

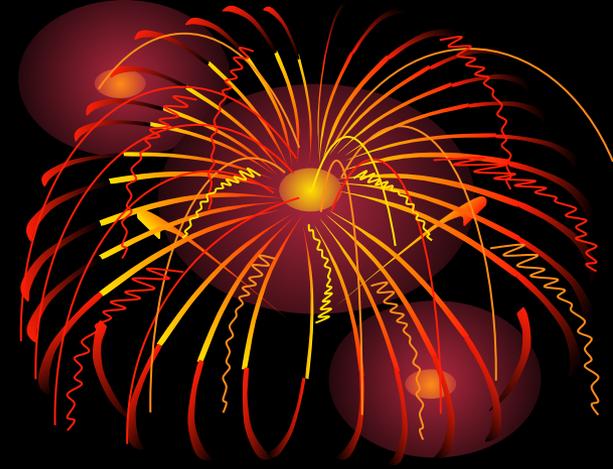


Классный час:
«Мы — за здоровый
образ жизни»

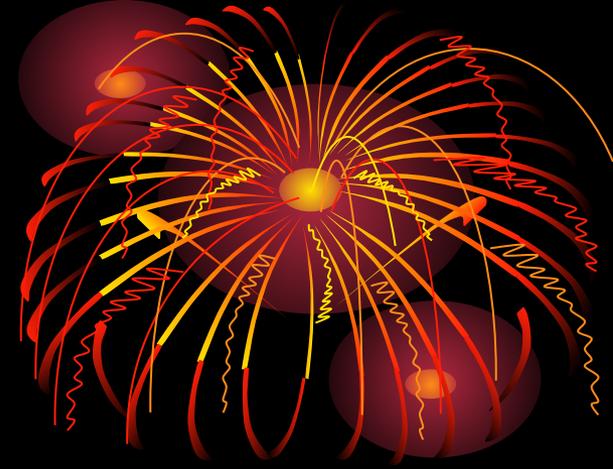


Спорт

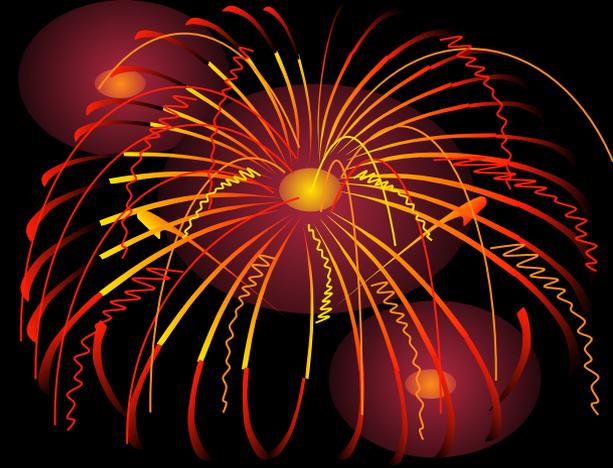




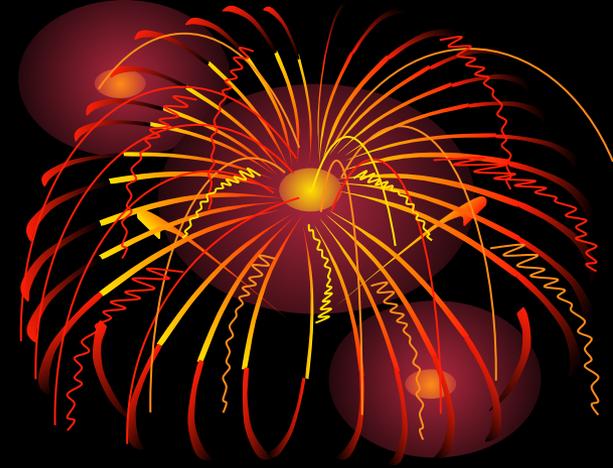
**1) Как называют любителей купания
зимой в ледяной воде?**



**1) Как называют любителей купания
зимой в ледяной воде?
(Моржи)**

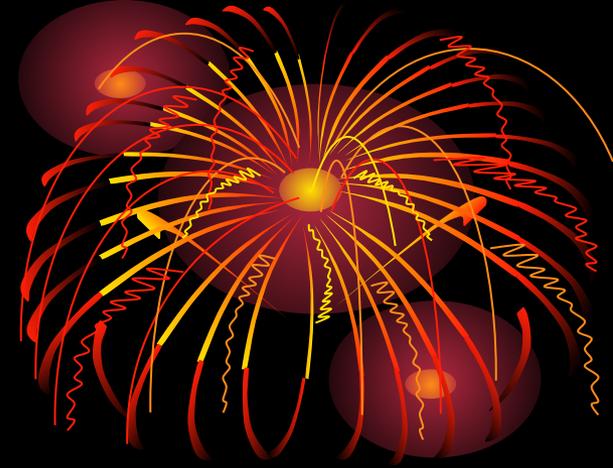


2) Назовите вид спорта, который в переводе с персидского означает «Король мёртв»?

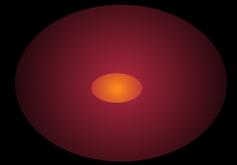


2) Назовите вид спорта, который в переводе с персидского означает «Король мёртв»?

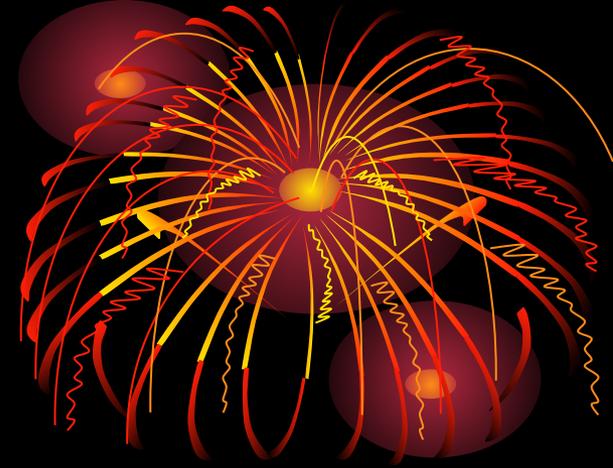
(Шахматы)



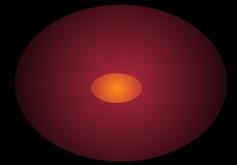
**3) Самолётный, вертолётный,
планёрный...**



Назовите четвёртый вид
авиационного спорта?

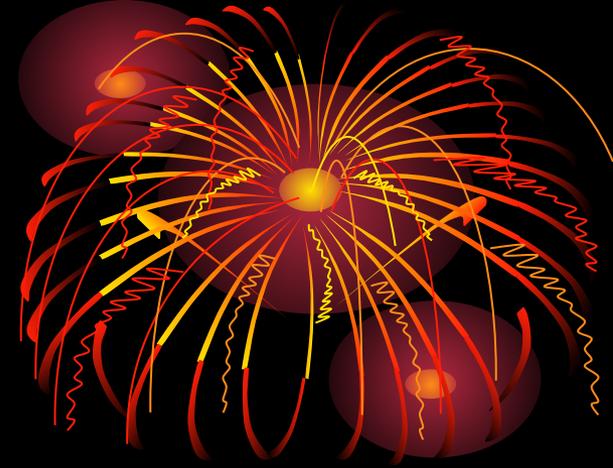


**3) Самолётный, вертолётный,
планёрный...**

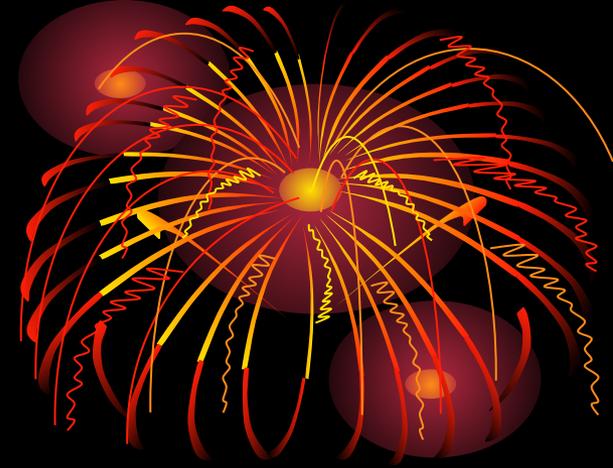


Назовите четвёртый вид
авиационного спорта?

