

«Человек от А до Я. Поговорим о здоровье» (игра)

Цель: активизировать внимание учащихся на значении состояния здоровья в жизни человека, на здоровом образе жизни и влиянии его на здоровье; на факторах, отрицательно влияющих на здоровье человека: экологии, вредных привычках и др; помочь подросткам сделать правильный выбор - здоровый образ жизни.

Правила игры

- **Играют команды.**
- **Правила сходны с правилами телепередачи «Своя игра».**
- **Право первого хода разыгрывается жребием.**
- **Правильный ответ оценивается суммой баллов, назначенной за вопрос.**
- **При неправильном ответе - право хода передается соперникам, снимаются накопленные баллы**

Дополнения к игре

- **«Счастливы́й случай»** - команда получает удвоенное число баллов за данный вопрос; если ответ неверный - баллы не снимаются.
- **«Своя игра»** - команда имеет право увеличить или уменьшить число баллов за данный вопрос.
- **Вопрос-аукцион** - одна команда может перекупить вопрос у другой.
- **«Кот в мешке»** - вопрос надо отдать другой команде.

Дополнения к игре

- **«Ва-банк»** - количество баллов увеличивается или уменьшается на накопленную сумму.
- **Заключительный раунд.** Из предложенных тем путем вычеркивания остается одна. Команда делает ставку на определенное число баллов. Зачитывается вопрос, ответ участники команды записывают на листах. По окончании времени (1 минута) ответы зачитываются вслух. Побеждает команда, набравшая большее количество баллов.

Помощники ведущего:

- **«Таймер»** - следит за временем;
- **«Компьютер»** - подсчитывает баллы каждой команды.

ПЕРВЫЙ РАУНД

Закаливание организма

10 20 30 40 50

Физическая культура

10 20 30 40 50

Двигательная активность

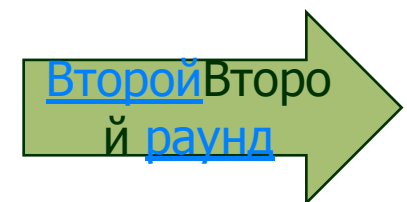
10 20 30 40 50

Экология и здоровье

10 20 30 40 50

Режим учёбы и отдыха

10 20 30 40 50



Первый раунд «Закаливание организма»

10. Назовите виды закаливания?



Первый раунд «Закаливание организма»

20. При каких температурных условиях можно купаться в открытых водоемах?



Первый раунд «Закаливание организма»

30. Регулярное закаливание способствует чему?



Первый раунд «Закаливание организма»

40. **Кот в мешке.** Назовите эффективное средство приспособления к холоду и жаре.

КОТ В МЕШКЕ





Первый раунд «Закаливание организма»

50. Расставьте последовательность закаливания в виде ряда цифр:

1 – умывание холодной водой лица

2 – купание в водоеме

3 – растирание холодной водой до пояса

4 – контрастный душ

5 – обливание тела водой

Первый раунд «Физическая культура»

10. Для развития выносливости полезны...



Первый раунд «Физическая культура»

20. Назовите основные средства развития быстроты.



Первый раунд «Физическая культура»

30. **Вопрос-аукцион.** Назовите основные средства развития силы мышц.

ВОПРОС - АУКЦИОН



Первый раунд «Физическая культура»

40. Для развития гибкости наиболее полезны следующие упражнения...



Первый раунд «Физическая культура»

50. Упражнения для развития быстроты реакции.



Первый раунд «Двигательная активность»»

10. Недостаток движения.



Первый раунд «Двигательная активность»»

20. Целенаправленный процесс
взаимодействия человека с миром.



Первый раунд «Двигательная активность»»

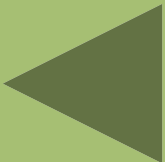
30. В пользу чего еще в 1863 г. И.М. Сеченов впервые привел доводы и практические результаты?



Первый раунд «Двигательная активность»»

40. **Счастливый случай.** Для поддержания оптимальных физических и психических качеств (здоровья) необходима постоянная...

СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ



Первый раунд «Двигательная активность»»

50. Сердечные заболевания
результат



Первый раунд «Экология и здоровье»

10. Назовите изменения, происходящие в природе в результате хозяйственной деятельности?



Первый раунд «Экология и здоровье»

20. Назовите главный норматив качества окружающей природной среды?



