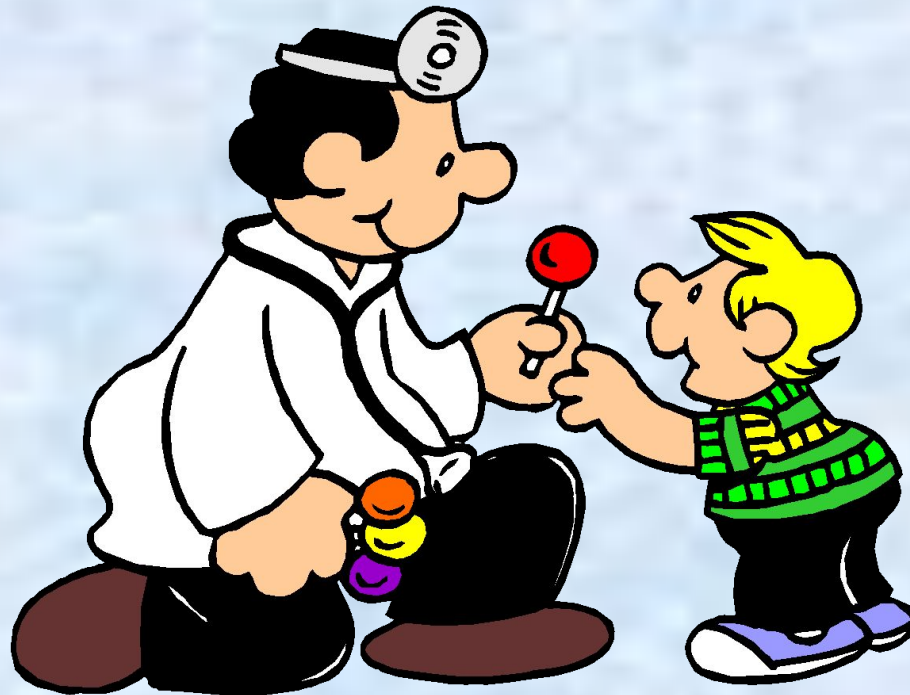


КВН – игра "В здоровом теле — здоровый дух"

Пайко Галина Александровна
учитель биологии, МОУ "Миасская средняя
общеобразовательная школа № 1"

• Народная мудрость:
«Здоровье за деньги не
купишь!»







- **Главные факторы
здоровья:**

- 1. движение,**
- 2. закаливание,**
- 3. питание,**
- 4. режим.**















ge
1



1. «Разминка»



2. Конкурс эрудитов

Вопросы для 1 команды:

1. А.П. Чехов говорил: «Целовать курящую женщину все равно, что...»
(...целовать пепельницу)
2. Известный врач П. Брэгг говорил, что есть 9 докторов. Начиная с четвертого это естественное питание, голодание, спорт, отдых, хорошая осанка и разум. Назовите первых трех докторов, упомянутых Брэггом.
(Солнце, воздух и вода)
3. Назовите насекомых – индикаторов отсутствия у человека навыков гигиены.
(Блохи, вши)
4. Почему детям до 15 лет нельзя заниматься тяжелой атлетикой?
(До этого возраста активно формируется скелет)

Вопросы для 2 команды:

1. Закончите английскую пословицу: «Курильщик впускает в свои уста врага, который похищает...»

(Мозг)

2. Как древние греки называли бы человека, страдающего влечением к оцепенению?

(Наркоманом, от греч. *narke* – оцепенение, *mania* – влечение)

3. Какая поговорка учит нас правильному режиму питания?

(Завтрак съешь сам, обед раздели с другом, а ужин отдай врагу)

4. Зачем для профилактики ангины и насморка делают холодные ножные ванны?

(Нервные окончания стопы и носоглотки связаны)

Вопросы для 3 команды:

1. В декабре 2000 года городские власти этого города впервые в мире приняли самый жесткий закон о курении, запрещающий курить в общественных местах, на работе, в кафе, баре, ресторане. За курение в общественном месте виновного наказывают лишением свободы сроком на один год или штрафом в 1000 долларов. Где был принят этот закон?