(Парашютный)



4) Есть только один вид спорта, в котором к победе надо пятиться задом. Когда-то он даже входил в программу Олимпийских игр. Как называется этот вид спорта?



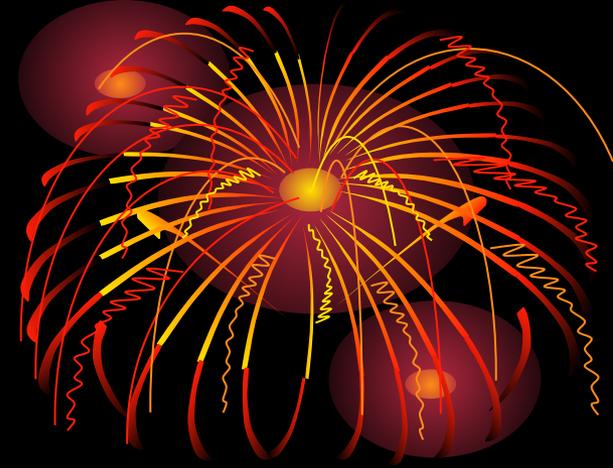
4) Есть только один вид спорта, в котором к победе надо пятиться задом. Когда-то он даже входил в программу Олимпийских игр. Как называется этот вид спорта?

(Перетягивание каната)



5) Со скольких лет можно заниматься тяжелой атлетикой?





**5) Со скольких лет можно
заниматься тяжелой атлетикой?**

(с 15 лет)

5) Есть такая притча. В Древнем Риме в холодную погоду тепло одетый юноша встретил старика. На старике была только набедренная повязка.

- Как ты, старик, не мерзнешь в такой холод? – спросил юноша.

- Но ты же не закрываешь своё лицо! – вместо ответа заметил старик.

- Но ведь это лицо, оно привыкло! – воскликнул юноша.

- Так представь себе, что ...

1. ... я тоже привык;

2. ... я весь лицо;

3. ... я с детства закален;

4. ... я не такой как все?

Как ответил старик?



5) Есть такая притча. В Древнем Риме в холодную погоду тепло одетый юноша встретил старика. На старике была только набедренная повязка.

- Как ты, старик, не мерзнешь в такой холод? – спросил юноша.

- Но ты же не закрываешь своё лицо! – вместо ответа заметил старик.

- Но ведь это лицо, оно привыкло! – воскликнул юноша.

- Так представь себе, что ...

1. ... я тоже привык;

2. ... я весь лицо;

3. ... я с детства закален;

4. ... я не такой как все?

Как ответил старик?

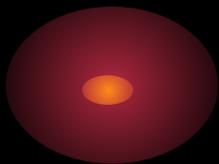
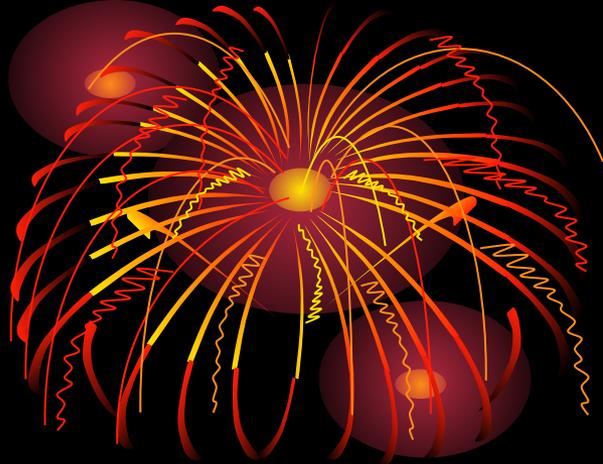


1) В **18** веке Петр **1** утвердил орден.
Это была чугунная восьмиугольная
пластина с ошейником и весом **6** кг
600 граммов. Ношение этого ордена
было обязательно. Как назывался этот
орден?

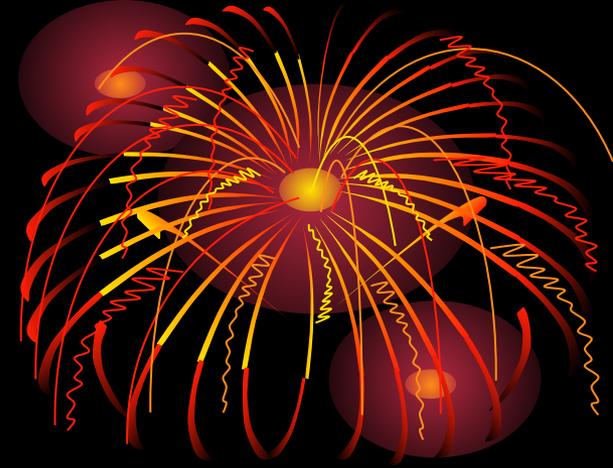
- 1.** « За богатырскую силу »
- 2.** « За здоровый образ жизни »
- 3.** « За добычу лечебного металла »
- 4.** « За пьянство »

1) В **18** веке Петр **1** утвердил орден.
Это была чугунная восьмиугольная
пластина с ошейником и весом **6** кг
600 граммов. Ношение этого ордена
было обязательно. Как назывался этот
орден?

- 1.** « За богатырскую силу »
- 2.** « За здоровый образ жизни »
- 3.** « За добычу лечебного металла »
- 4.** « За пьянство »

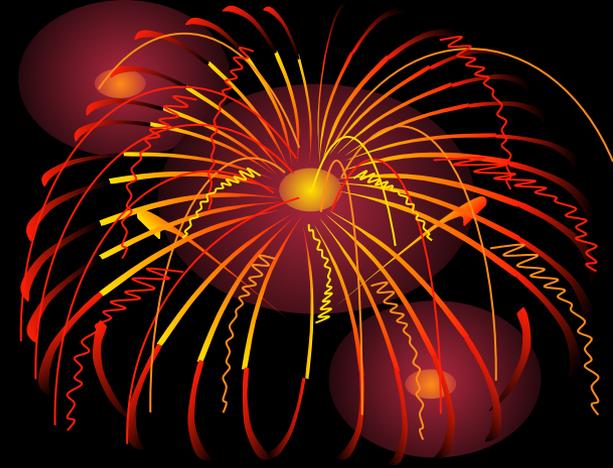


АЛКОГОЛЬ



2) Пьяному море по колено, а лужа

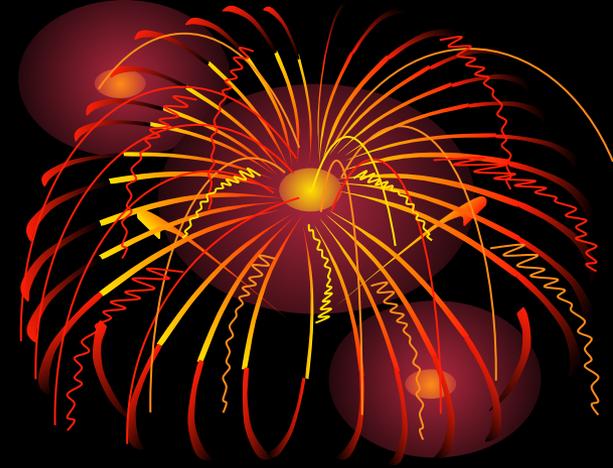
■ ■ ■



2) Пьяному море по колено, а лужа

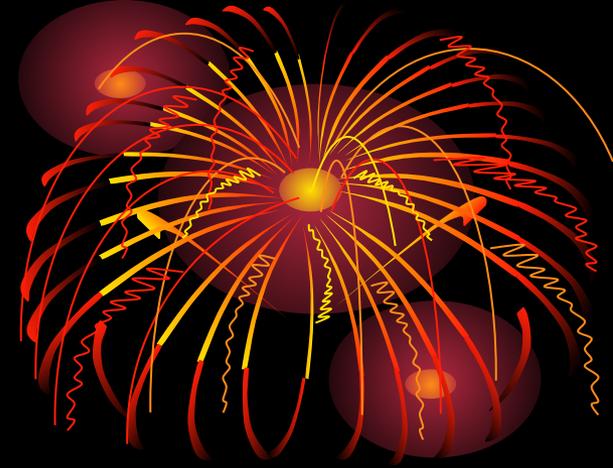
■ ■ ■

(по уши)



