

Викторина

«Знатоки здоровья»





Чтобы в течение
дня всё успевать,
отдохнуть и не уставать,
нужно, дети, соблюдать:

1. советы врача
2. распорядок дня
3. высыпаться





Правильный ответ - 2

Важно соблюдать
распорядок дня, потому
что он помогает тебе
хорошо спать, есть и играть.
Тогда ты будешь здоровым
и сильным!





Чтобы прогнать
дрему, лень и тоску
и настроиться на работу,
нужно:

1. делать утреннюю зарядку
2. спать дольше
3. поваляться в постели





Правильный ответ - 1

Утренняя зарядка помогает
стать сильным, бодрым
и веселым весь день!





Зачем нужно мыть
руки перед едой?

1. убрать грязь и микробы
2. чтобы руки были
красивыми
3. чтобы руки не мерзли





Правильный ответ - 1

Чтобы руки были чистыми
и не попали в организм
плохие микробы, которые
могут вызвать болезнь.





Зачем нужно
чистить зубы?

1. чтобы зубы были
белыми и крепкими
2. чтобы зубы не выпадали
3. чтобы мама не ругалась

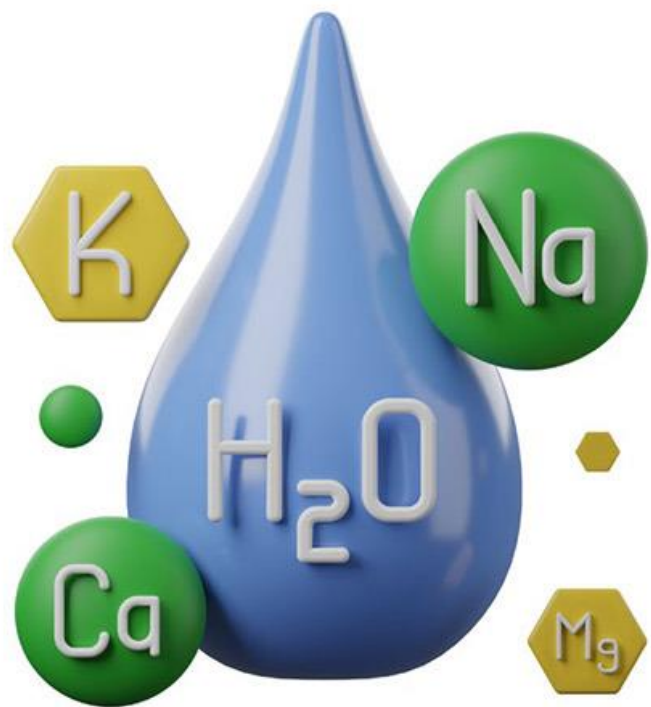




Правильный ответ - 1

Чтобы зубы были крепкими,
чистыми и не болели

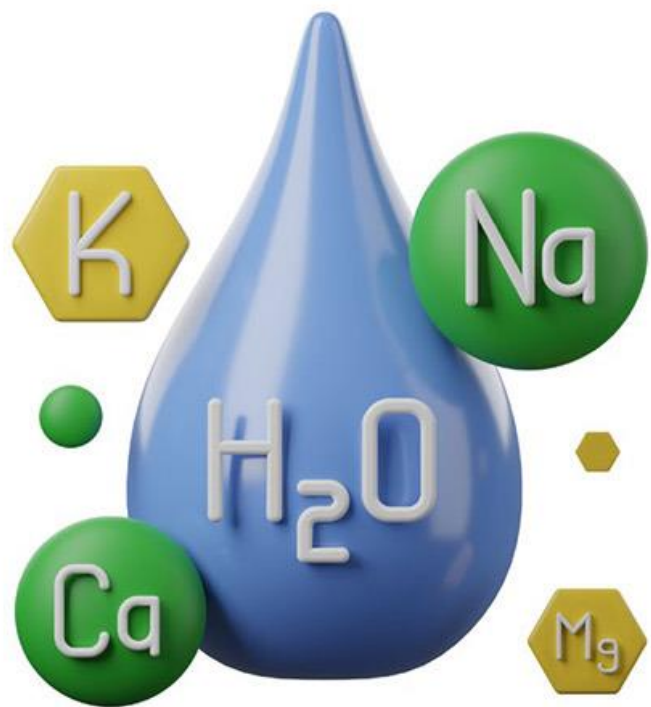




Где прячутся витамины?

1. в овощах, фруктах и ягодах
2. в конфетах и чипсах
3. в воде и хлебе





Правильный ответ - 1

В овощах, фруктах и ягодах прячутся витамины, которые помогают расти и быть здоровыми.





Зачем нужно заниматься спортом?

1. чтобы быть здоровым и сильным
2. чтобы выглядеть красиво
3. чтобы есть больше сладкого





Правильный ответ - 1

Чтобы быть сильными,
быстрыми и здоровыми!





Можно ли находиться
на солнце без головного
убора?

1. нет, можно получить
солнечный удар
2. можно, солнце полезно
3. только вечером





Правильный ответ - 1

Чтобы не было солнечного
удара, нужно носить шляпу,
пить воду и отдыхать в тени





Выберите полезные продукты:

1. яблоко, апельсин, морковь
2. конфета, груша, чипсы
3. сок, кока-кола, клубника





Правильный ответ - 1

Яблоко, апельсин, морковь!

Это полезные продукты
для здоровья!





Для чего нужно закаляться?

1. чтобы стать сильнее и реже болеть
2. чтобы было холоднее на улице
3. чтобы быстрее бегать





Правильный ответ - 1

Закаливание делает наш организм сильнее и защищает нас от простуд и болезней!





В каком ряду указаны
ТОЛЬКО виды спорта

1. футбол, плавание, лыжи
2. чтение, рисование, пение
3. игра в мяч, танцы, кулинария





Правильный ответ - 1

футбол, плавание, лыжи

В этом ряду указаны
только виды спорта.



СПАСИБО!