(Этот закон был принят властями Нью-Йорка)

2. Назовите принципы закаливания – «Три П».

(Постепенно, последовательно, постоянно)

3. Кто такие «совы» и «жаворонки»?

(Это люди с разными биологическими ритмами)

4. Какими видами спорта следует заниматься для формирования осанки?

(Плаванием, гимнастикой, легкой атлетикой)

3. «Самый веский аргумент»

- **Капитанам команд в течение минуты необходимо привести самый убедительный аргумент в необходимости здорового образа жизни.**

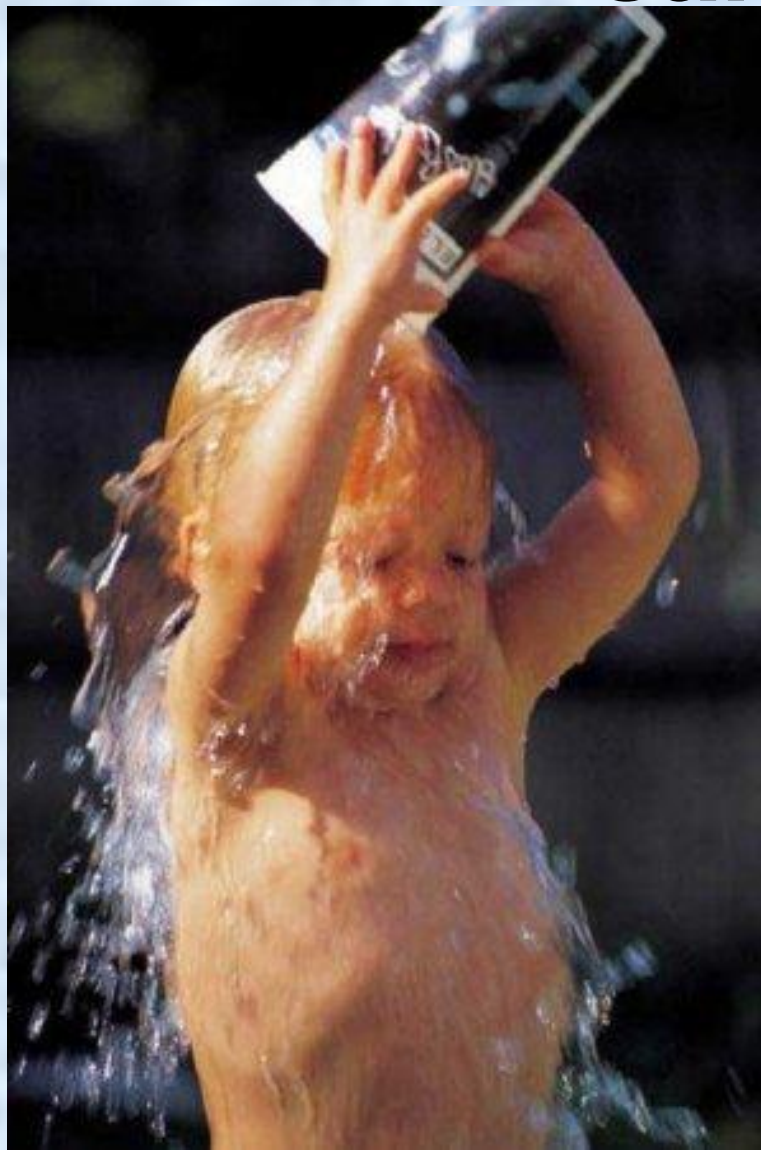
4. «Спортивно-оздоровительная реклама»

- Темы:

1. «Если хочешь быть здоров – закаляйся!»
2. «От улыбки станет всем светлей»
3. «В здоровом теле - здоровый дух».
4. «Танцы на завтрак, танцы на обед, танцы на ужин – вот и весь секрет».