3) Что у трезвого на уме – у пьяного

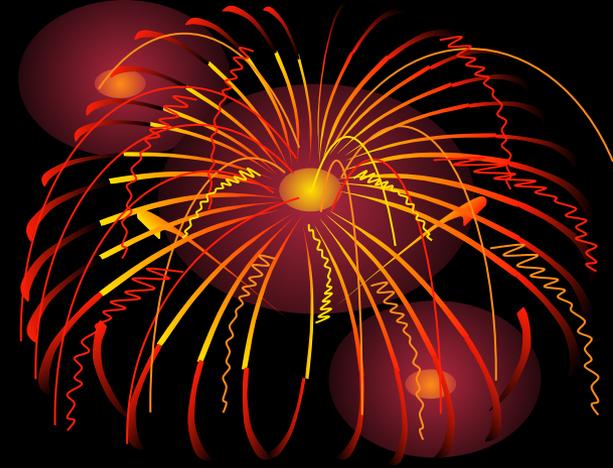




3) Что у трезвого на уме – у пьяного

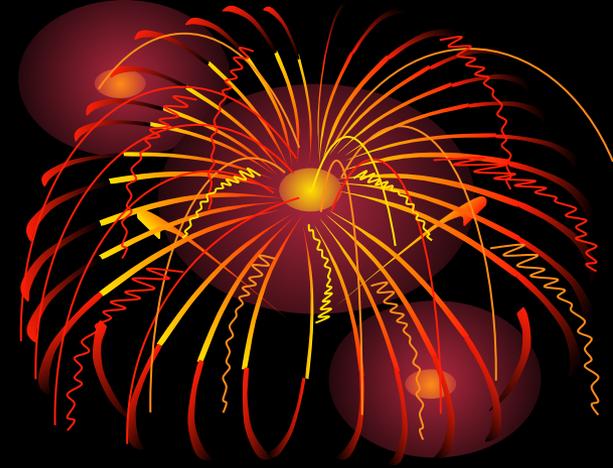
■ ■ ■

(на языке)

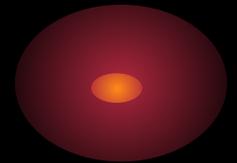


4) Пить до дна – не видать...

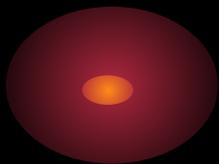




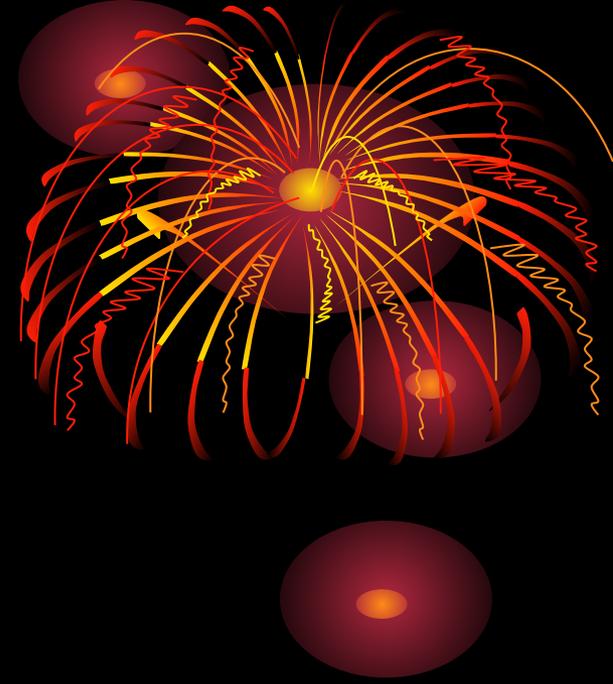
4) Пить до дна – не видать...



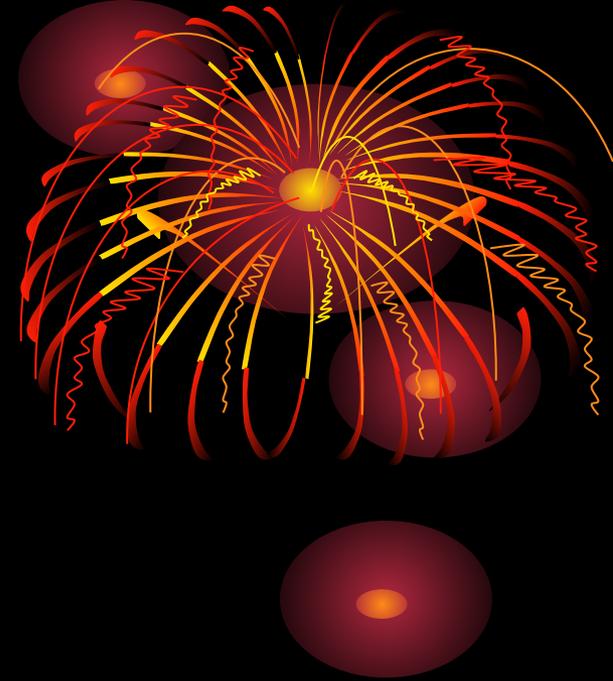
(добра)



Здоровье



1) В здоровом теле - здоровый...



1) В здоровом теле - здоровый...

(дух)



2) Закончите мудрую китайскую пословицу...

**« Нужно умереть молодым, но
постараться...»**

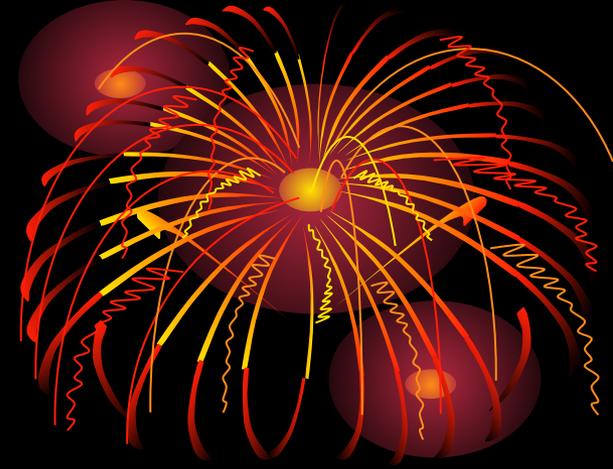
- 1. ... дожить до старости;**
- 2. ... нажать как можно больше;**
- 3. ... сделать это как можно позже;**
- 4. ... завести как можно больше друзей;**



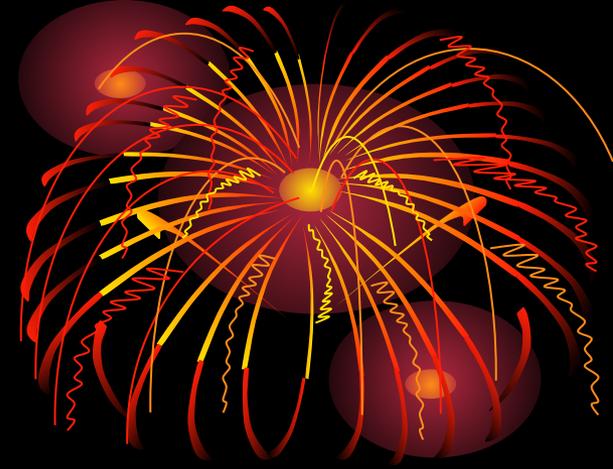
2) Закончите мудрую китайскую поговорку...

« Нужно умереть молодым, но постараться...»

