

СВЕЯ

Игра

Мы выбираем ЗОЖ!

Подготовила и провела:
Карпова О.Ю., учитель высшей
квалификационной категории



тема	вопросы				
1. Спорт! Спорт! Спорт!	<u>10</u>	<u>20</u>	<u>30</u>	<u>50</u>	<u>70</u>
2. На столе	<u>10</u>	<u>20</u>	<u>30</u>	<u>50</u>	<u>70</u>
3. Режимные моменты	<u>10</u>	<u>20</u>	<u>30</u>	<u>50</u>	<u>70</u>
4. Про здоровье	<u>10</u>	<u>20</u>	<u>30</u>	<u>50</u>	<u>70</u>



1. Спорт! Спорт! Спорт!

10 баллов.

Вопрос:

Это самый быстрый ракеточный вид спорта: скорость полета снаряда может достигать 270 км/час.

Ответ: БАДМИНТОН



1. Спорт! Спорт! Спорт!

20 баллов.

Вопрос:

Он был узаконен как вид спорта только в 1900 году. До этого он считался слишком жестоким и мало пригодным для присутствия публики. В XX веке он стал самым популярным видом спорта в кино.

Ответ: БОКС



1. Спорт! Спорт! Спорт!

30 баллов.

Вопрос:

Примечательно, что первый снаряд для игры был квадратной формы! Определенный период играли деревянными снарядами.

Современный изготовлен из вулканизированной резины и весит 200 грамм. Перед началом игры его замораживают, чтобы он не пружинил.

Ответ: ШАЙБА



1. Спорт! Спорт! Спорт!

50 баллов.

Вопрос:

Впервые эта игра у американских студентов выглядела как забрасывание мяча в корзину из-под персиков, при этом корзина имела дно, и каждый раз игроки вынуждены были залезать на лестницу чтобы достать мяч.

Ответ: БАСКЕТБОЛ



1. Спорт! Спорт! Спорт!

70 баллов.

Вопрос:

Единственная страна, участвовавшая во всех чемпионатах мира по футболу.

Ответ: БРАЗИЛИЯ



2. На столе

10 баллов.

Вопрос:

Этот продукт человек стал употреблять более 10000 лет назад благодаря тому, что приручить дикое животное. В древнем Египте данный продукт называли «белой рекой». В нашем рационе он является важным источником кальция.

Ответ: МОЛОКО



2. На столе

20 баллов.

Вопрос: Этот продукт считается исконно русским. Именно от русских о нём узнали в Европе. Долгое время его называли «русскими сливками». Его название произошло от слова «сметать», отражающего способ его приготовления.

Ответ: СМЕТАНА



2. На столе

30 баллов.

Вопрос:

Этот корнеплод может быть белого, фиолетового, жёлтого, красного цвета. Однако для нас наиболее привычным является его оранжевый цвет. Корнеплод содержит большое количество витамина А, помогающего сохранить зрение.

Ответ: МОРКОВЬ



2. На столе

50 баллов.

Вопрос:

Он может быть зелёным, красным, жёлтым, белым и чёрным. Его употребление во многих странах превратилось в настоящий ритуал. В Узбекистане и Казахстане используют в основном зелёный, в Японии – зелёный и белый, в России – чёрный. Он помогает взбодрить, охлаждает в жару, согревает в мороз.

Ответ: ЧАЙ



2. На столе

70 баллов.

Вопрос:

Согласно русской пословице, если поешь этот продукт, то будут «ноги прытки». Связано это с тем, что этот продукт источник фосфора, необходимого для формирования костной ткани, поэтому блюда, приготовленные из него, особенно полезны для детского растущего организма.

Ответ: РЫБА



3. Режимные моменты

10 баллов.

Вопрос:

Что нельзя купить?

Ответ: ЗДОРОВЬЕ



3. Режимные моменты

20 баллов.

Вопрос:

Раздел медицины, изучающий влияние жизни и труда на здоровье человека и разрабатывающий меры, направленные на предупреждение заболеваний, обеспечение оптимальных условий существования, укрепление здоровья и продление жизни.

Ответ: ГИГИЕНА



3. Режимные моменты

30 баллов.

Вопрос:

Комплекс лёгких физических упражнений, выполняемых утром после пробуждения для ускорения перехода от состояния сна к активной деятельности.

Ответ: ЗАРЯДКА



3. Режимные моменты

50 баллов.

Вопрос:

Как называется тренировка организма холодной водой?

Ответ: ЗАКАЛИВАНИЕ



3. Режимные моменты

70 баллов.

Вопрос:

Состояние, в котором человек проводит 1/3
жизни.

Ответ: СОН



4. Про здоровье

10 баллов.

Вопрос:

Какое вещество, находящееся в табаке, наносит самый сильный вред организму?

Ответ: Никотин



4. Про здоровье

20 баллов

Вопрос:

Стремительное падение остроты зрения, обусловлено тем, что люди слишком приближают к глазам эти девайсы и проводят в них много времени.

Ответ: ТЕЛЕФОН (СМАРТФОН)



4. Про здоровье

30 баллов.

Вопрос:

Нарушение осанки вследствие слабости
МЫШЦ.

Ответ: СУТУЛОСТЬ



4. Про здоровье

50 баллов.

Вопрос:

Это является причиной лишнего веса, проблем с сердцем, желудком, кишечником. Из-за этого ухудшается состояние кожи и волос, а также сокращается продолжительность жизни.

Ответ: Неправильное питание



4. Про здоровье

70 баллов.

Вопрос:

Дефицит этого приводит к снижению памяти, ухудшению концентрации, ослаблению иммунитета, а также становится причиной вспыльчивости, раздражительности и переедания.

Ответ: СОН