- **Игра с болельщиками**
«Полезно - вредно»

**Если хочешь быть здоров –
закаляйся!**



**От улыбки станет всем
светлей**



В здоровом теле - здоровый дух



**Танцы на завтрак, танцы на
обед, танцы на ужин – вот и**



5. ФИТОВИКТОРИНА

Вопросы для 1 команды:

1. Какую траву любят кошки, какую болезнь лечат этой травой?
(Валериана, сердечные болезни)
2. Почему в бане парятся березовым веником?
(Фитонциды листьев березы убивают микробы)
3. Какие растения используют для остановки кровотечения?
(Пастушья сумка, крапива, тысячелистник)
4. Какие растения используются как жаропонижающие средства?
(Малина, лимон)
5. В бордовых корнеплодах
Лекарство от запоров.
Давление понижает,
И кровь оздоравливает.
Салат – от ожирения.
А сок – от воспаления.
(Свекла)

Вопросы для 2 команды:

1. Какие ядовитые растения являются одновременно лекарственными?
(Белладонна, дурман, ландыш майский)
2. Листья и корни этих растений используют от боли при ушибе?
(Лопух, подорожник)
3. Чем чистить зубы в лесу?
(Древесным углем, мятой, расщепленной веточкой сосны, ели, дуба)
4. Какие растения используют для лечения нарывов?
(Алоэ, подорожник, календула, каланхое)
5. Какие растения используются при расстройстве желудка, кишечника?
(Подорожник, черемуха, черника – плоды)

Вопросы для 3 команды:

1. Это прозвище не даром у красивого цветка,
Капля сочного нектара и душиста и сладка,
От простуды излечиться
Вам поможет

(Медуница)

2. Необычные листья этого дерева выделяют фитонциды, убивающие микробы, лечат от цинги, используются для успокаивающих ванн. Назовите его?

(Сосна)

3. Как спастись от комаров?

(Дымовая завеса, ветка ромашки, запах гвоздики, черемухи)

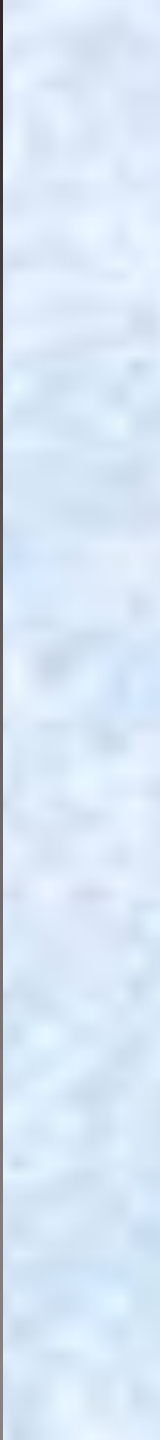
4. Какие растения используют при сердечном приступе?

(Настойка ландыша, валерианы, пустырника)

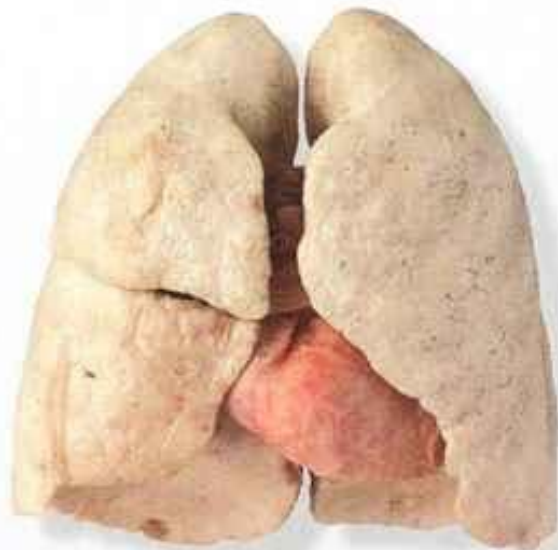
5. Какое дерево избавляет ноги от запаха пота?