- 1. ... дожить до старости;**
- 2. ... нажать как можно больше;**
- 3. ... сделать это как можно позже;**
- 4. ... завести как можно больше друзей;**

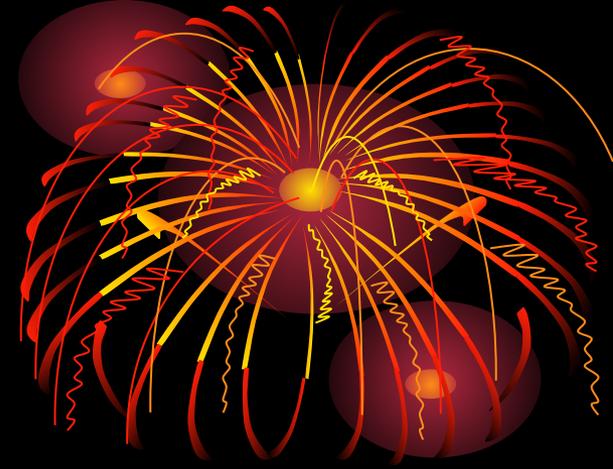


3) Как называется наука о здоровье и профилактике заболеваний?

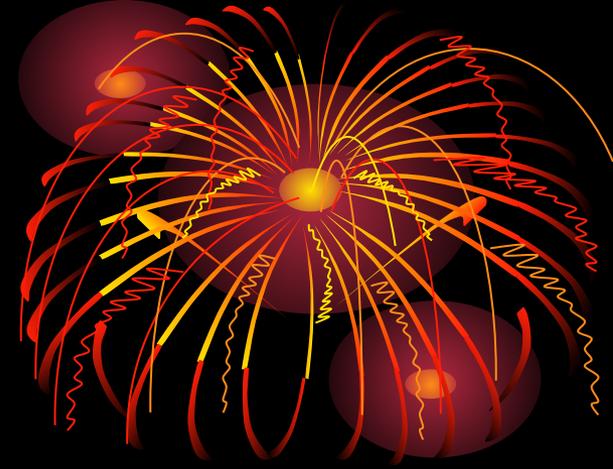


3) Как называется наука о здоровье и профилактике заболеваний?

(Валеология)

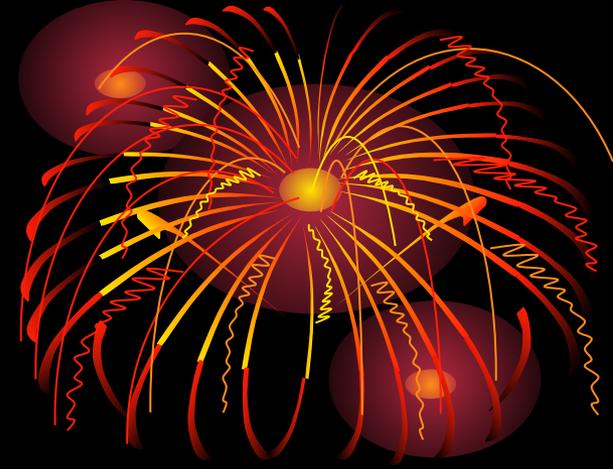


4) Что мешает ядам причинить вред организму?

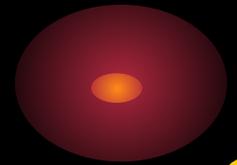


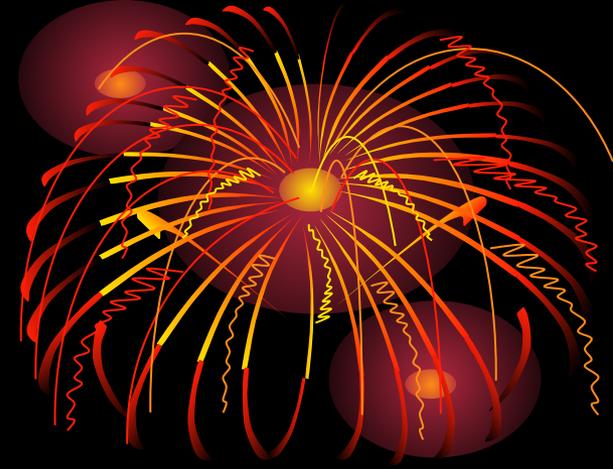
4) Что мешает ядам причинить вред организму?

(Иммунитет)



5) Как называется явление ускоренного физического развития?





**5) Как называется явление
ускоренного физического развития?
(Акселерация)**





6) «Пожилой возраст» - от 60 до 70 лет,

«Старческий возраст» - от 75 до 80 лет.

Как называют людей старше 90 лет?

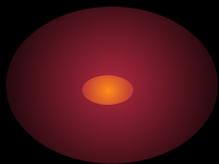
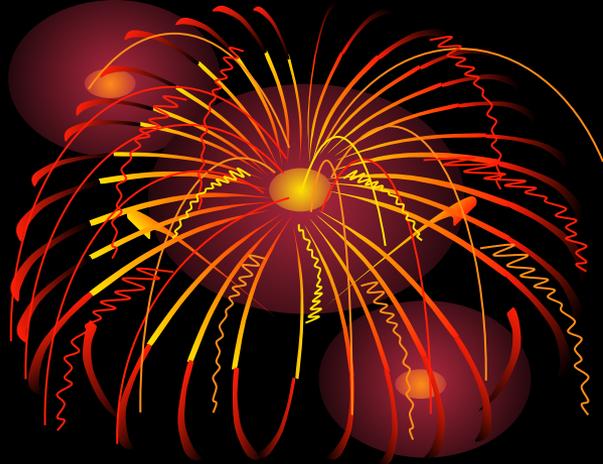


6) «Пожилой возраст» - от 60 до 70 лет,

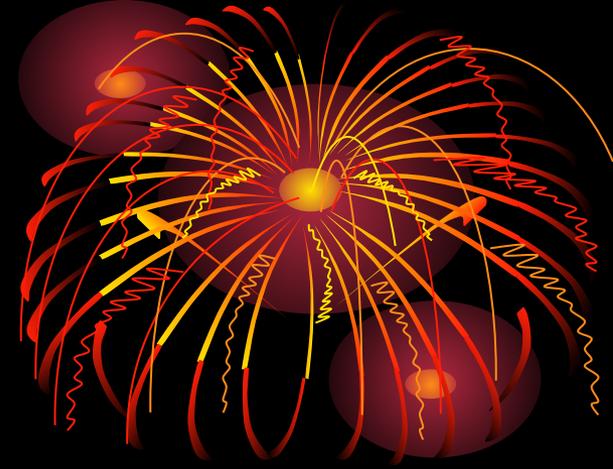
«Старческий возраст» - от 75 до 80 лет.

Как называют людей старше 90 лет?

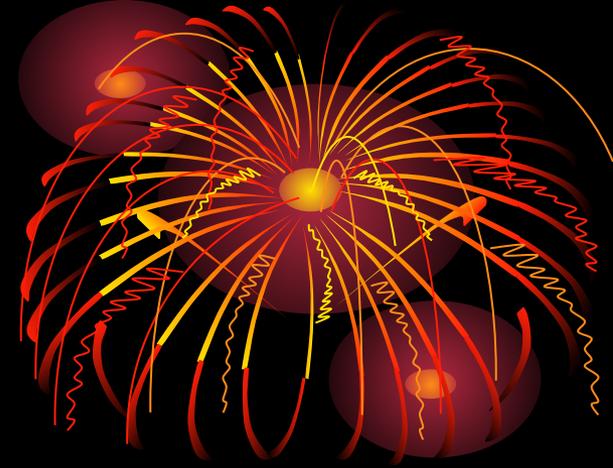
(Долгожители)



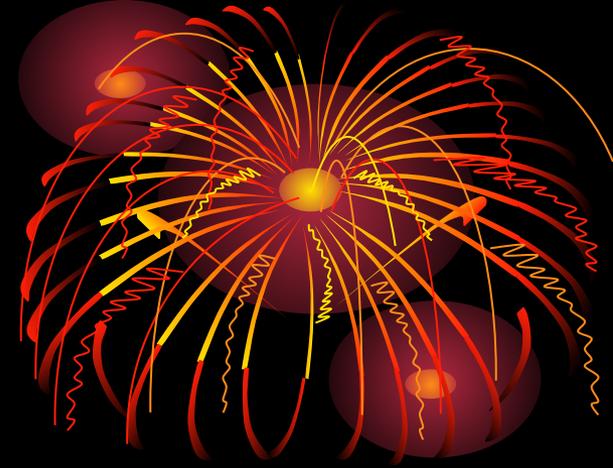
Курение



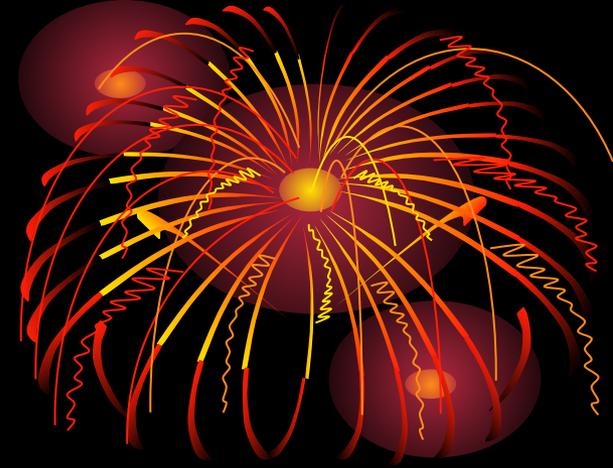
1) Легко ли отказаться от курения?



