

# Игра-викторина для начальной школы

## СЕКРЕТЫ НАШЕГО ЗДОРОВЬЯ



# СЕКРЕТЫ НАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

Режим дня

1

2

3

4

5

Гигиена

1

2

3

4

5

Правильное  
питание

1

2

3

4

5

Спорт

1

2

3

4

5

Закончить игру



**Режим дня**

**10  
балло  
в**

**Утром раньше поднимайся,  
Прыгай, бегай, отжимайся,  
Для здоровья, для порядка  
Людам всем нужна...**

**зарядка**





**Правильное  
питание**

**50  
балло  
в**

**Какие продукты являются  
наиболее полезными для нашего  
здоровья?**

**Овощи, фрукты,  
ягоды**





**Режим дня**

**30  
балло  
в**

**Солнце, воздух и вода - ...**

**наши лучшие  
друзья!**





Греция





**Она может быть художественная,  
спортивная, оздоровительная,  
утренняя**

**ГИМНАСТИКА**





**Что стремится установить**

**спортсмен?**

**рекорд**





**Спорт**

**40  
балло  
в**

**Хоккей - шайба, футбол - мяч,  
бандминтон - ...**

**ВОЛАН**





**Название этой игры произошло  
от двух английских слов «нога» и**

**«МЯЧ»**

**футбол**





**Гигиена**

**10  
балло  
в**

**Сколько раз в день нужно чистить  
зубы?**

**Ответ:**

**2**





**Гигиена**

20  
балло  
в

**Кто считает зубы нам  
По утрам и вечерам?**

**Ответ:зубная щётка**





**Зубов много, а ничего не ест.**

**Ответ: расчёска**





**Что, согласно известному лозунгу,  
является залогом здоровья?**

**Ответ: чистота**





**Гигиена**

50  
балло  
в

**Не думай быть нарядным, а думай  
быть...**

**Ответ: опрятным**





**Правильное  
питание**

**10  
балло  
в**

**Сладких ягод соберите,  
Для варенья припасите,  
От простуды, от ангины  
С чем поможет чай?**

**С малиной**





**Правильное  
питание**

**20  
балло  
в**

**Жидкость, выжатая из овощей и  
фруктов**

**СОК**





**Правильное  
питание**

**30  
балло  
в**

**В банане и йогурте,  
В горстке малины-  
Повсюду чудесные  
Есть ...**

**ВИТАМИНЫ**





**Правильное  
питание**

**40  
балло  
в**

**Я пузатый жёлтый фрукт:  
Кислый, но полезный.  
Если горло заболит,  
Прогоню хандру я вмиг.**

**ЛИМОН**





**Режим дня**

**20  
балло  
в**

**Стать здоровым ты решил, значит,  
соблюдай...**

**режим**





**Режим дня**

**40  
балло  
в**

**В этом состоянии люди проводят треть своей жизни. Оно полезно и необходимо. Что это?**

**сон**





**Режим дня**

**50  
балло  
в**

**Я повсюду, где бываю,  
Всё на свете успеваю,  
Потому что у меня  
Строгий ...**

**распорядок дня**



**МОЛОДЦЫ**

**!**

