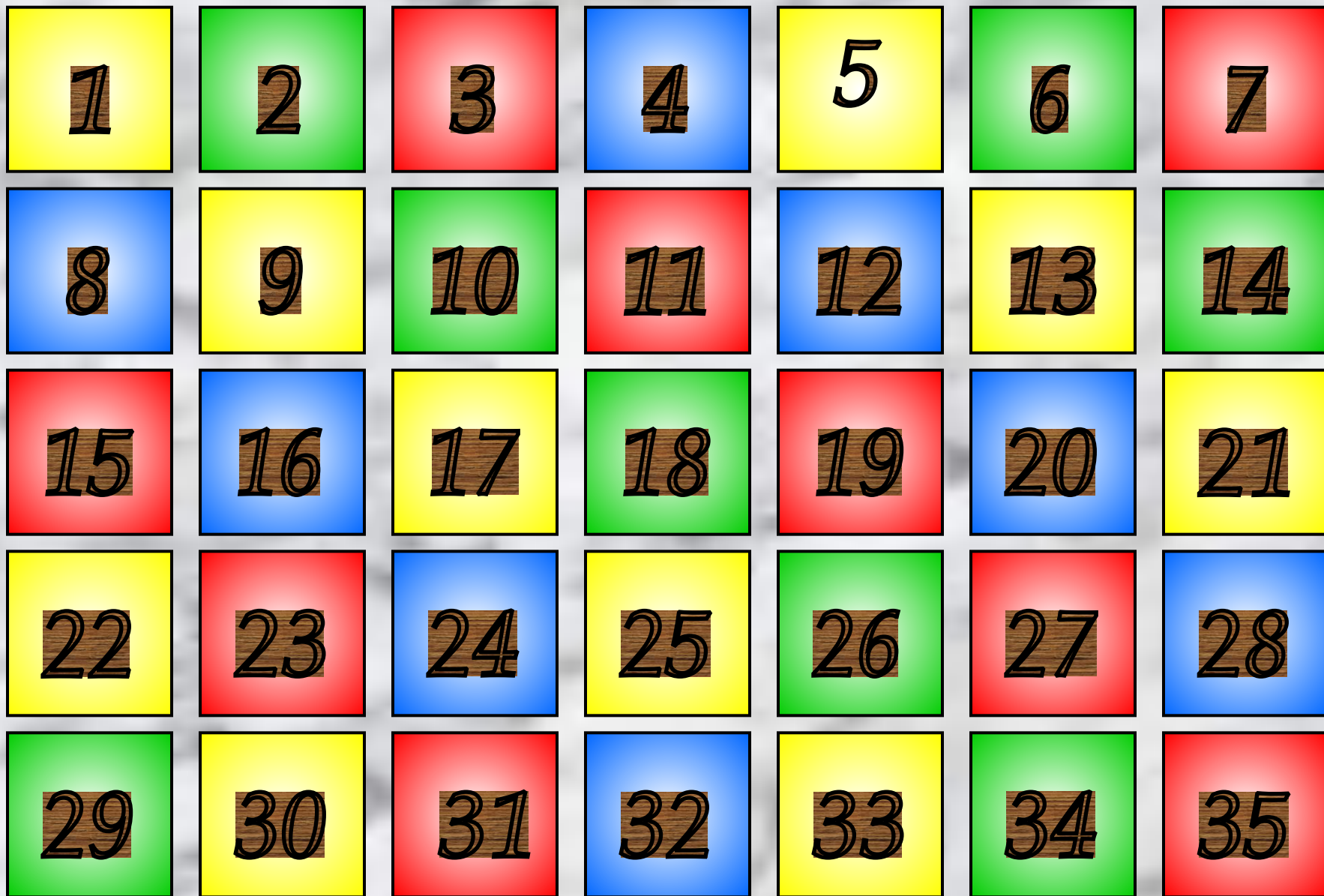


Правила игры

1. Выберите ячейку с номером.
2. Прочитайте вопрос.
3. Время на обдумывание – 5 секунд.
4. После звукового сигнала дайте устный ответ.
5. За каждый правильный ответ присуждается 1 балл.
6. Побеждает команда, которая по итогам игры наберёт большее количество баллов.