Первый раунд «Экология и здоровье»

30. Ва-банк. Назовите последствия кислотных осадков.



ВА - БАНК

Первый раунд «Экология и здоровье»

40. Какую опасность представляют
сточные воды для здоровья населения?



Первый раунд «Экология и здоровье»

50. Назовите последствия кислотных осадков.



Первый раунд «Режим учёбы и отдыха»

10. Способ профилактики нарастания
устомления...



Первый раунд «Режим учёбы и отдыха»

20. Правильное чередование периодов работы и отдыха, их продолжительность, рациональное распределение времени в течение одного дня, недели, месяца, года это - ?



Первый раунд «Режим учёбы и отдыха»

30. Невыполнение режима дня приводит к
...?



Первый раунд «Режим учёбы и отдыха»

40. Назовите причины переутомления.



Первый раунд «Режим учёбы и отдыха»

50. Своя игра. К выполнению домашнего задания необходимо приступить после продолжительного отдыха, через...

СВОЯ ИГРА



ВТОРОЙ РАУНД

Личная гигиена

20 40 60 80 100

Рациональное питание

20 40 60 80 100

Биологические активные вещества

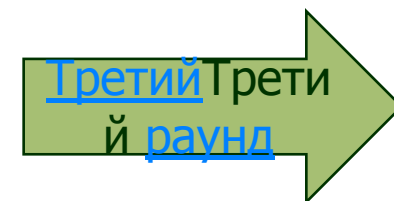
20 40 60 80 100

Вредные привычки

20 40 60 80 100

Пословицы и поговорки

20 40 60 80 100



Второй раунд «Личная гигиена»

20. Предупреждение заболеваний.



Второй раунд «Личная гигиена»

40. Кожа не только покрывает все тело человека, кожей человек ощущает...



Второй раунд «Личная гигиена»

60. Гигиена рта включает в себя ...



Второй раунд «Личная гигиена»

80. Кот в мешке. Отвар этого растения придает волосам золотистый оттенок, а кожа становится нежной, бархатистой

КОТ В МЕШКЕ



Второй раунд «Личная гигиена»

100. Ягоды этого растения отбеливают кожу лица, делая ее упругой.



Второй раунд «Рациональное питание»

20. Назовите основные пищевые вещества.



Второй раунд «Рациональное питание»

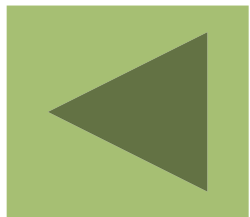
40. Назовите, соотношение основных пищевых веществ для нормальной физической нагрузке подростков.



Второй раунд «Рациональное питание»

60. Вопрос-аукцион.

Как вы понимаете восточную пословицу: “Завтрак съешь сам, обед раздели с другом, а ужин отдай врагу”?



ВОПРОС - АУКЦИОН

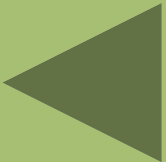
Второй раунд «Рациональное питание»

80. Какое питание обеспечивает нормальное физическое и умственное развитие ?



Второй раунд «Рациональное питание»

100. Правила рационального питания следующие...



Второй раунд «Биологические активные вещества»

20. Какой витамин позволяет организму вырабатывать действие солнечных лучей?



Второй раунд «Биологические активные вещества»

40. Какой витамин содержится в большом количестве и в шоколаде, и в грибах, и в яйцах, и в арахисе?



Второй раунд «Биологические активные вещества»

60. Это вещество необходимо для функционирования щитовидной железы



Второй раунд «Биологические активные вещества»

80. Ва-банк. Это вещество повышает устойчивость зубов к кариесу, стимулирует кроветворение, участвует в росте скелета, предупреждает развитие старческого остеопороза.

ВА - БАНК



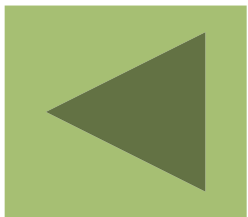
Второй раунд «Биологические активные вещества»

**100. При недостатке этого
витамина можно заболеть
«куриной слепотой»**



Второй раунд «Вредные привычки»

20. Кого мы называем пассивным курильщиком?



Второй раунд «Вредные привычки»

40. Своя игра. Назовите признаки острого отравления никотином.

