда получает указанную на табло сумму баллов.

# Синий РАУНД



*«Умирает только хилое и слабое, здоровое и сильное  
всегда выходит победителем в борьбе за  
существование».*

*/Чарльз Дарвин/*



**Личная  
гигиена**

10

20

30

40

50



**Красота  
осанки**


10

20

30

40

50



**Здоровые  
зубы**

10

20

30

40

50

# 10 баллов

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

Душ

Л  
и  
ч  
н  
а  
я  
г  
и  
г  
и  
е  
н  
а



**20 баллов**

***Как часто рекомендуется  
мыть голову?***

**По мере загрязнения, но не  
реже, чем раз в десять дней.**

Л  
и  
ч  
н  
а  
я

г  
и  
г  
и  
е  
н  
а



Л  
и  
ч  
н  
а  
я

г  
и  
г  
и  
е  
н  
а

# 30 баллов

*Для предупреждения болезней  
зубов рекомендуется  
использовать зубные пасты,  
содержащие этот элемент.*

**Фтор**

# 40 баллов

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

Жевательная резинка

Л  
и  
ч  
н  
а  
я  
г  
и  
г  
и  
е  
н  
а



Л  
и  
ч  
н  
а  
я

г  
и  
г  
и  
е  
н  
а



**50 баллов**

***«Кот в мешке»***

**20 баллов**

?

Л  
и  
ч  
н  
а  
я

г  
и  
г  
и  
е  
н  
а

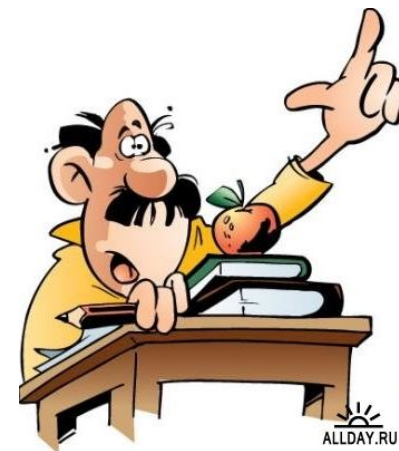
Как иначе называется флосс,  
используемый для чистки зубов?

Зубная нить

10 баллов

*«Счастливы́й  
случай»*

К  
р  
а  
с  
и  
в  
а  
я  
  
О  
с  
а  
н  
к  
а





**20 баллов**

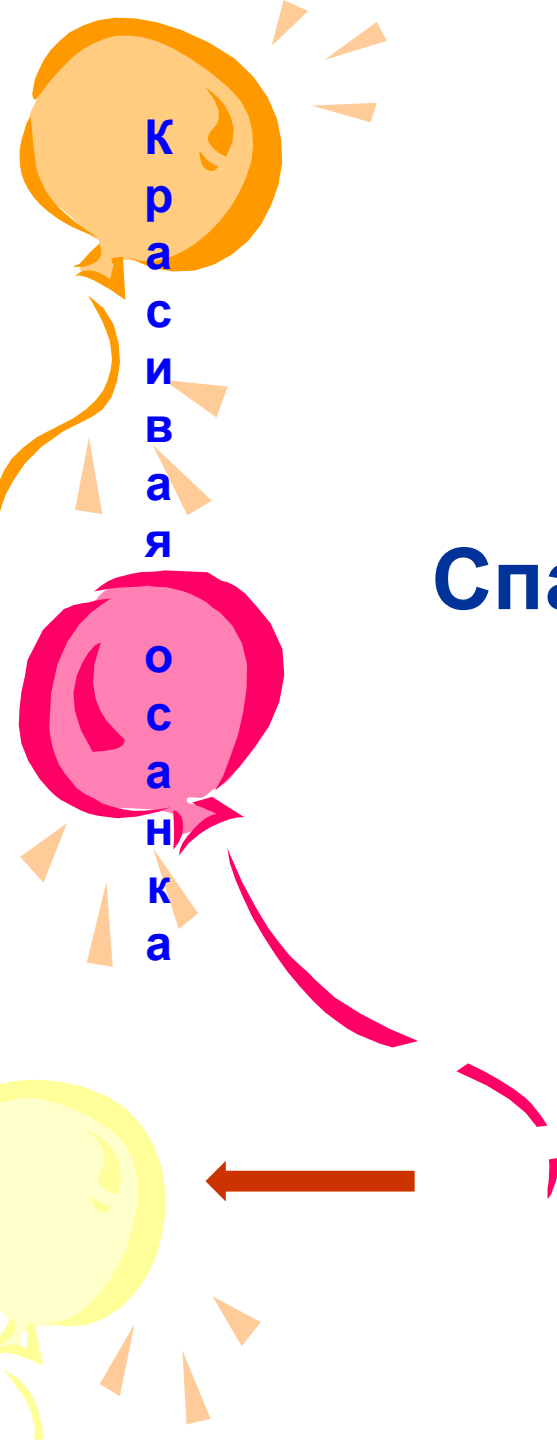
***С какого возраста начинается формирование осанки?***

