

Викторина «Здоровый образ жизни – здоровая семья!»

(для команд 7 - 8 классов)



IV этап программы воспитания и дополнительного образования

Образовательное учреждение _____

Название команды _____

ФИ участника _____

Задание № 1: «Здоровая разминка»

Придумай и впиши в клетки слова разной длины (по вертикали), связанные со здоровым образом жизни таким образом, чтобы горизонтально по буквам получилось слово «ПРОФИЛАКТИКА»



	П	Р	О	Ф	И	Л	А	К	Т	И	К	А



Задание № 2: «Здоровые мысли»

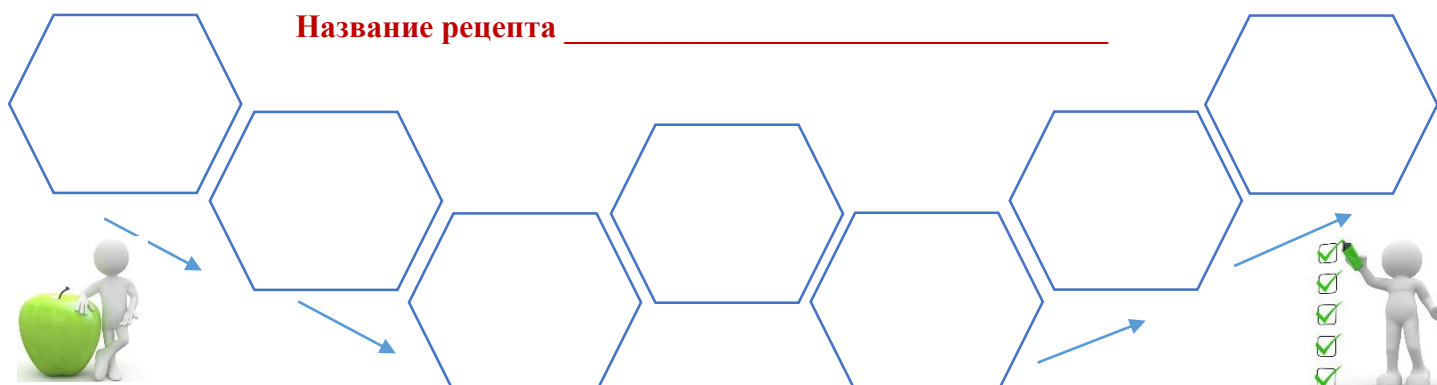
Как ты понимаешь фразу: «Наш организм создан для 120 лет жизни. Если мы живём меньше, то это вызвано не недостатками организма, а тем, как мы с ним обращаемся...». Запиши ответ в таблице.

Ответ: _____

Задание № 3: «Семейные рецепты здоровья»

Рецепты правильного и здорового питания существуют в каждой семье. Запиши название рецепта и впиши в схему составляющие его ингредиенты.

Название рецепта _____



Задание № 4: «Спортивная галерея»

Запиши в таблице и нарисуй эмблемы олимпийских видов спорта, которые по твоему мнению позволяют поддерживать твое здоровье и здоровье членов твоей семьи.

Задание № 5: «Здоровый блиц-опрос». Подумай и запиши ответ.

Вопрос	Ответ
1. Как сохранить и приумножить свое здоровье?	
2. Какие правила личной гигиены соблюдают члены вашей семьи?	
2. Какие причины переутомления вам знакомы?	
3. Что такое ГИПОВИТАМИНОЗ? И как с ним бороться?	
4. Правильный режим питания подростков предусматривает прием пищи не реже, чем через каждые 3-4 часа. Но не чаще, чем..... Почему?	
5. Лучшее средство защиты от болезней – профилактика! Почему?	
7. Как природа влияет на наше здоровье?	



Благодарим за работу!