**1) Легко ли отказаться от курения?
(Нет)**

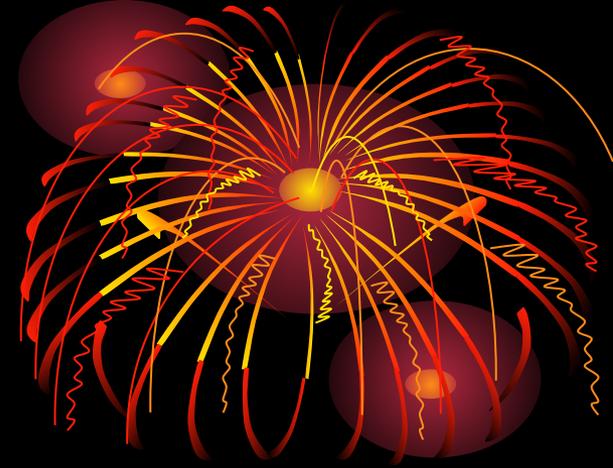


2) О чем предупреждает Минздрав?

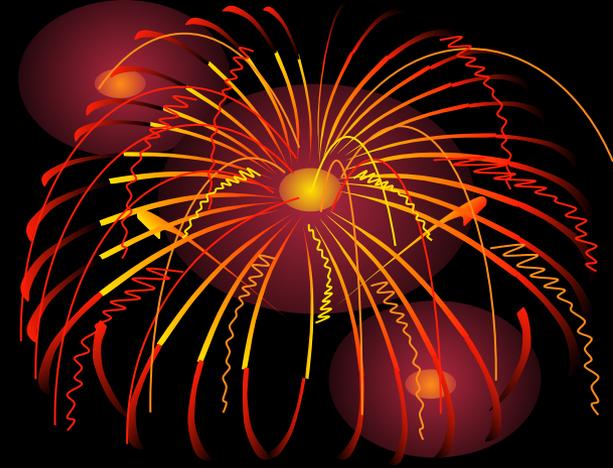


2) О чем предупреждает Минздрав?

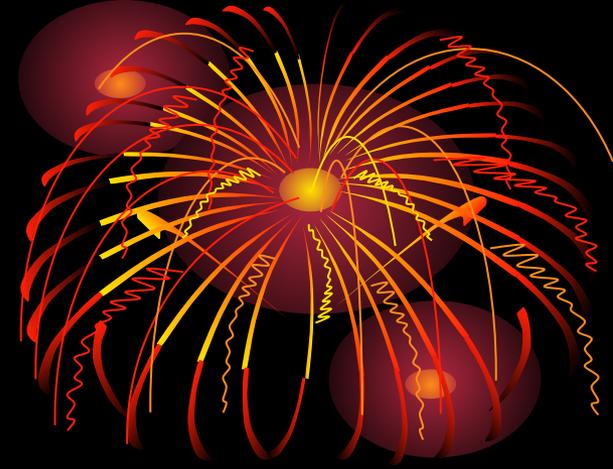
**(Курение опасно для вашего
здоровья)**



3) Когда табак попал в Россию? Век?



3) Когда табак попал в Россию? Век?
(Начало 17 века)

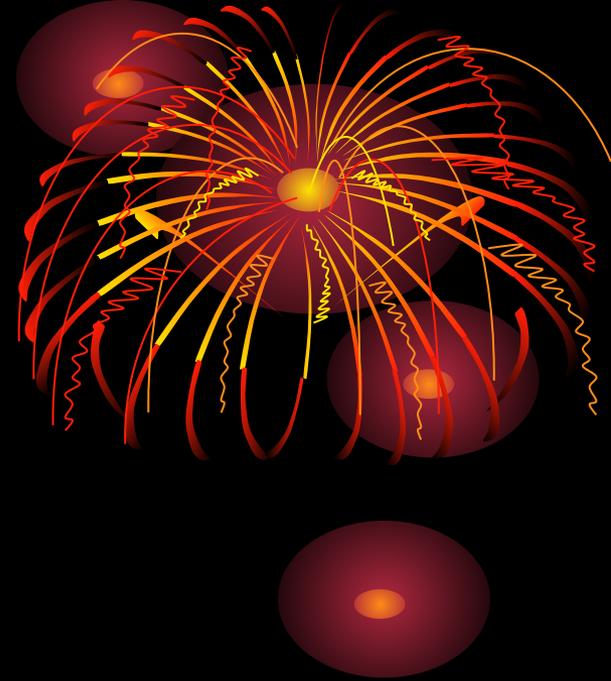


4) Что содержится в табачном дыме?



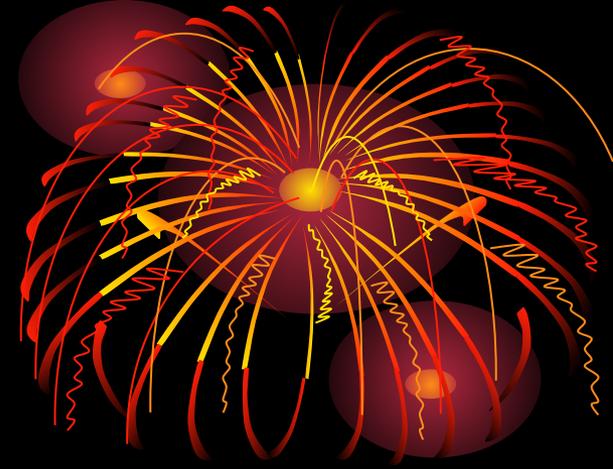
4) Что содержится в табачном дыме?

(Кроме никотина, аммиак, угарный газ, синильная кислота, сероводород, радиоактивные изотопы калия, мышьяка, свинца, висмута, полония)

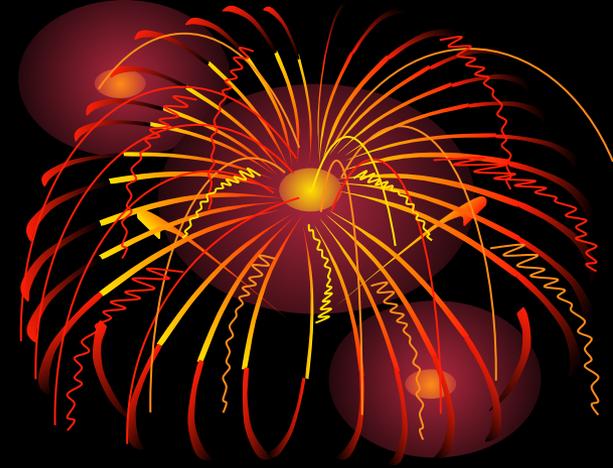


Питашице



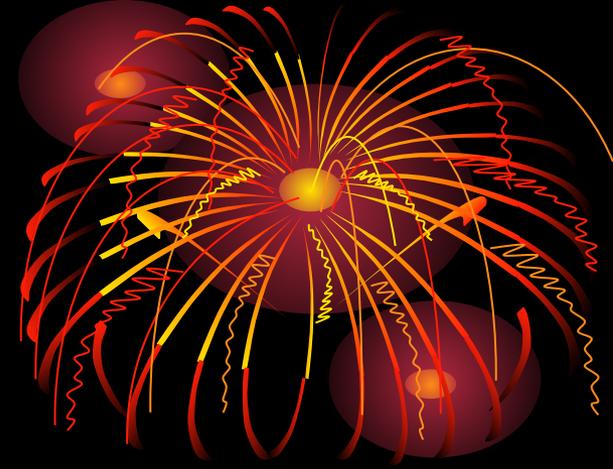


1) Без чего невозможен здоровый обед?