**С первых дней жизни ребенка**

# 30 баллов

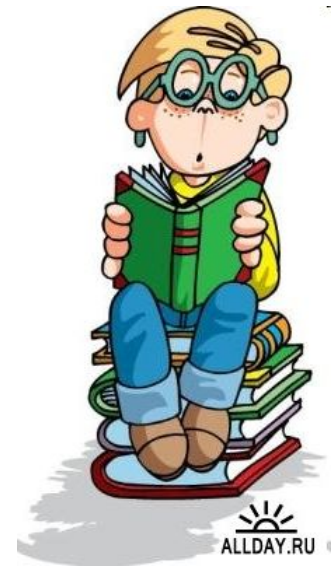
Спать на боку в такой позе не рекомендуется.

Свернувшись калачиком



**40 баллов**

# **«Своя игра»**



К  
р  
а  
с  
и  
в  
а  
я

О  
с  
а  
н  
к  
а

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

**Жесткой, прямой или вогнутой формы**

# 50 баллов

К  
р  
а  
с  
и  
в  
а  
я

О  
с  
а  
н  
к  
а

Как определить высоту сиденья стульчика для ребенка?

*Высота сиденья должна равняться длине голени*

**10 баллов**

*Каким по продолжительности должно быть время чистки зубов?*

**2-3 минуты**

З  
Д  
О  
Р  
О  
В  
Ь  
Е

З  
У  
Б  
Ы







З  
Д  
О  
Р  
О  
В  
Ь  
Е

з  
у  
б  
ы

**20 баллов**

*Каков срок службы  
зубной щетки?*

**1-3 месяца**

# 30 баллов

## «Вопрос - аукцион»

З  
Д  
О  
Р  
О  
В  
Ь  
Е  
З  
У  
Б  
Ы



?

# 30 баллов

З

Д

О

Р

В

Ы

Е

З

У

Б

Ы

Какое количество зубной пасты  
надо наносить на щетку?

С горошину

З  
Д  
О  
Р  
О  
В  
Ь  
е

з  
у  
б  
ы

**40 баллов**

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

**Кариес**

З  
Д  
О  
Р  
О  
В  
Ь  
Е


З  
У  
Б  
Ы

**50 баллов**

**«Кот в мешке»**

**30 баллов**








**Древние славянские поверья гласят, что этот зуб появляется тогда, когда человек достигает духовной зрелости, приобретая защиту высших сил и предков. Тот же, у кого вышли все четыре зуба, считался самым сильным духовно и его называли хранителем рода.**

*О каких зубах идёт речь?*

**Мудрости**

# *Красный раунд*



 <p><b>Брось сигарету</b></p>	<p><u>10</u></p>	<p><u>20</u></p>	<p><u>30</u></p>	<p><u>40</u></p>	<p><u>50</u></p>
 <p><b>Берегите сердце</b></p>	<p><u>10</u></p>	<p><u>20</u></p>	<p><u>30</u></p>	<p><u>40</u></p>	<p><u>50</u></p>
 <p><b>Питание</b></p>	<p><u>10</u></p>	<p><u>20</u></p>	<p><u>30</u></p>	<p><u>40</u></p>	<p><u>50</u></p>