СВОЯ ИГРА



Второй раунд «Вредные привычки»

60. Как называются болезни, возникающие в результате злоупотребления веществами, вызывающими кратковременное чувство благоприятного психического состояния?



Второй раунд «Вредные привычки»

80. Почему нельзя меняться одеждой,
обувью?

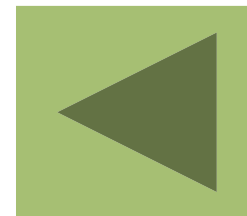


Второй раунд «Вредные привычки»

100. Подружка просит вас дать ей расческу.

Ваши действия:

- а) предложите расческу;
- б) дадите, но после использования помоеете;
- в) вежливо откажете.



Второй раунд «Пословицы и поговорки»

20. Суди не погодам, а по



Второй раунд «Пословицы и поговорки»

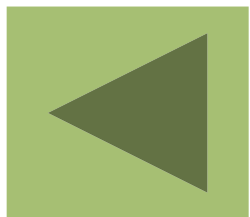
40. Кроме смерти, от всего



Второй раунд «Пословицы и поговорки»

60. Счастливым случаем. Играй, не отыграйся, лечись, не ... !

СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ



Второй раунд «Пословицы и поговорки»

80. Тот здоровья не знает, кто



Второй раунд «Пословицы и поговорки»

100. Дал бы бог здоровья, а



ТРЕТИЙ РАУНД

Животный мир

50 50 100 50 100 150 50 100 150 200 50 100 150 200 250

Растительный мир

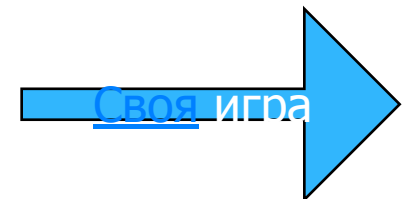
50 50 100 50 100 150 50 100 150 200 50 100 150 200 250

Литературная биология

50 50 100 50 100 150 50 100 150 200 50 100 150 200 250

Чемпионы животного мира

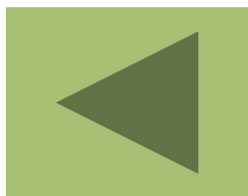
50 50 100 50 100 150 50 100 150 200 50 100 150 200
250



Третий раунд «Животный мир»

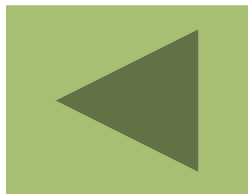
50. Кот в мешке. Назовите боевое животное Древнего Карфагена?

КОТ В МЕШКЕ



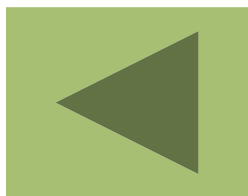
Третий раунд «Животный мир»

200. Кого древние греки называли «речной лошадью»?



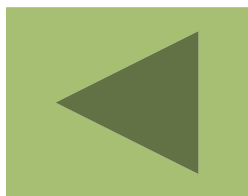
Третий раунд «Животный мир»

100. У каких рыб кожа такая шершавая, что из нее можно делать напильники?



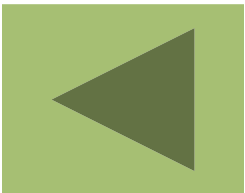
Третий раунд «Животный мир»

150. У каких «благородных» животных голубая кровь?



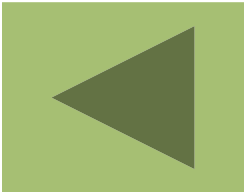
Третий раунд «Животный мир»

250. Какому животному посвятил свою последнюю монографию Чарльз Дарвин?



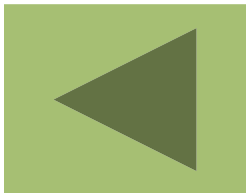
Третий раунд «Растительный мир»

50. Из какого дерева сделаны спички?



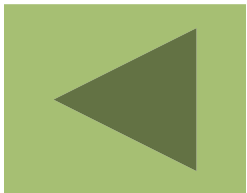
Третий раунд «Растительный мир»

100. Какой фрукт из-за зеленой пупырчатой шкурки испанцы прозвали «аллигаторовой грушей»?



