

**РЕГИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕРНЕТ-КОНКУРС «ЗДОРОВЫМ БЫТЬ МОДНО!»
МУРМАНСКАЯ ОБЛАСТЬ**

ИНТЕРАКТИВНЫЙ КВЕСТ

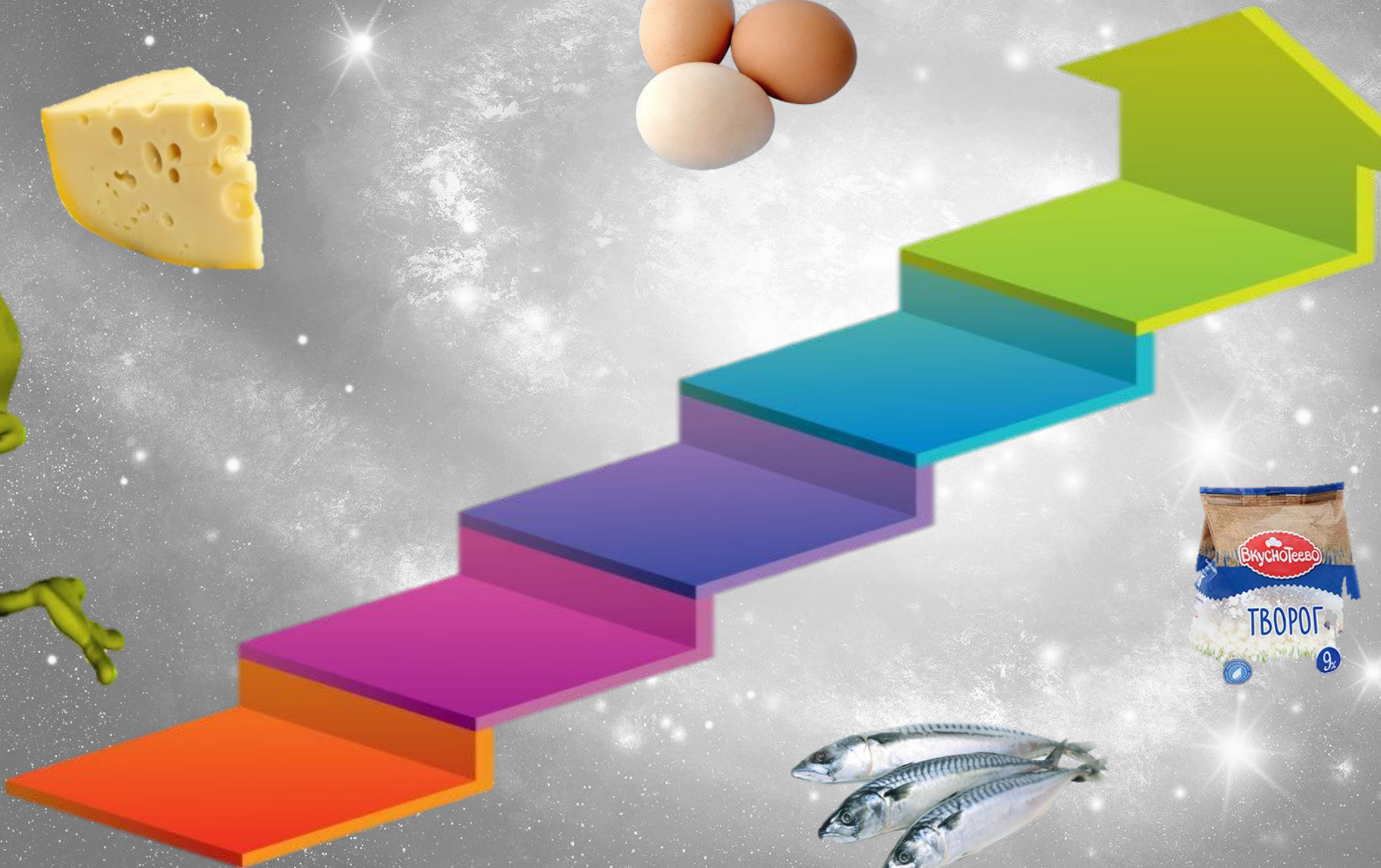
«СПАСЕНИЕ ЭЙЛЕНОВ»



