

«Мы за ЗОЖ»

Что такое «ЗОЖ»?

- Здоровый образ жизни

В какое время года лучше всего начинать закаляться?

- Летом

Какие фрукты и овощи используют для понижения температуры и для лечения?

- Малина, лимон, чеснок

Почему нельзя пить воду из реки или лужи?

- В грязной воде находятся различные микробы, которые переносят опасные заболевания

Назовите зимние виды спорта?

- Биатлон, хоккей, фигурное катание, шорт-трек, скоростной бег на коньках, горные лыжи, лыжные гонки, лыжное двоеборье, прыжки на лыжах с трамплина, и сноуборд.

Назовите летние виды спорта?

- Баскетбол; бокс; бадминтон; вольная борьба; велоспорт; водное поло; волейбол; гандбол; гребля на байдарках; гольф; гребной слалом; дзюдо; гимнастика (художественная, спортивная); прыжки на батуте; прыжки в воду; плавание; дзюдо; легкую атлетику; парусный спорт; тяжелая атлетика; конный спорт; современное пятиборье; теннис; стрельба; фехтование; футбол

Как часто надо посещать стоматолога?

- Раз в полгода

Каким по продолжительности должно быть время чистки зубов?

- 2-3 минуты

Какие неблагоприятные экологические условия вы знаете?

- Загрязнение окружающей среды, уменьшение площади парков в городах и естественных ландшафтов в сельской местности

Назовите средства закаливания

- солнце, воздух, вода

Можно ли давать другим свою расческу, помаду, полотенце?

- Нет, можно заразиться кожным заболеванием

Наркотики уничтожают клетки белков, ответственные за иммунную систему, так как при приготовлении их используют всевозможные растворители. Какой орган, значит, страдает первым?

- Печень

Что не купишь ни за какие деньги?

- Здоровье

Для нормального функционирования человеку необходимо в день 2,5 литров этого вещества. Что это?

- Вода

Как называется массовое заболевание людей?

- Эпидемия

Как называется наука о чистоте?

- Гигиена

Добровольное отравление НИКОТИНОМ?

- Курение

Спортивная игра с мячом и битой

- Бейсбол

Цель этой игры — забить мяч в ворота противника

- Футбол

Игра с шайбой — это ...

- Хоккей

Начало дистанции – это «старт», а конец ее?

- Финиш

Какие три слова составляют девиз Олимпиады?

- Быстрее, выше, сильнее

Как называется повышенная чувствительность организма к воздействию лекарственных и косметических средств?

- Аллергия

Как называется состояние благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных проявлений?

- Здоровье

Как называется тип питания,
исключающий употребление
животной пищи (мяса)?

- Вегетарианство

Физические упражнения, имеющие
цель укреплять и развивать
организм.

- спорт

Смесь газов, необходимых для дыхания человека.

- Воздух

перерыв в занятиях, в работе
для восстановления физических
сил.

- Отдых

Гигантский раскалённый газовый шар, необходимый человеку для жизни.

- Солнце

Что можно видеть с закрытыми глазами?

- Сон

Почему нельзя грызть ногти?

- Это некрасиво и под ногтями – микробы, можно заболеть

Листья, какого растения
используют при ушибе и
кровоотечении?

- Лопух, подорожник

Почему нельзя пить воду из реки или лужи?

- В грязной воде находятся различные микробы, которые переносят опасные заболевания

Почему нельзя гладить бездомных и чужих кошек и собак?

- Можно подхватить блох, клещей, лишай

Какие лекарственные растения вы знаете?

- Корень валерианы, ромашка, шалфей, зверобой, мята и т.д.

Что дает человеку энергию?

- Пища

Мельчайший организм, переносящий инфекцию

- Бактерия

Какой витамин человеку дает Солнце?

- Витамин D