

Викторина «Мы за здоровый образ жизни!»

1. Кто из учёных и когда первым выдвинул концепцию здорового образа жизни? Он же является основателем науки Валеология.
2. В какие продукты питания добавляется синтетический глутамат натрия? Какое воздействие оказывает эта пищевая добавка на организм человека?
3. Что такое режим дня?
 - Порядок выполнения повседневных дел
 - Установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон.
 - Перечень повседневных дел, распределённых по времени выполнения.
 - Строгое соблюдение определенных правил.
4. О каких словах идёт речь? Эти слова образованы от греческих или латинских слов, и в переводе на русский язык означают:
 - а) Оцепенение, сон, безумие, страсть, влечение ---
 - б) Ядовитый, страсть, безумие, влечение.-
 - в) Быть здоровым, знание.--.....
5. Расставьте слова в правильной последовательности и запишите пословицу:
- От безделья чрезмерного - дурь закаляется, в труде активном - воля наживается. - ...
6. Добровольное отравление никотином – это...
7. Продолжите пословицу: «Чем лучше пищу прожжёшь, ...»
8. К какой болезни приводит ношение тесной обуви и обуви на каблуках?
9. О каком знаменитом враче говорится в рассказе Куприна «Чудесный доктор»?
10. Какое лекарственное средство пропагандировал Дуремар?
11. Зачем пьют рыбий жир?
12. Когда отмечается Всемирный День здоровья?
13. Способность организма защищать себя от вторжения вирусов и бактерий – это...
14. Ягода, очень полезная для зрения – это ...
15. Недостаток витаминов в организме – это...
16. Обязательное выступление в этом виде спорта – это упражнения «рыба-меч», «цапля», «фламинго», «аврора», «альбатрос»?
17. Сколько лет составляет средняя продолжительность жизни в России?
18. Она является залогом здоровья - это ...

Дорогой друг! Благодарим Вас за участие в викторине!»