# 10 баллов

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

**Никотин**

# 20 баллов

Б  
р  
о  
с  
ь

с  
и  
г  
а  
р  
е  
т  
у

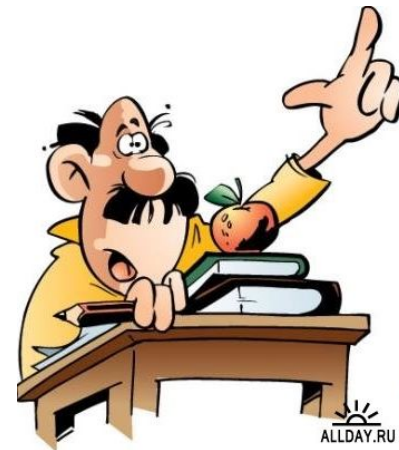
*Почему курильщику труднее, чем некурящему, выучить стихотворение*



**У курильщиков ухудшается память.**

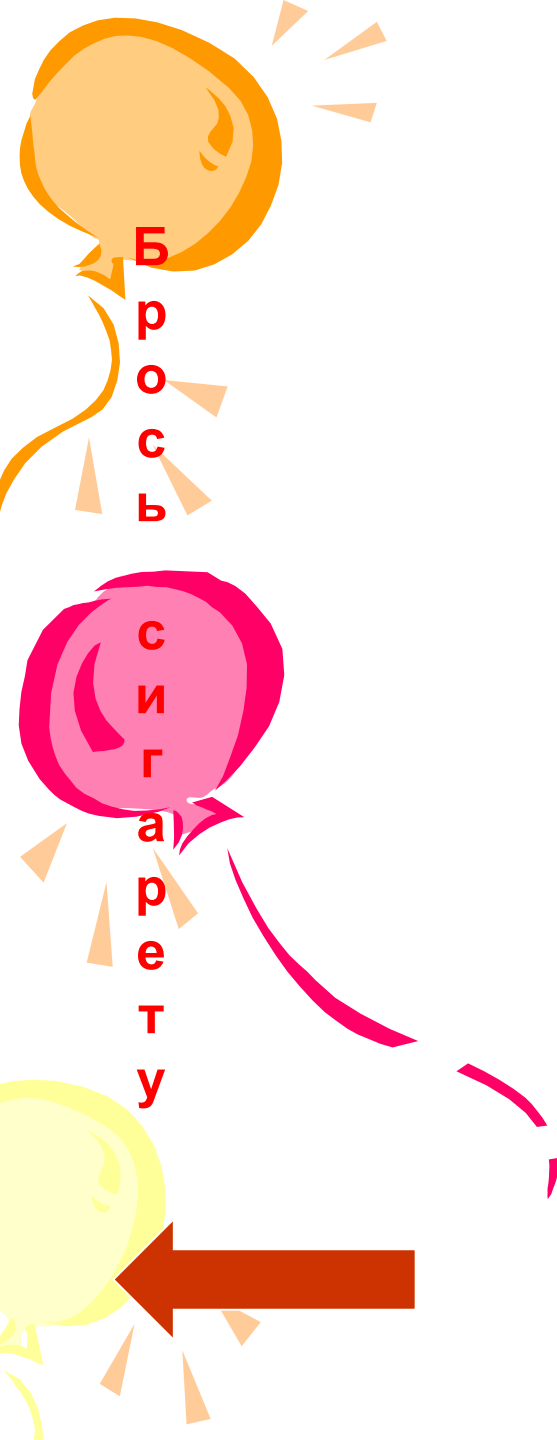
**30 баллов**

**«Счастливы́й  
случа́й»**



Б  
р  
о  
с  
ь

с  
и  
г  
а  
р  
е  
т  
у





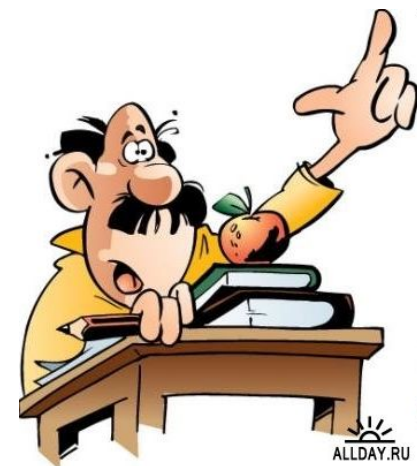
**40 баллов**

*При курении часть гемоглобина крови соединяется с этим ядовитым газом. Назовите его.*

**Угарный газ**

# 50 баллов

*«Вопрос-аукцион».*



Б  
р  
о  
с  
ь

с  
и  
г  
а  
р  
е  
т  
у



# 50 баллов

Б  
р  
о  
с  
ь

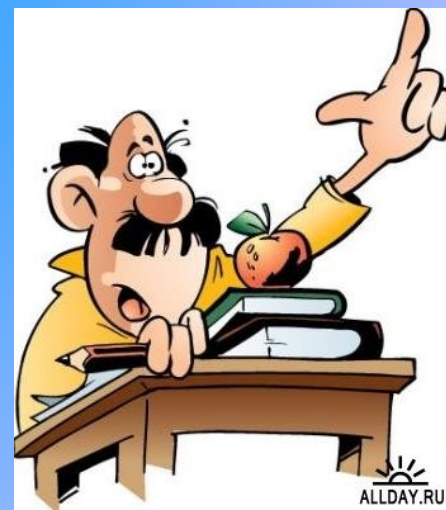
с  
и  
г  
а  
р  
е  
т  
у

*Что такое «пассивное  
курение»?*

*Пребывание в накуренном помещении  