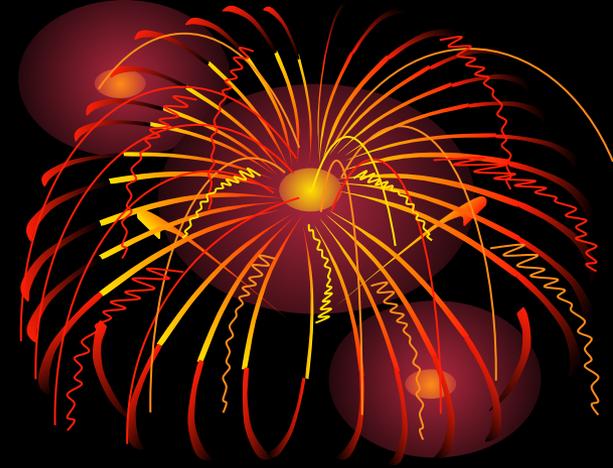


**1) Без чего невозможно здоровый
обед?**

(Без аппетита)

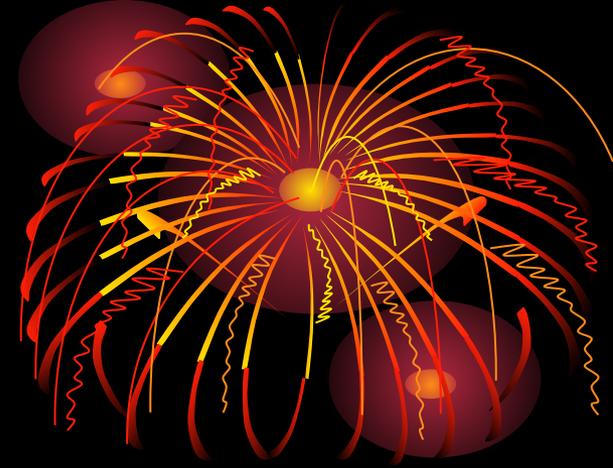


2) ... Это обязано быть на столе даже в самой бедной семье? Что это?



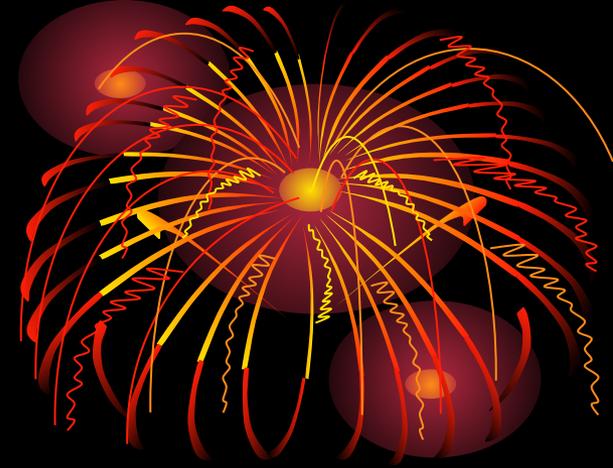
**2) ... Это обязано быть на столе даже
в самой бедной семье? Что это?**

(Соль)



3) Скир, чал, сузьма, иремшик,
пишлок, телеме, сукман, кумыс,
йогурт ещё

сотни названий – получается из
исходного сырья? Какого?



3) Скир, чал, сузьма, иремшик,
пишлок, телеме, сукман, кумыс,
йогурт ещё

сотни названий – получается из
исходного сырья? Какого?

(Из молока)



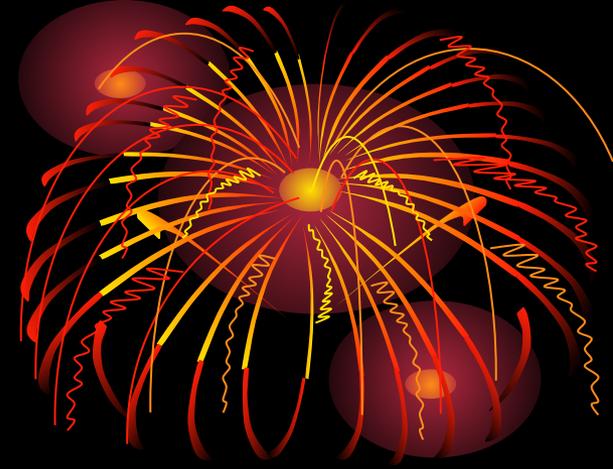
4) В арабской сказке «Али – Баба и **40** разбойников» главарь шайки проник в дом Али – Бабы для того, чтобы убить его. Хозяин радушно принял гостя, пригласил за стол. Но атаман упорно отказывался от пищи из-за одной особенности её приготовления. В чем заключается эта особенность?

- 1.** Пищу готовили не в казане, а на углях.
- 2.** Пищу посолили.
- 3.** Не вызывал аппетита.
- 4.** Пищу готовила женщина.

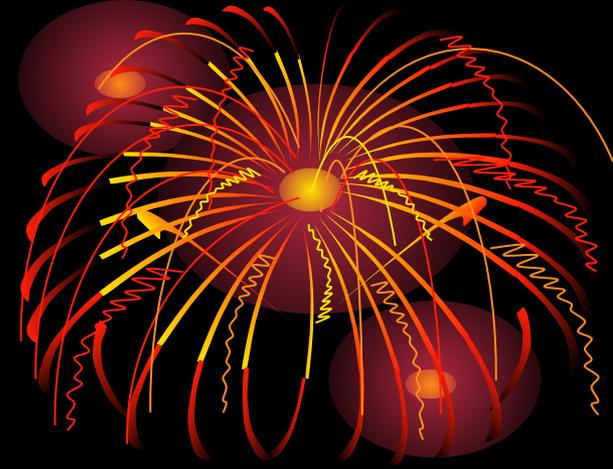


4) В арабской сказке «Али – баба и **40** разбойников» главарь шайки проник в дом Али – Бабы для того, чтобы убить его. Хозяин радушно принял гостя, пригласил за стол. Но атаман упорно отказывался от пищи из-за одной особенности её приготовления. В чем заключается эта особенность?

- 1.** Пищу готовили не в казане, а на углях.
- 2.** Пищу посолили.
- 3.** Не вызывал аппетита.
- 4.** Пищу готовила женщина.

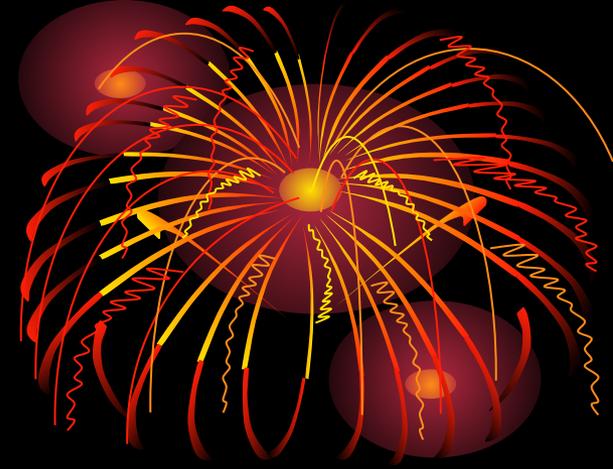


5) Какой продукт употребляют все народы?

