



**26 мая - 26 июня 2020 года**

Антинаркотический месячник

**«Вместе против наркотиков»**



**Сохрани будущее! Прими участие!**

# Викторина для детей

## «Здоровье это здорово!»

**ВЫБИРАЙ ЗДОРОВУЮ  
ЖИЗНЬ!!!**

**Здоровье**

**Успех**

**Веселье**

**Сила**

**Энергичность**

**Позитив**

**Вдохновение**

**Спорт**

**Счастье**

**Красота**



# \* ЧТО ТАКОЕ ЗОЖ?

Здоровый образ жизни(ЗОЖ) - это образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья.



# Здоровый образ жизни - это мой выбор!



*Ежедневная двигательная  
активность*

*Быть здоровым - это модно!  
Дружно, весело, задорно  
Становитесь на зарядку  
Организму - подзарядка!  
Так же нужно закаляться*



*Увлекательная прогулка*

*На прогулку выходить  
Свежим воздухом дышать  
Кушать овощи и фрукты  
Вот те добрые советы  
Как здоровье сохранить!*



*Полноценный сон*



*Правильное питание*

*Жизнерадостный настрой*



● **Что необходимо делать,  
чтобы не заболеть?**





# В каком возрасте полезно заниматься физической культурой?



# В любом возрасте



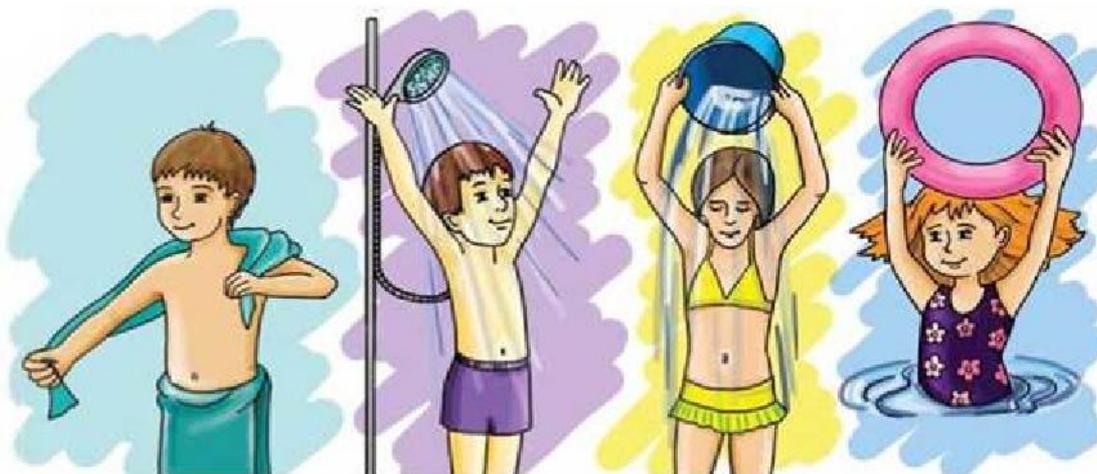
**В какое время года  
лучше всего начинать  
закаляться?**



# ЛЕТОМ

## Закаливание

- это повышение устойчивости организма к неблагоприятному воздействию физических факторов окружающей среды.



**Листья какого растения  
используют при ушибе и  
кровотечении?**



# Лопух, подорожник



# Кто такие «моржи»?



© Виталий Горшков / [vitaly-gorshkov.livejournal.com](http://vitaly-gorshkov.livejournal.com)

# Люди, купающиеся зимой в проруби.



**Какие фрукты, овощи и растения  
используют для понижения  
температуры и для лечения от  
простуды?**



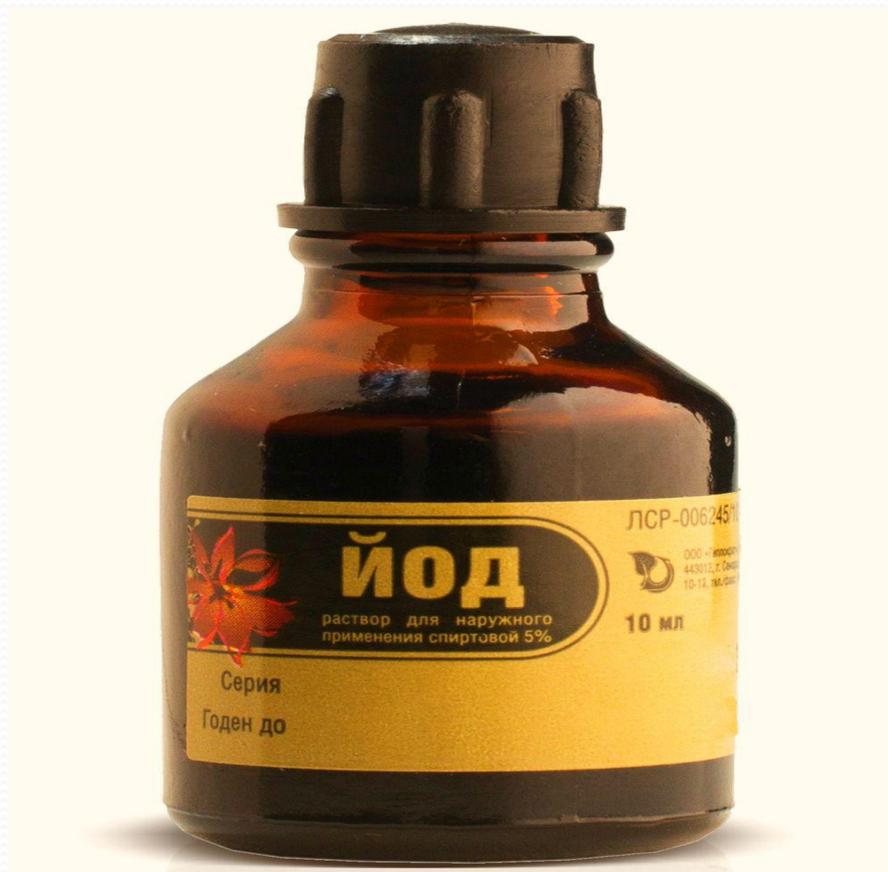
# Малина, лимон, чеснок, липа

Правильный ответ

- Малина, лимон, чеснок,  
липа.



# Сок этого растения используют вместо йода?



# Чистотел





**Спасибо  
за  
внимание!**