

# Урок-игра, посвящённый всемирному дню здоровья

«ЗДОРОВЬЕ – БОГАТСТВО ВО  
ВСЕ ВРЕМЕНА»

Урок подготовила учитель биологии  
Елгина Н.В.

# Задание командам

- Напишите лозунг о здоровом образе жизни, который может послужить эпиграфом к нашему уроку.



# Вопрос № 1

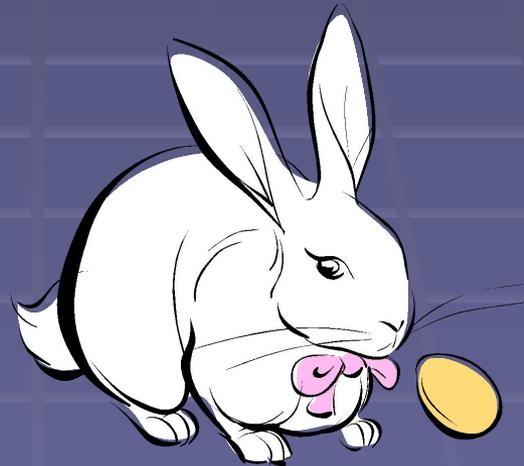
- У детей чаще бывает искривление позвоночника и ног ,чем у взрослых. От наличия какого вещества в костях это зависит?

Из каких продуктов питания организм может получить это вещество? Какой витамин необходим организму для усвоения этого вещества костям?



## Вопрос № 2

- Заяц, воспитанный в клетке, умирает при первом быстром беге. Может ли такое приключиться с человеком. Что такое гиподинамия, и чем она опасна?



# Вопрос № 3

- В семье два сына. Один из них каждое утро умывается холодной водой, другой – теплой. Кто из них реже болеет простудными заболеваниями? Почему?



# Вопрос № 4

- Почему, поиграв с животными, необходимо вымыть руки, даже не дожидаясь еды?



# Вопрос № 5

- Почему нельзя самостоятельно голодать ради красивой фигуры?



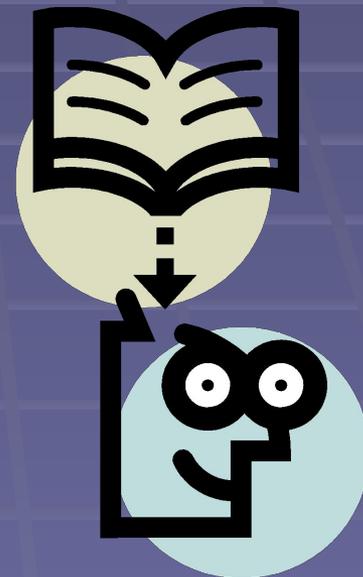
# Вопрос № 6

- «Обжора роет себе могилу зубами», - говорит народная пословица. Почему?



# Вопрос № 7

- Весна. Петя «загорает» на закрытом окне. Жарко, а загара нет. Открыл окно – стало светло. А через час – на теле ожог. Чем это объяснить? Полезен ли загар?



# Вопрос № 8

- В весенние месяцы повышается утомляемость, вялость, раздражительность. Кровоточат десны. На коже появляются синяки. Отчего это бывает? Как с этим бороться?



# Вопрос № 9

- Почему скрипачи глухие на левое ухо?



# Вопрос № 10

- Стоит ли в жару пить много воды?



# Вопрос № 11

Почему рекомендуется  
употреблять в пищу  
пророщенные семена злаков?



# Вопрос №12

Листья этого растения обжигают нас,  
Сок из листьев этого растения спасает нас.  
Весной его используют на суп.  
Голову мыть его отваром – волосы растут.





## Вопрос № 13

Волосы, вымытые в отваре этого растения, приобретают золотистый оттенок, а при умывании – кожа становится нежной и бархатистой.

# Вопрос № 14

Черная икра – роскошь или лекарство?



# Вопрос №15

Каких ядовитых змей и для чего  
выращивает человек?



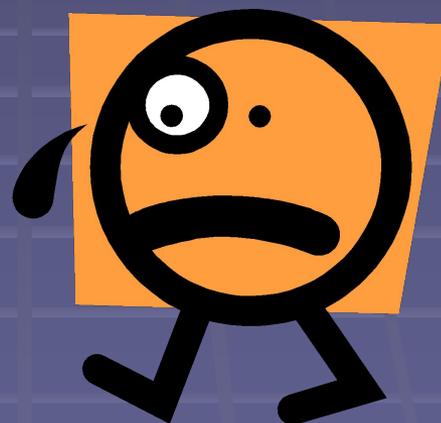
## Вопрос №16

- Назовите три принципа закаливания организма .



# Вопрос №17

- Назовите насекомых – индикаторов отсутствия у человека навыков гигиены.



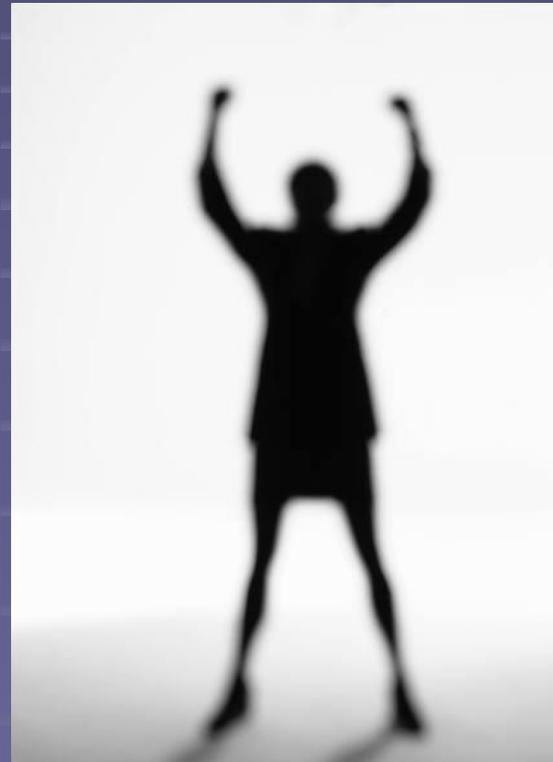
## Вопрос № 18

- Какая поговорка учит нас правильному режиму питания?



## Вопрос № 19

- С какого возраста можно курить и употреблять спиртные напитки?



## Вопрос № 20

- Сколько часов в сутки должен спать человек?



# Гигиенические правила и процедуры

- Гигиена и здоровье, спорт, закаливание, труд, травы, овощи и фрукты рука об руку идут. Маски, ванны и массажи нам полезны, спора нет, ну а лень, обжорство, пьянство оставляют тоже след. Кожа – зеркало здоровья! Все недаром говорят. Ты запомни это точно. Это важно всем подряд.

Спасибо за внимание!

- Всем желаем  
здоровья и бодрости  
духа.