(Кора дуба)

6. Театр-экспромт



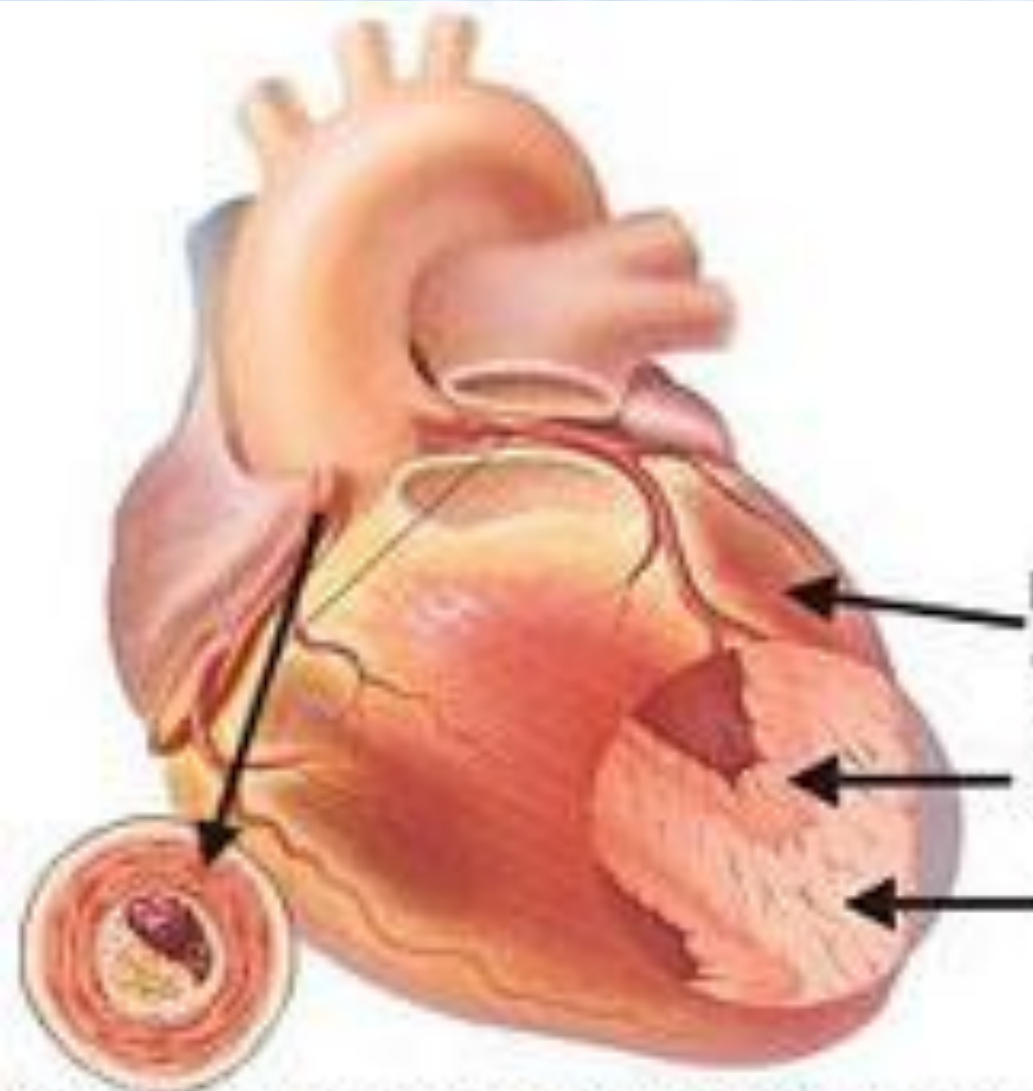




Курить - это круто!

Да конечно!