Третий раунд «Растительный мир»

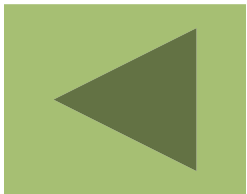
150. Как называется раздел ботаники, изучающий водоросли?



Третий раунд «Растительный мир»

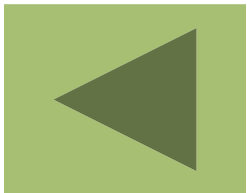
200. Своя игра. Судя по названию, это растение ядовито для животных. А вот люди его считают лекарственным и лечат самые разные **свои** болезни. Это растение

СВОЯ ИГРА



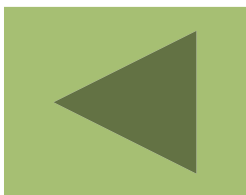
Третий раунд «Растительный мир»

250. Древние славяне считали, что на этом дереве растут молодильные яблочки. Что это за дерево?



Третий раунд «Литературная биология»

50. Какие литературные жанры просто немыслимы без животных и растений?



Третий раунд «Литературная биология»

100. Какой литературный герой использовал свое сердце как осветительный прибор?



Третий раунд «Литературная биология»

150. **Вопрос-аукцион.** За описанную им птицу он получил Нобелевскую премию не по биологии, а по литературе. Кто это? (Видеосюжет)

произв...

ВОПРОС - АУКЦИОН



Третий раунд «Литературная биология»

200. Во время пребывания в Одессе А.С.Пушкин был послан графом Орловым собирать сведения об этих насекомых. Что это за насекомые?



Третий раунд «Литературная биология»

250. Назовите птицу, из-под пера которой вышло множество литературных шедевров



Третий раунд «Чемпионы животного мира»

50. Какой из китов самый большой?



Третий раунд «Чемпионы животного мира»

100. Назовите самую большую
лягушку в мире



Третий раунд «Чемпионы животного мира»

150. У кого в животном мире самая непостоянная форма тела?



Третий раунд «Чемпионы животного мира»

200. Какая наша птица может летать быстрее и дольше всех - три года без остановки?



Третий раунд «Чемпионы животного мира»

250. Счастливый случай. Назовите самый
большой и тяжелый орган человеческого
тела

СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ



Заключительный раунд «СВОЯ ИГРА»

Черный ящик 1

ЗАГАДКИ

Черный ящик 2

ЧЕЛОВЕК

ПОСЛОВИЦЫ

Заключительный раунд «Своя игра»

Черный ящик.2

Их насчитывается свыше 20 000 видов.

Они разнообразны по внешнему виду и окраске. Неприхотливы.

В природе они играют роль пионеров. Их тело-слоевище.

В жару высыхают и кажутся безжизненными. Живут до 50-100 лет.



Заключительный раунд «Своя игра»

Загадки. Он - богатство и краса Земли.

Больше **его** - больше снега,

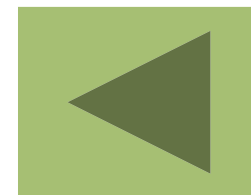
Больше снега - больше хлеба.

Он от ветра защищает, урожаю помогает.

Много **его** - не губи, мало **его**- береги, нет **его** - посади.

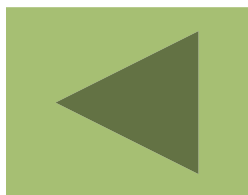
Волков бояться - в **него** не ходить.

Чем дальше в **него**, тем больше дров



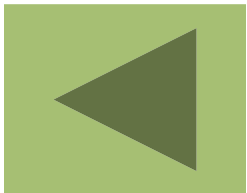
Заключительный раунд «Своя игра»

Чёрный ящик. 1 Они уроженцы Южной Америки, в Россию попали из Европы. Посол Екатерины Второй привез несколько плодов и угостил друзей. Друзья дали такую оценку: «Плоды зело чудные и мудреные и вкусом не подходящи». Сперва эти «мудреные» плоды употребляли как лекарство, потом их стали подавать на стол богатым людям, так как стоили они очень дорого и были не по карману беднякам. Назовите этот «мудреный плод».



Заключительный раунд «Своя игра»

Человек. Какой великий художник создал превосходные анатомические рисунки костей, мышц и других частей тела?



Заключительный раунд «Своя игра»

Пословицы. Потерялся в небольшом количестве хвойных вечнозеленых деревьев. Напишите известную пословицу