не менее вредно, чем само курение*

**10 баллов**

**«Счастливы́й  
случа́й»**



Б  
е  
р  
е  
г  
и  
т  
е  
с  
е  
р  
д  
ц  
е





Б  
е  
р  
е  
г  
и  
т  
е  
с  
е  
р  
д  
ц  
е

# 20 баллов

Какую пользу для сердца  
приносят физические  
упражнения?

Укрепляется сердечная мышца



**30 баллов**

**Какую первую помощь надо  
оказать при венозном  
кровотечении?**

*Наложить давящую повязку*

Б  
е  
р  
е  
г  
и  
т  
е  
с  
е  
р  
д  
ц  
е





# 40 баллов

После каких действий  
наблюдается резкое сужение  
кровеносных сосудов на 30  
минут?

После каждой выкуренной сигареты

# 50 баллов

## «Своя игра»



Орган, обеспечивающий  
движение  
крови в организме

Сердце

Б  
е  
р  
е  
г  
и  
т  
е  
с  
е  
р  
д  
ц  
е





# 10 баллов

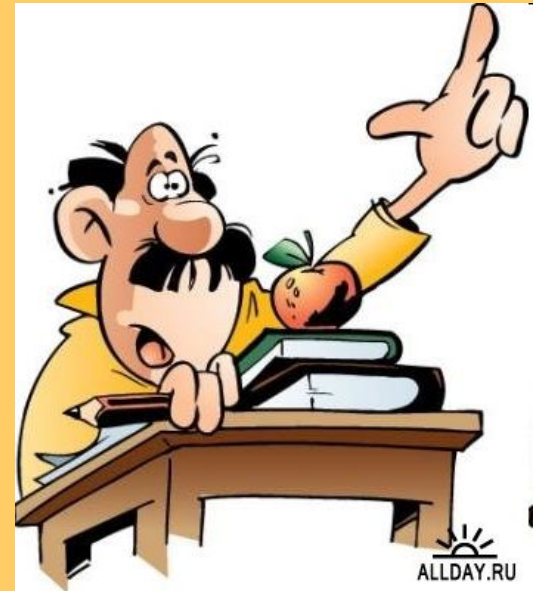
*В каких единицах  
измеряется  
энергетическая ценность  
пищи?*