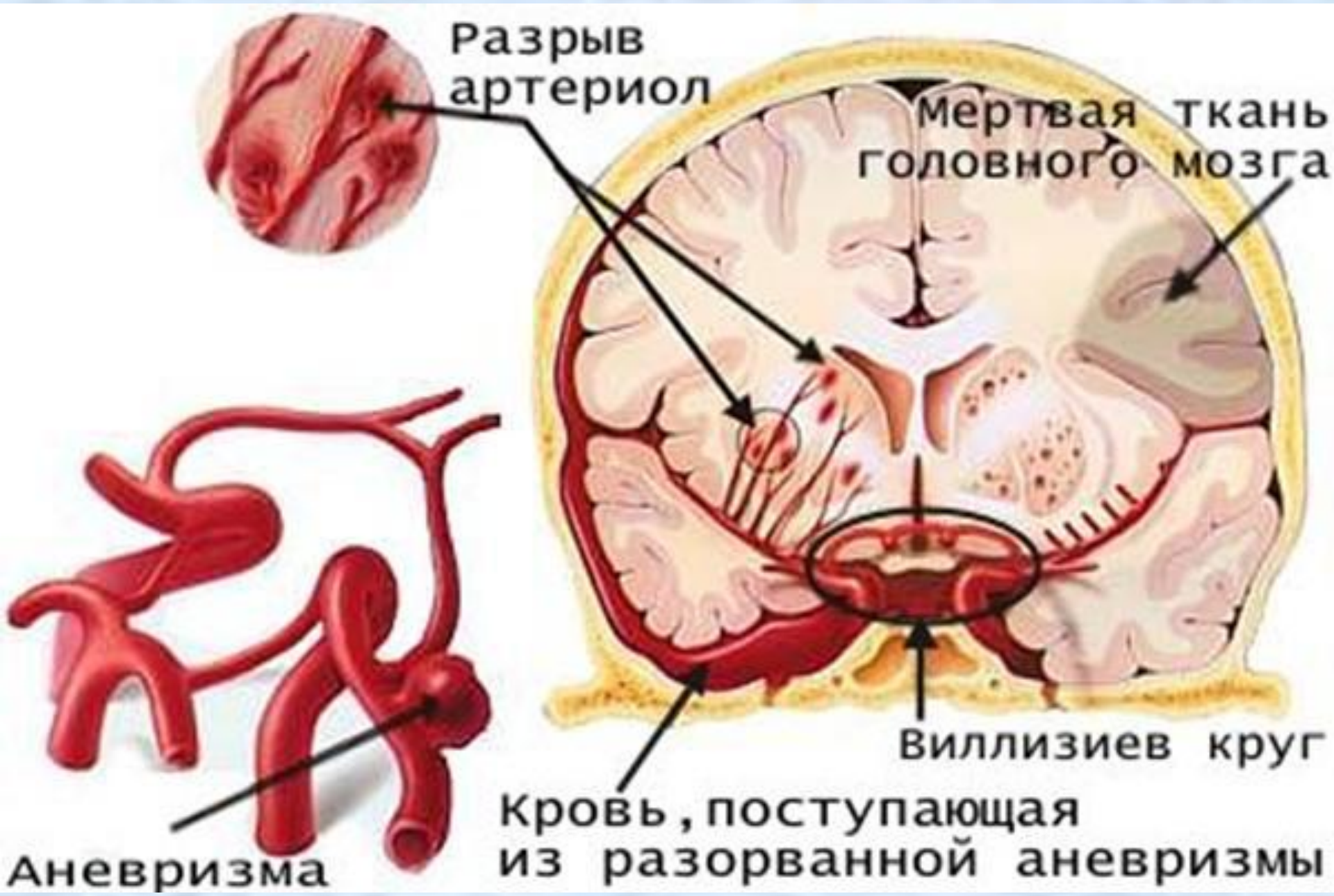
Поврежденная ткань сердца

Расширенное сердце

Нормальное сердце

Закупоренные коронарные артерии





НЕ КУРИТЬ !



NO SMOKING.RU

7. Народная мудрость в пословицах и поговорках

Задание командам: закончите пословицы или поговорки о здоровье:

1. Было бы здоровье, а ...

Было бы здоровье, а счастье найдется

2. Здоровье сгубишь - ...

Здоровье сгубишь – новое не купишь

3. Кто курит табак, тот ...

Кто курит табак, тот сам себе враг

4. Не в меру еда - ...

Не в меру еда - болезнь да беда

5. Здоровье суди не по годам, а ...

Здоровье суди не по годам, а по зубам

6. Здоровое тело – продукт ...

Здоровое тело – продукт здорового рассудка

8. Спортивная пауза



Подведение итогов

**В здоровом теле —
здоровый дух!**