Начать игру

Выход



Правила игры

Выход
Д



ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Продолжите поговорку: «Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги ...»

Правильный ответ

В тепле

5

ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Когда отмечают Всемирный день
здоровья?

Правильный ответ

7 апреля



ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Назовите вредные привычки, с которыми борется человечество на протяжении многих лет.

Правильный ответ

Курение, алкоголизм,
наркомания,
табачкомания.





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Назовите три составляющие
здорового образа жизни

Правильный ответ

Режим дня, правильное
питание, гигиена,
двигательная активность,
закаливание





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

В каких единицах измеряется энергетическая ценность пищи?

Правильный ответ

В калориях





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Как иначе называется флосс для чистки зубов?

Правильный ответ

Зубная нить





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Способность организма противостоять действиям повреждающих факторов, защитная реакция организма

Правильный ответ

ИММУНИТЕТ



ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Более половины энергетических потребностей организма покрывается за счёт этих веществ, находящихся в пище

Правильный ответ





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Область медицины, изучающая
влияние внешней среды на
здоровье человека

Правильный ответ

Гигиена



ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

**С чего следует начинать
закаливающие процедуры?**

Правильный ответ

с обтирания





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Состояние психической напряжённости,
возникающее под влиянием сильных
раздражителей

Правильный ответ

Стресс





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

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

Правильный ответ

дошф





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Белок, применяемый при лечении
насморка и гриппа

Правильный ответ



Интерферон

23

ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

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

Правильный ответ

резинка

Жевательная



27

ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Намочи его водой, да потри его рукой.
Как начнёт гулять по шее, сразу ты
похорошеешь.

Правильный ответ**Мыло**



ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Иммунитет, выработанный после перенесения инфекционного заболевания?

Правильный ответ

**Приобретенный
иммунитет**





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Такое сопровождение зарядки улучшает настроение, облегчает выполнение упражнений

Правильный ответ

Музыкальное сопровождение





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Это необходимо принимать ежедневно утром и вечером, а в жаркую погоду до 4 раз в день

Правильный ответ





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Назовите средства закаливания

Правильный ответ



Солнце, воздух и вода

10

ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Кому принадлежат слова: «Нет на свете прекрасней одёжи, чем бронза мускулов и свежесть кожи?»

Правильный ответ**В. Маяковскому**



ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Медицинский препарат, за употребление которого спортсмен дисквалифицируется

Правильный ответ



ДНИЦОУ



ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Нормальная частота сердечных сокращений взрослого человека

Правильный ответ

**НИИ/ДУ
08-09**



29

ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

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

Правильный ответ**НИКОТИН**



ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Эти клетки являются самыми чувствительными к вредному воздействию алкоголя.

Правильный ответ



**Нервные клетки
головного мозга**



ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Наркомания способствует
распространению этого
неизлечимого заболевания

Правильный ответ

СПИД



ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

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

Правильный ответ

кариес





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Вещество, возбуждающее работу сердца?

Правильный ответ



Адреналин



ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Система циклических упражнений, требующих проявления выносливости, способствующая совершенствованию функциональных возможностей сердечнососудистой и дыхательной систем

Правильный ответ



Аэробика



ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Человек, дающий кровь?

Правильный ответ

дonoр





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Наиболее важное составляющее
здорового образа жизни

Правильный ответ

режим

Двигательный





ВНИМАНИЕ ! ВОПРОС

Целесообразные формы и способы жизнедеятельности, направленные на формирование, сохранение и укрепление здоровья в конкретных условиях жизни, обеспечивающие полноценное выполнение человеком социальных, профессиональных и биологических функций

Правильный ответ

Здоровый образ жизни



12

Увы! Количество баллов уменьшаются в 2 раза!



Как жаль! Как жаль!

ПЕРЕХОД ХОДА



Повезло! Заработанные баллы удваиваются!

Ура!!! Ура!!! Ура!!!



ПЕРЕХОД ХОДА

15

Повезло! Дополнительно 10 баллов!

Ура!!! Ура!!! Ура!!!



ПЕРЕХОД ХОДА

33

Увы! Минус 5 баллов от общего количества!



Как жаль! Как жаль!

ПЕРЕХОД ХОДА