**Калория**

20 баллов

*«Счастливы́й  
случа́й»*

П  
И  
Т  
А  
Н  
И  
Е





**30 баллов**

*Способность организма  
противостоять  
действию повреждающих  
факторов, защитная  
реакция организма*

**Иммунитет**



**40 баллов**

**П  
И  
Т  
А  
Н  
И  
Е**

***Назовите основные  
принципы рационального  
питания***

**Регулярность, дробность,  
разнообразие**



# 50 баллов

П  
И  
Т  
А  
Н  
И  
Е

*Именно эти фрукты  
входят в десятку самых  
полезных для человека  
продуктов*

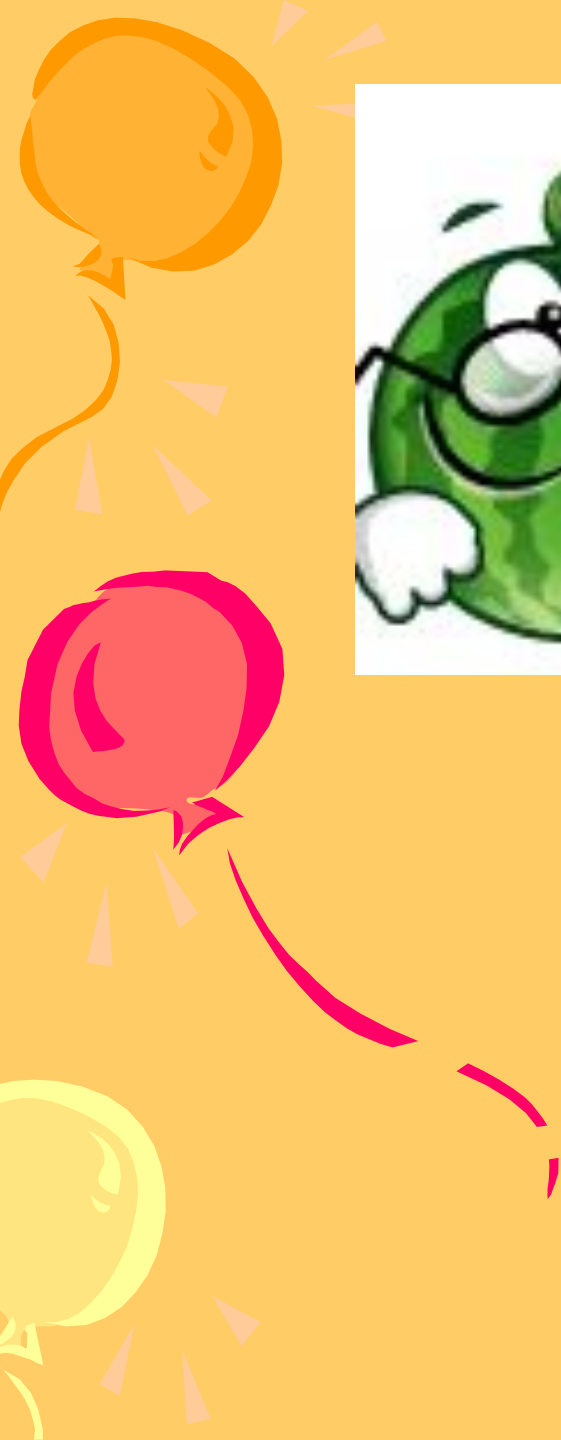
Абрикос, персик,  
цитрусовые







# Зелёный раунд



**Физическая  
культура**

10

20

30

40

50

**Здоровье  
человека и  
общество**

10

20

30

40

50

**Лекарственные  
растения**

10

20

30

40

50



**10 баллов**

**Где и как зажигается  
олимпийский огонь?**

В Греции в Олимпии от солнечных лучей

**20 баллов**

**Так называется состояние  
полного физического,  
психического и социального  
благополучия**

**здоровье**

**Физическая культура**

**30 баллов**

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

**Музыкальное сопровождение**

**40 баллов**

**Кот в мешке**



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

**Аэробные**

50 баллов

Своя игра



Состояние мышц после тяжелой физической нагрузки

Утомление

# 10 баллов

Продолжите древнее  
изречение: «В здоровом  
теле...».