**КОМАНДА МОУ СОШ №13 (н.п. Высокий)
Руководитель: Рябченко В.А.**

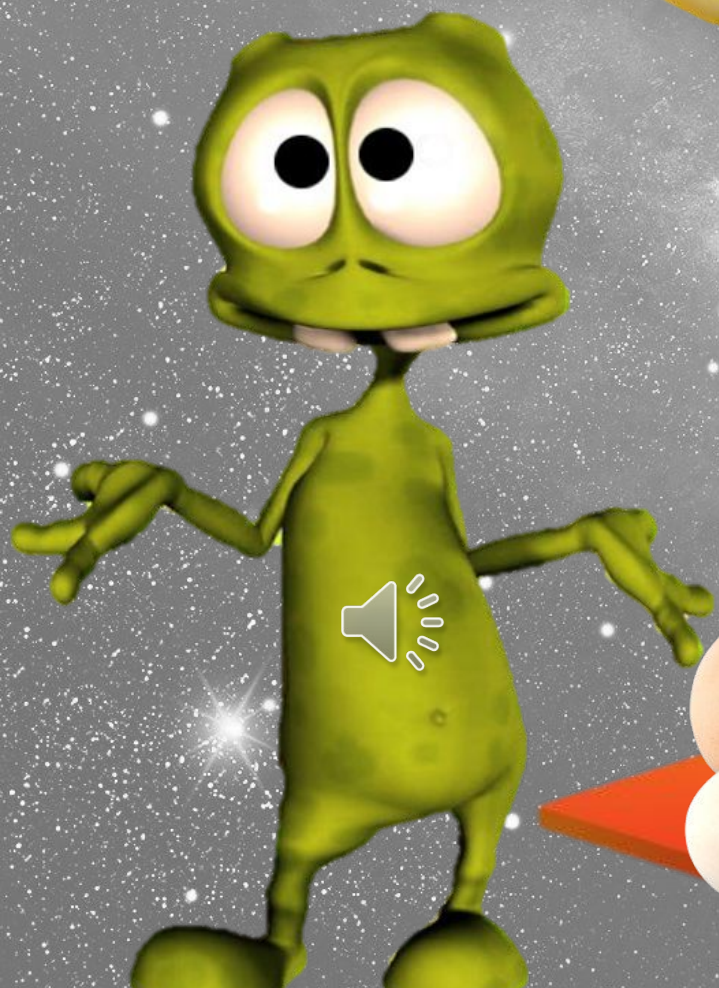
Мурманск, 2020

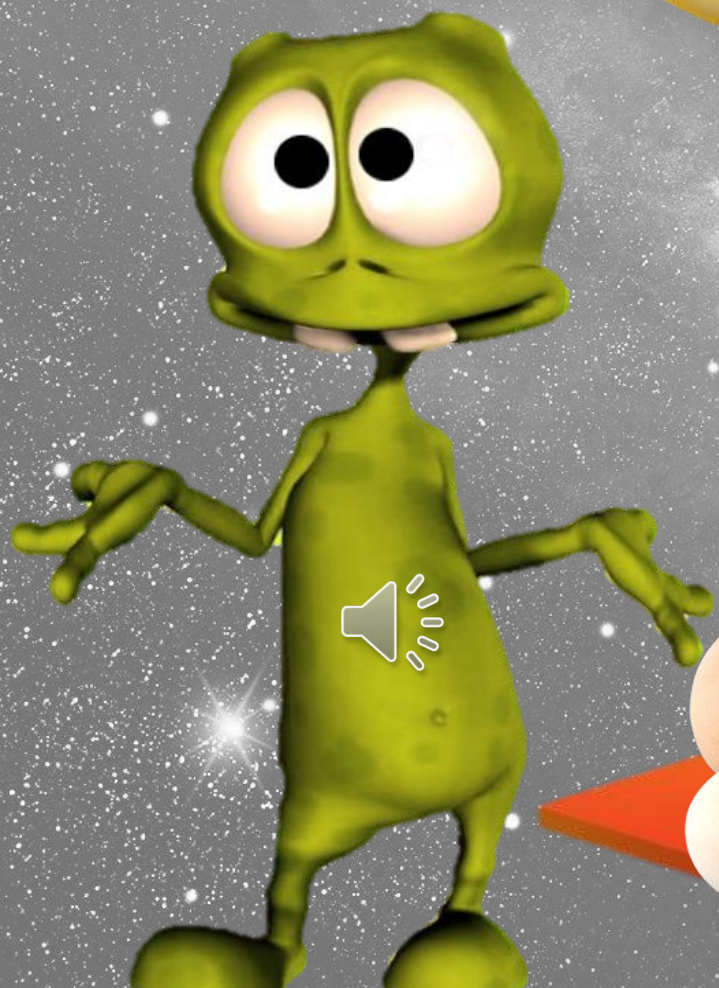


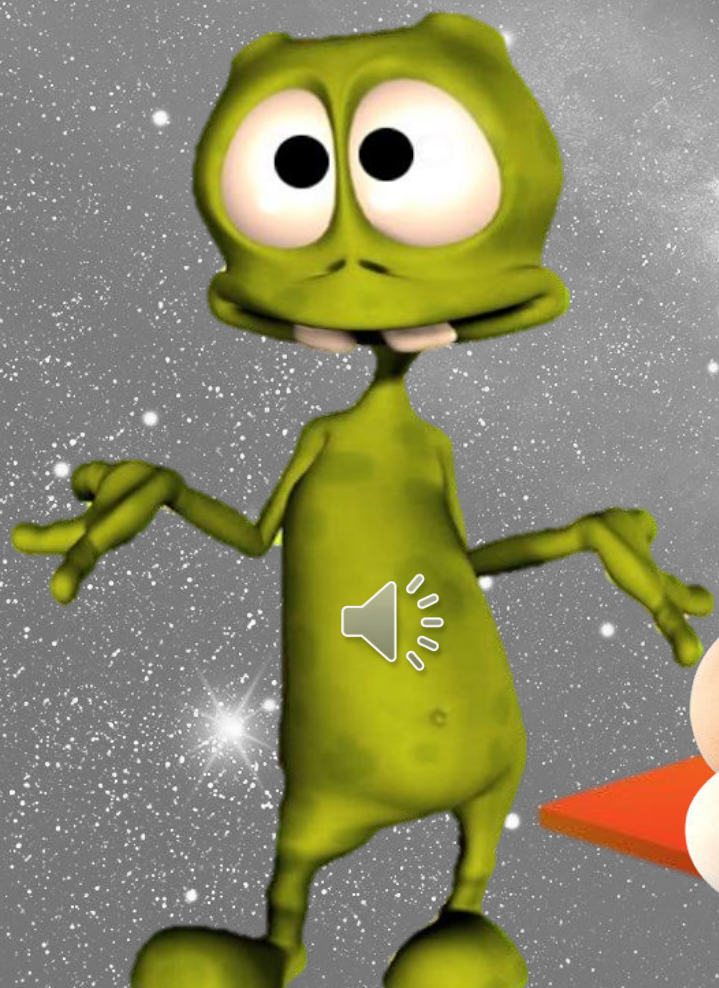


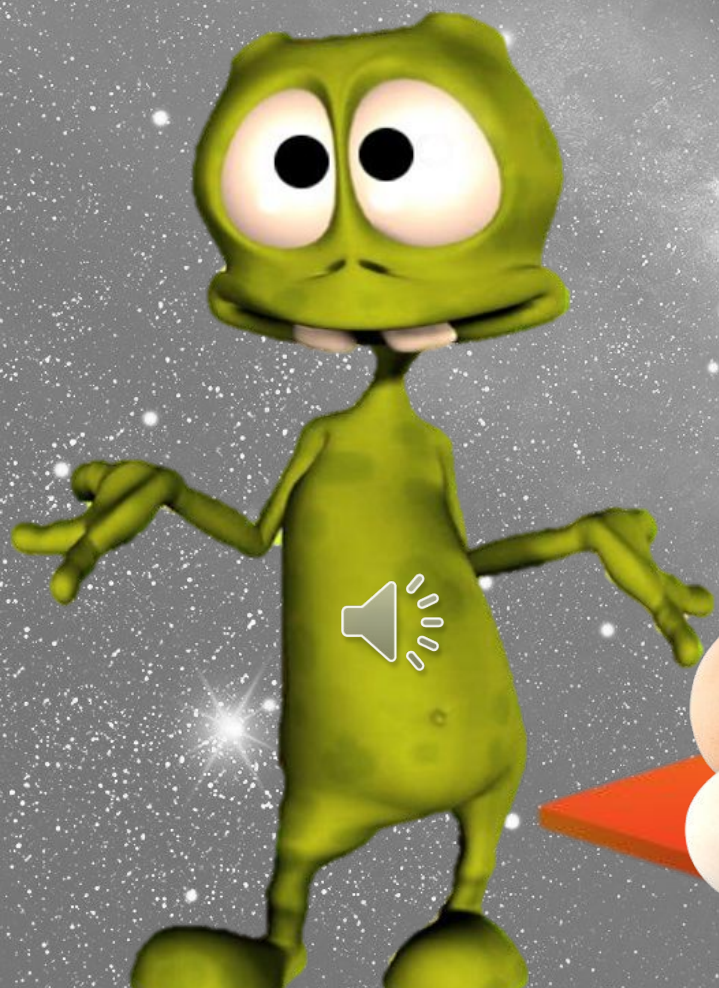


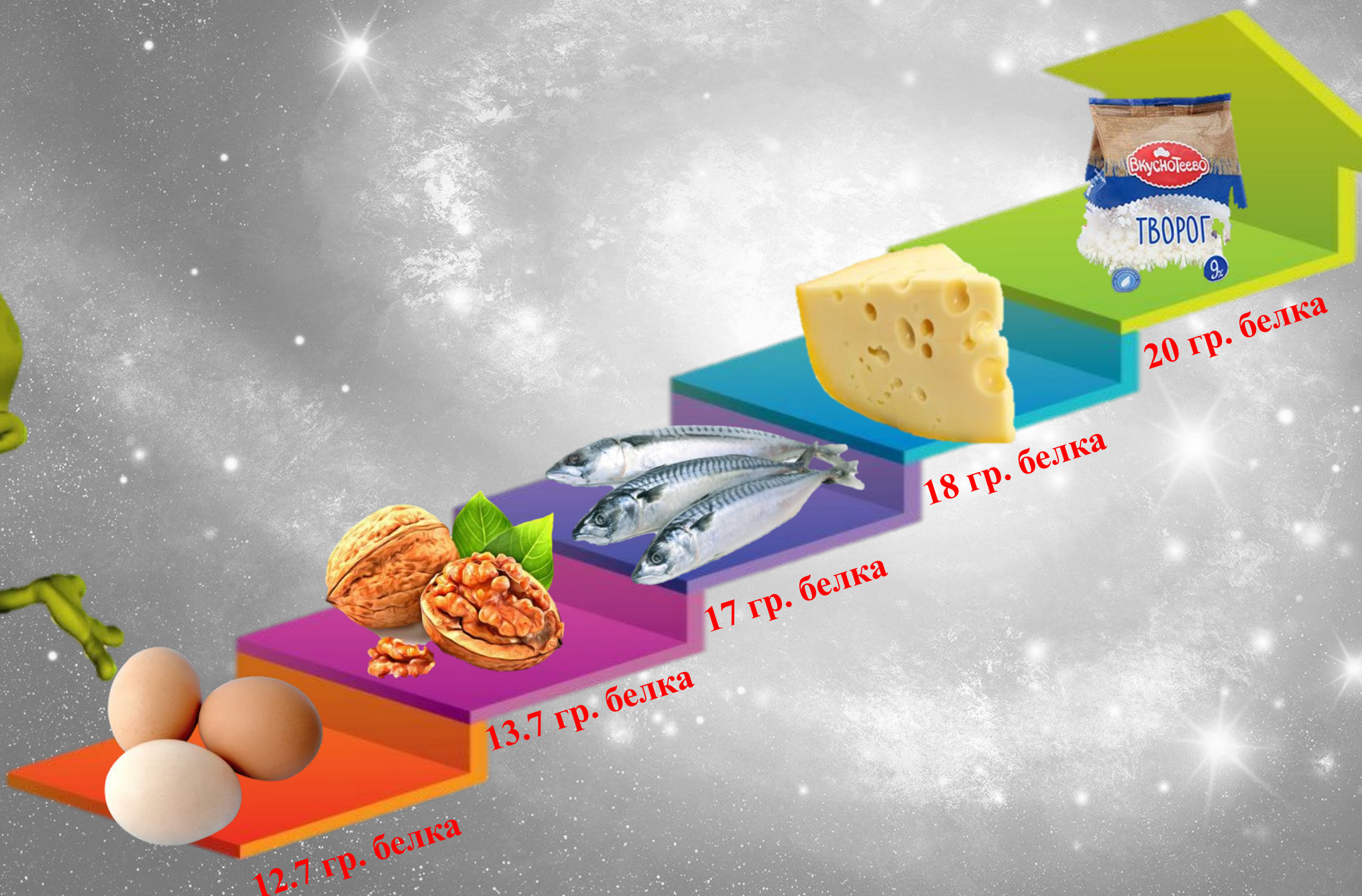








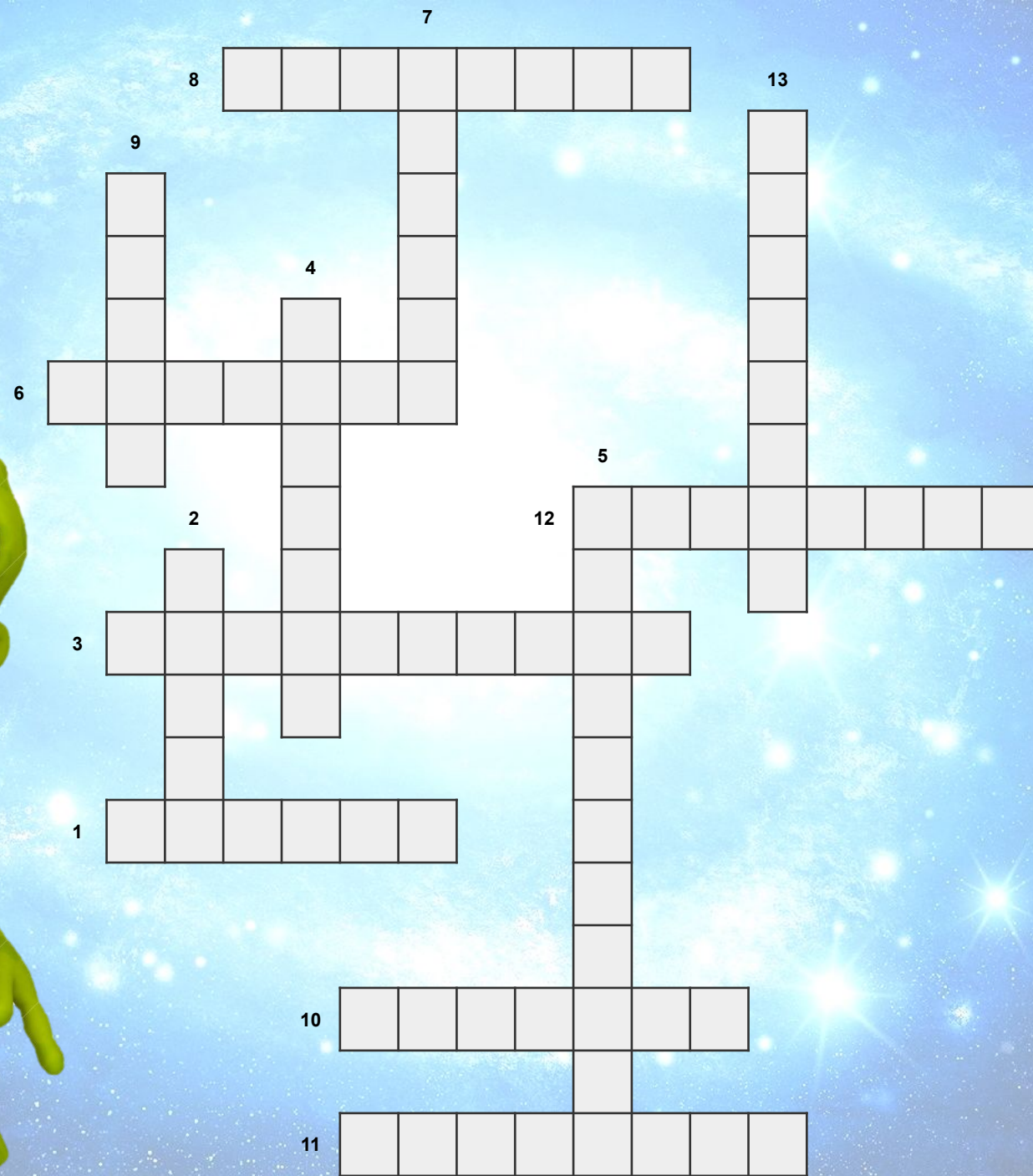




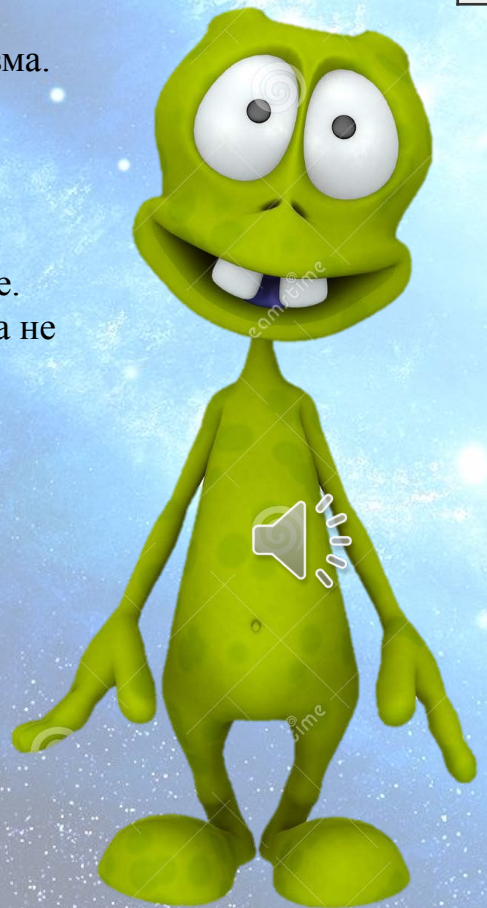