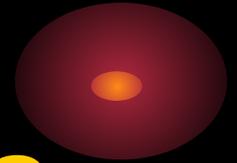


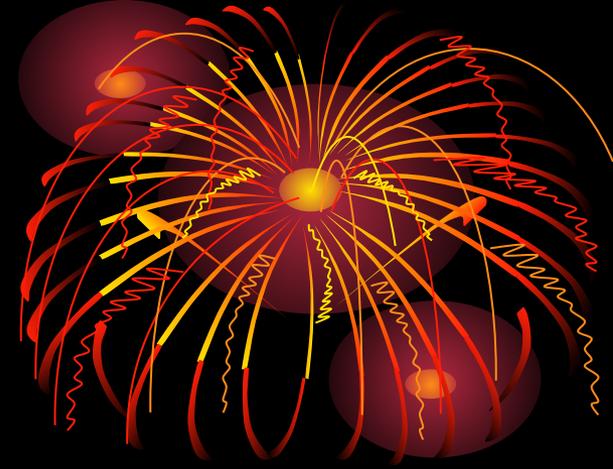
5) Какой продукт употребляют все народы?

(Хлеб)

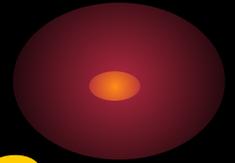


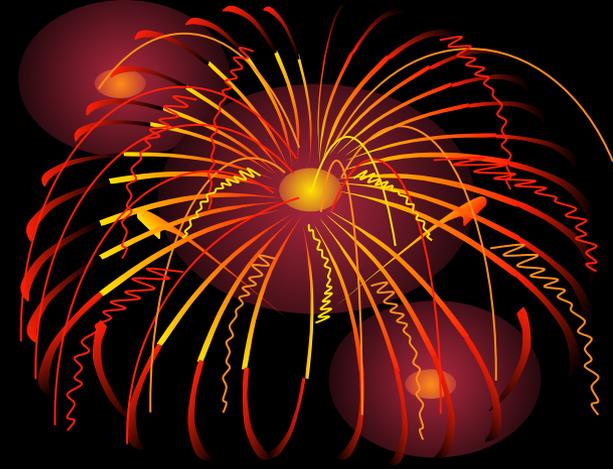
6) Люди, питающиеся только растительно-молочной пищей?



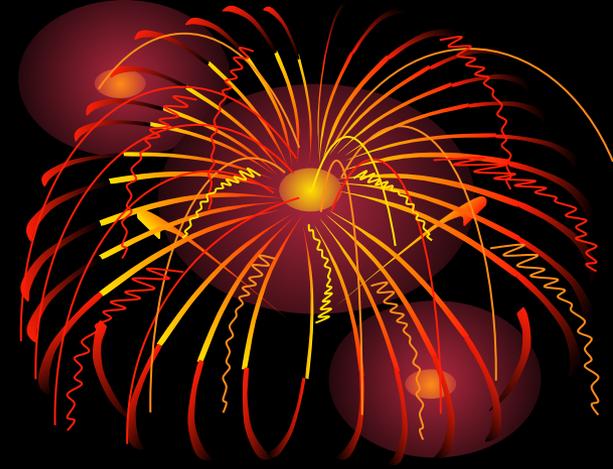


**6) Люди, питающиеся только
растительно-молочной пищей?
(Вегетарианцы)**



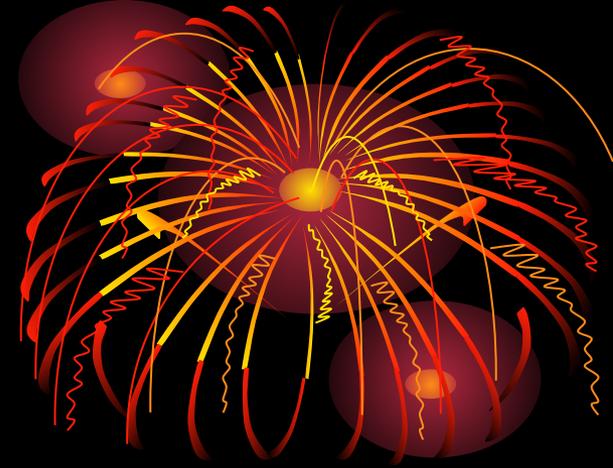


7) Как называется лечение болезней продуктами питания?



**7) Как называется лечение болезней
продуктами питания?**

(Диетотерапия)

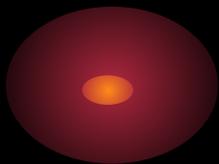
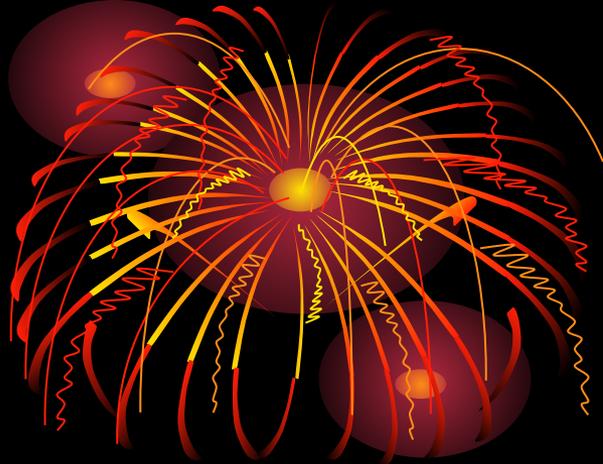


1) Название этой болезни происходит от греческого слова **«narke»**, что в переводе означает **«оцепенение и мания»**. О чём идет речь?

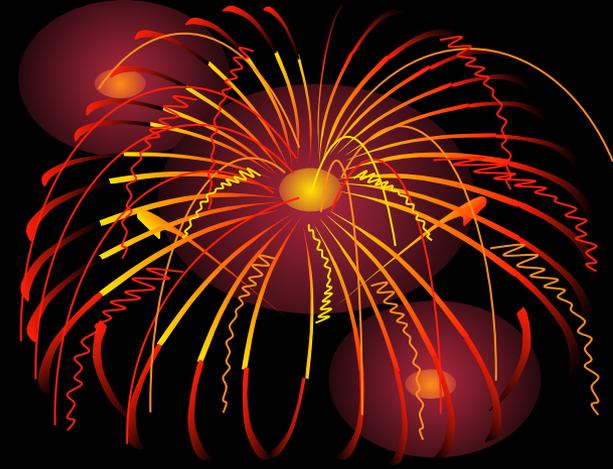


1) Название этой болезни происходит от греческого слова **«narke»** , что в переводе означает **«оцепенение и мания»**. О чём идет речь?

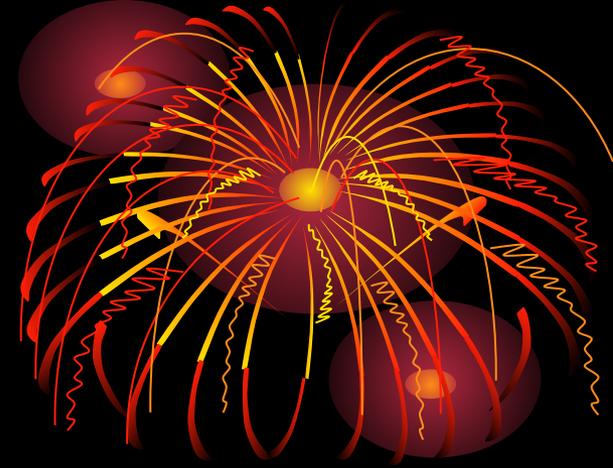
(О наркомании)



Наркомания

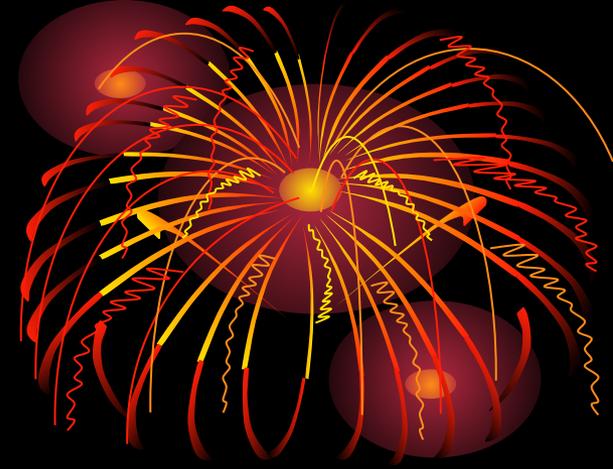


2) Правда ли, что есть безвредные наркотики?