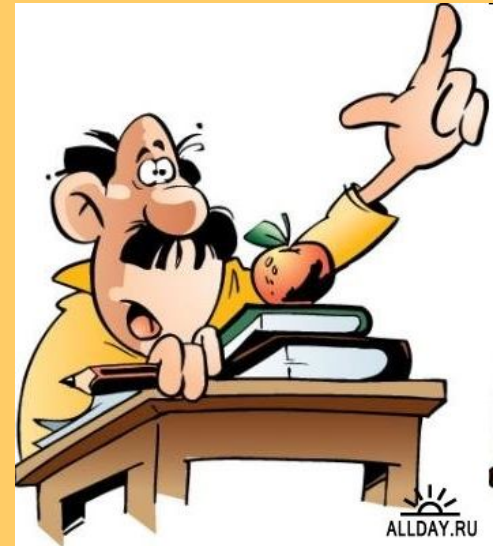
здоровый дух



20 баллов

«Счастливы́й случай».

Здоровье человека и общество



# 30 баллов

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

Профилактической

# 40 баллов

**Это заболевание называют чумой 20 века, неизлечимым оно остаётся и сейчас**

**Здоровье человека и общество**

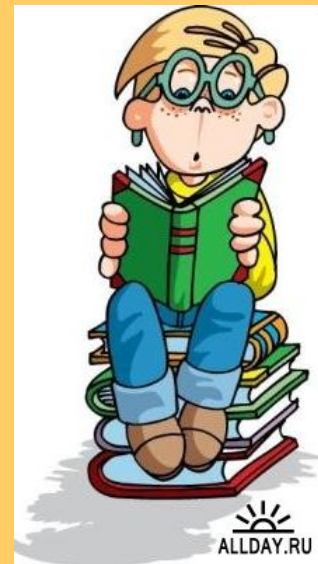
**СПИД**

50 баллов

Своя игра

Эта наука изучает  
методы психологической  
саморегуляции

Психогигиена



# 10 баллов

**Лекарственное растение,  
используемое в народной  
медицине как потогонное,  
антисептическое и вяжущее  
средство**

Ромашка аптечная

**20 баллов**

**лекарственное растение  
(желчегонное, желудочное),  
цветки и листья  
используются как пряность;  
ядовита для крупного  
рогатого скота; инсектицид.**

**Пижма обыкновенная**

# 30 баллов

В переводе с китайского «корень жизни», редкое растение широко используемое в медицине. С давних времен корень этого растения использовали как источник тонизирующих соединений, укрепляющих здоровье и продлевающих жизнь.

Женьшень

Лекарственные растения

# 40 баллов

## Кот в мешке



Шиповник

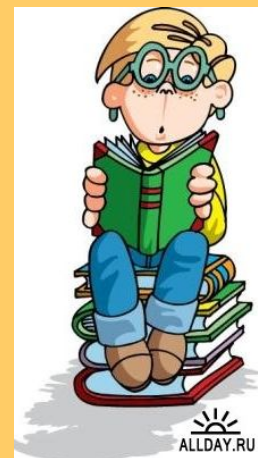


# 50 баллов

Встречаются вдоль дорог, на сорных местах, пустырях, в степях, на лугах, песках. Настой и сок из листьев применяются в медицине как отхаркивающее, улучшающее пищеварение средство. Молодые листья идут на супы, салаты.

Подорожник

# Своя игра



Назовите имя хирурга и анатома, основоположник военно – полевой хирургии. Он впервые применил эфир для наркоза, йод и спирт для предупреждения нагноений ран, создал ряд новых методов операций, носящих его имя. Его именем назван I Московский медицинский институт.

Пирогов Николай Иванович