



БЕФРЕТИТЕ ЗДОРОВЬЕ!

викторина

Выполнила Наумова Марина Леонидовна

ГБОУ СОШ №2065 ДСП №9

СТАРШАЯ ГРУППА №7

2016

ТЕРМИНЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Как называется повышенная чувствительность организма к воздействию факторов окружающей среды?



ОТВЕТ

□ *Аллергия*



ТЕРМИНЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Как называется нарушение
нормальной
жизнедеятельности
организма?



ОТВЕТ

□ Болезнь



ТЕРМИНЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

**Состояние душевного и телесного
благополучия,
характеризующееся отсутствием
болезненных проявлений,
называется ...**



ОТВЕТ

□ здоровье



ТЕРМИНЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Эмоциональное
выражение потребности
человека в пище — это ...



OTBET

□ *Annemum*



«ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА»

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



ОТВЕТ

□ Душ



«ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА»

□ Как часто
рекомендуется
мыть голову?



ОТВЕТ

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



«ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА»

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



ОТВЕТ

□ Жевательная резинка



«ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА»

- Шампунь, мыло, зубная щетка, полотенце что не является предметом личной гигиены?



ОТВЕТ

□ Шампунь и мыло



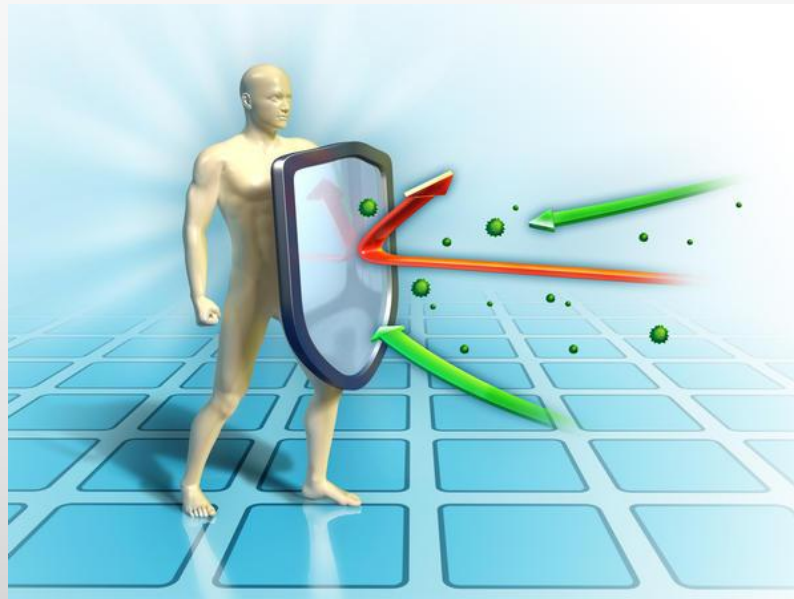
«ПИТАНИЕ»

- Как называется способность организма противостоять действию повреждающих факторов, защитная реакция организма?



ОТВЕТ

□ Иммунитет



«ПИТАНИЕ»

- От летучих веществ
какого растения гибнут
болезнетворные
бактерии?



ОТВЕТ

□ ОТ лука



«ПИТАНИЕ»

- Какой витамин называют «витамином роста»?



ОТВЕТ



СЫР



ЯЙЦА



ПЕЧЕНЬ

МЯСО



РЫБА



БРОККОЛИ



МОРКОВЬ

ВИТАМИН А



ДЫНЯ



АБРИКОС



ПЕРСИК



ПЕРЕЦ



ТЫКВА



КАРТОФЕЛЬ



АВОКАДО



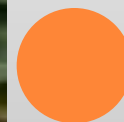
«ПИТАНИЕ»

В каком овощном
растении содержится 90
% воды?



ОТВЕТ

□ В капусте



«ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ»

- Каким по продолжительности должно быть время чистки зубов?



ОТВЕТ

□ 2-3 минуты



«ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ»

- Каков срок службы зубной щетки?



ОТВЕТ

□ 1-3 месяца



«ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ»

- Какое количество зубной пасты надо наносить на щетку?



ОТВЕТ

□ С горошину



«ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ»

- В нашей стране от какого заболевания страдает почти 100% населения.



ОТВЕТ

□ Кариес



«ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ»

- К какому врачу надо идти если заболят зубы?



ОТВЕТ

□ К стоматологу



«ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ»

□ Как часто надо
посещать
стоматолога?



ОТВЕТ

□ 1 раз в полгода



ВОПРОСЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ

Какую 1-ую помощь
надо оказать при
укусах животных?



ОТВЕТ

- *Промыть рану теплой водой с мылом, затем наложить чистую повязку*



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ

С помощью какого самого
простого способа можно
уменьшить опухоль при
укусе пчелы?



ОТВЕТ

- *Наложить на ужаленное место холодный компресс*



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ

**Как помочь человеку при
пищевом отравлении?**



ОТВЕТ

- ▣ *Надо дать выпить как можно больше любой жидкости*



ПИТАНИЕ

Лечебное питание при
различных заболеваниях с
ограничением тех или иных
компонентов пищи — это ...



ОТВЕТ

□ Диета



ФАКТОРЫ ВНЕШНЕЙ СРЕДЫ

Как добиться хорошего
цвета лица, не
используя
косметических
средств?



ОТВЕТ

- ▣ *Надо чаще бывать на свежем воздухе, употреблять больше овощей и фруктов, избегать курения и других вредных привычек*



ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

- Продукт из фруктов, который рекомендуется выпивать за 30 мин до еды.

сок

- Жидкость, которую необходимо употреблять в количестве 2,5 литра в сутки.

вода

- Вещество, которое надо приложить к суставу при растяжении.

лед



МОЛОДЦЫ!