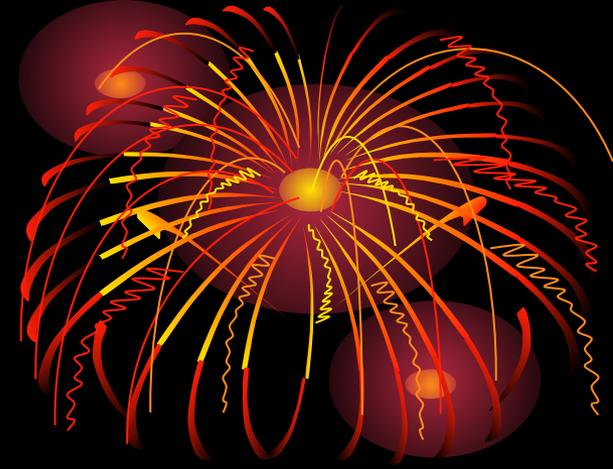


2) Правда ли, что есть безвредные наркотики?

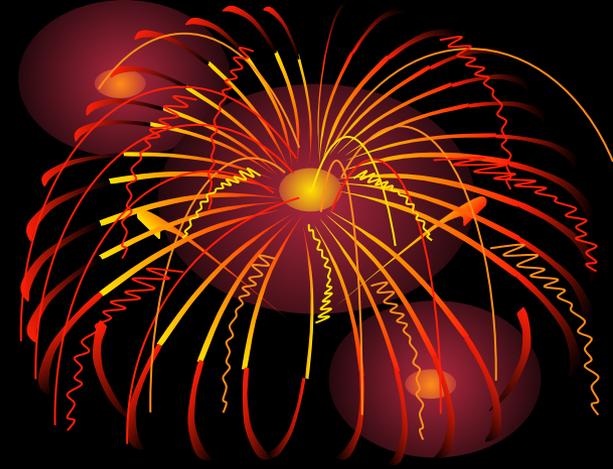
(Нет)



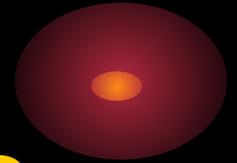
3) Какой вирус вызывает синдром приобретенного иммунодефицита?

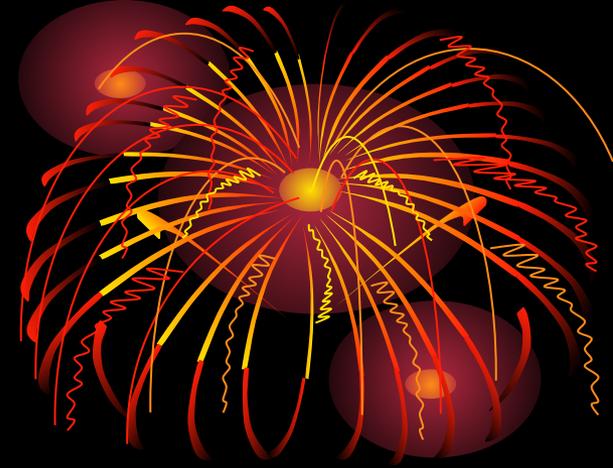


**3) Какой вирус вызывает синдром
приобретенного иммунодефицита?
(ВИЧ)**



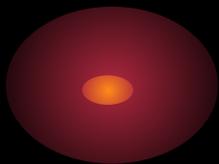
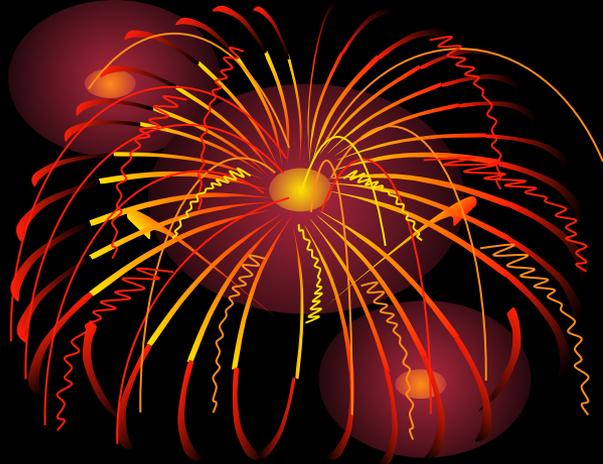
4) Что означает в переводе с латинского слово «ВИТАМИН»?





**4) Что означает в переводе с
ЛАТИНСКОГО СЛОВО «ВИТАМИН»?**

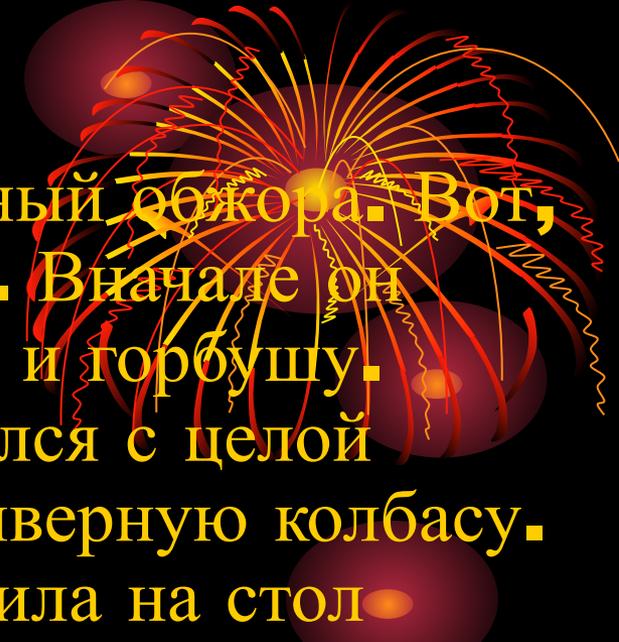
(ЖИЗНЬ)



Стрессы

За обеденным столом.

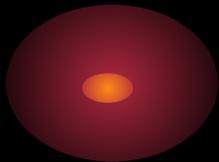
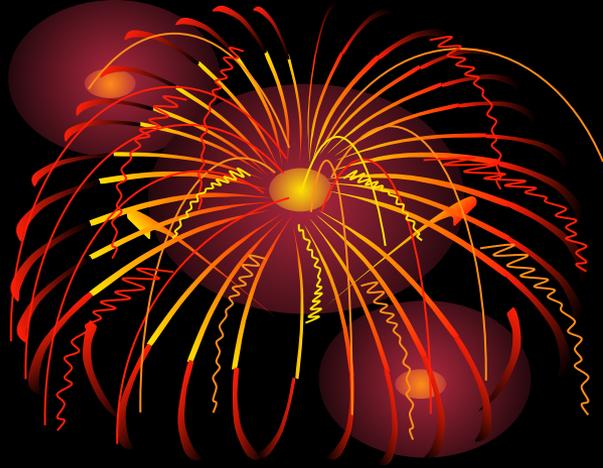
Мой старший брат Федя – ужасный обжора. Вот, например, как он пообедал сегодня. Вначале он съел солёную рыбу: кильки, сельдь и горбушу. Потом довольно легко Федя управился с целой кастрюлей лапши. Затем он съел ливерную колбасу. Мама говорит: « Кажется, я положила на стол ливерную?» Федя лишь пожал плечами: я, мол, около себя никакой колбасы не видел. А у меня от хохота в горле словно застрял ком. Пот на лбу выступил. Пока я смеялся, брат как бы невзначай отправил себе в рот изрядный кусок пирога.



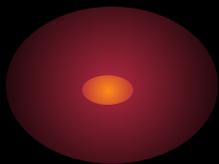
За обеденным столом.

Мой старший брат Федя – ужасный ~~божора~~. Вот, например, как он пообедал сегодня. Вначале он съел солёную рыбу: кильки, сельдь и горбушу. Потом довольно легко Федя управился с целой кастрюлей лапши. Затем он съел ливерную колбасу. Мама говорит: « Кажется, я положила на стол ливерную? » Федя лишь пожал плечами: я, мол, около себя никакой колбасы не видел. А у меня от хохота в горле словно застрял ком. Пот на лбу выступил. Пока я смеялся, брат как бы невзначай отправил себе в рот изрядный кусок пирога.





Королевское настроение



КРАСИВАЯ НАСТРОЕВИЯ