

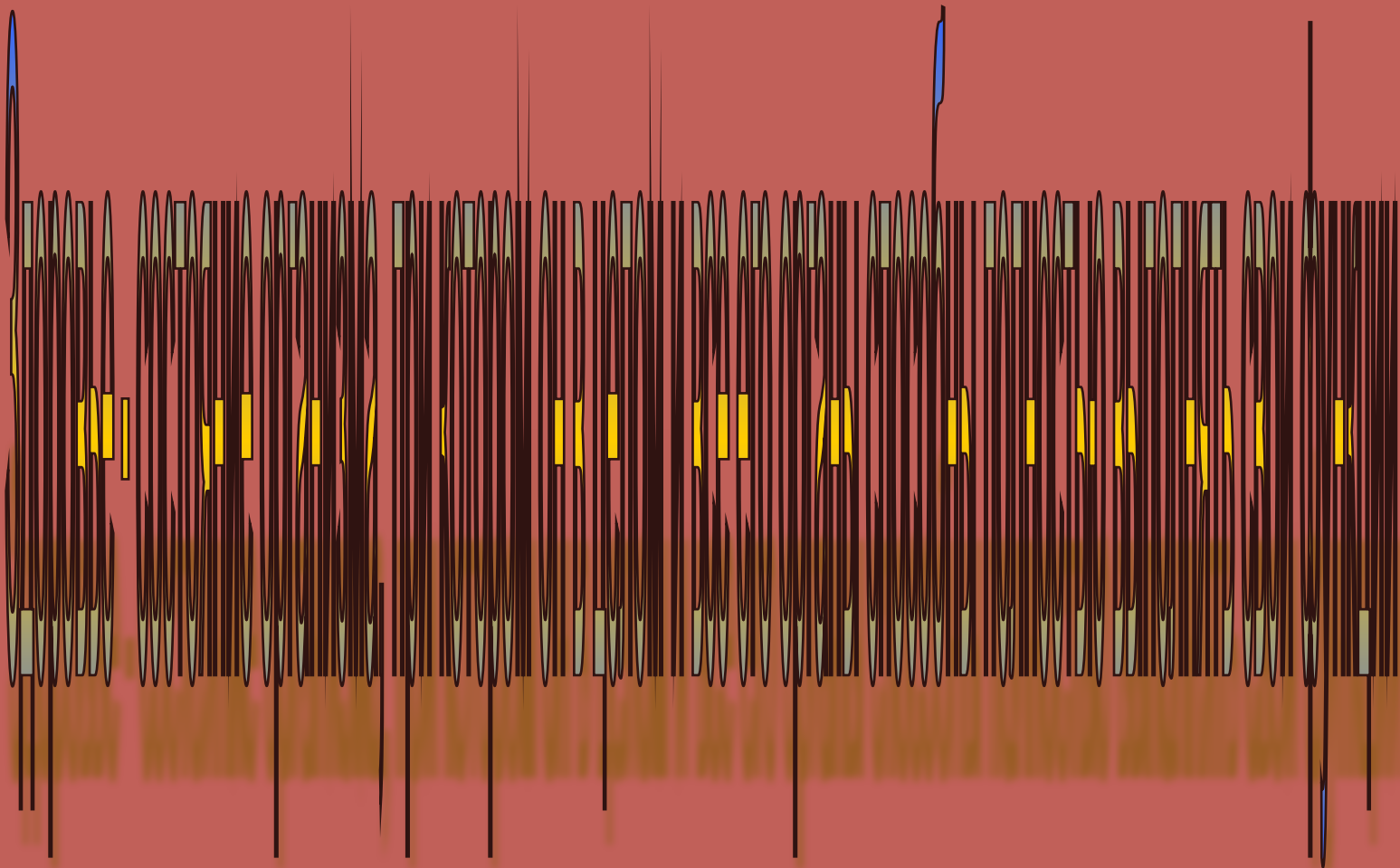
Мое здоровье — мое богатство!



Викторина

- 1. Сколько раз в день рекомендуется питаться?
- 2. За какое время до сна следует принимать пищу?
- 3. Что в течение жизни человек постоянно расходует?
- 4. Какие вещества необходимы человеку для питания?
- 5. Назовите главные источники витаминов?
- 6. Сколько часов положено спать школьникам?
- 7. Какие процедуры необходимы для укрепления здоровья?
- 8. Как можно справиться с волнением и страхом?
- 9. Сколько в слове «здоровье» букв и звуков?





Великий *Гиппократ* в своё время говорил о здоровье: «Человек должен знать, как помочь себе самому в болезни, имея в виду, что здоровье есть высочайшее богатство человека». *Джон Леббок* говорил: «Здоровье гораздо более зависит от наших привычек и питания, чем от врачебного искусства».



Спасибо за внимание!