17-72 гр. углеводов

1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. Медицинский инструмент для инъекций.
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. То, к чему приводит систематическое переедание.
12. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.
13. Любимое лекарство доктора Пилюлькина.



1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. Медицинский инструмент для инъекций.
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. То, к чему приводит систематическое переедание.
12. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.
13. Любимое лекарство доктора Пилюлькина.



7

8

13

9

4

6

5

12

2

3

1

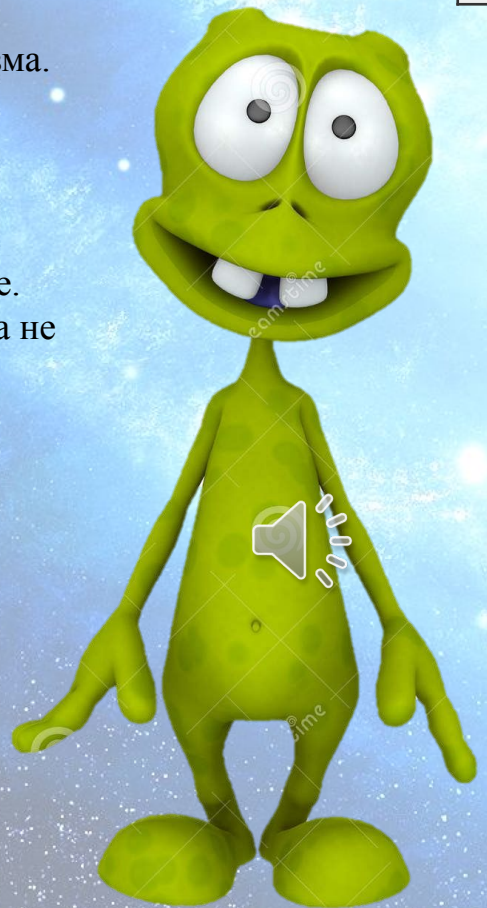
М А С С А Ж

10

11

Detailed description: A crossword puzzle grid is shown on a starry blue background. The grid consists of white squares for letters and grey squares for empty space. The starting letters of the first horizontal word are 'М', 'А', 'С', 'С', 'А', 'Ж'. Clue numbers 1 through 13 are placed at the beginning of their respective words. The grid is partially filled with these starting letters and some other letters from the clues.

1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. Медицинский инструмент для инъекций.
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. То, к чему приводит систематическое переедание.
12. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.
13. Любимое лекарство доктора Пилюлькина.



7

8

13

9

4

6

5

12

2

3

1

10

11

Д

И

Е

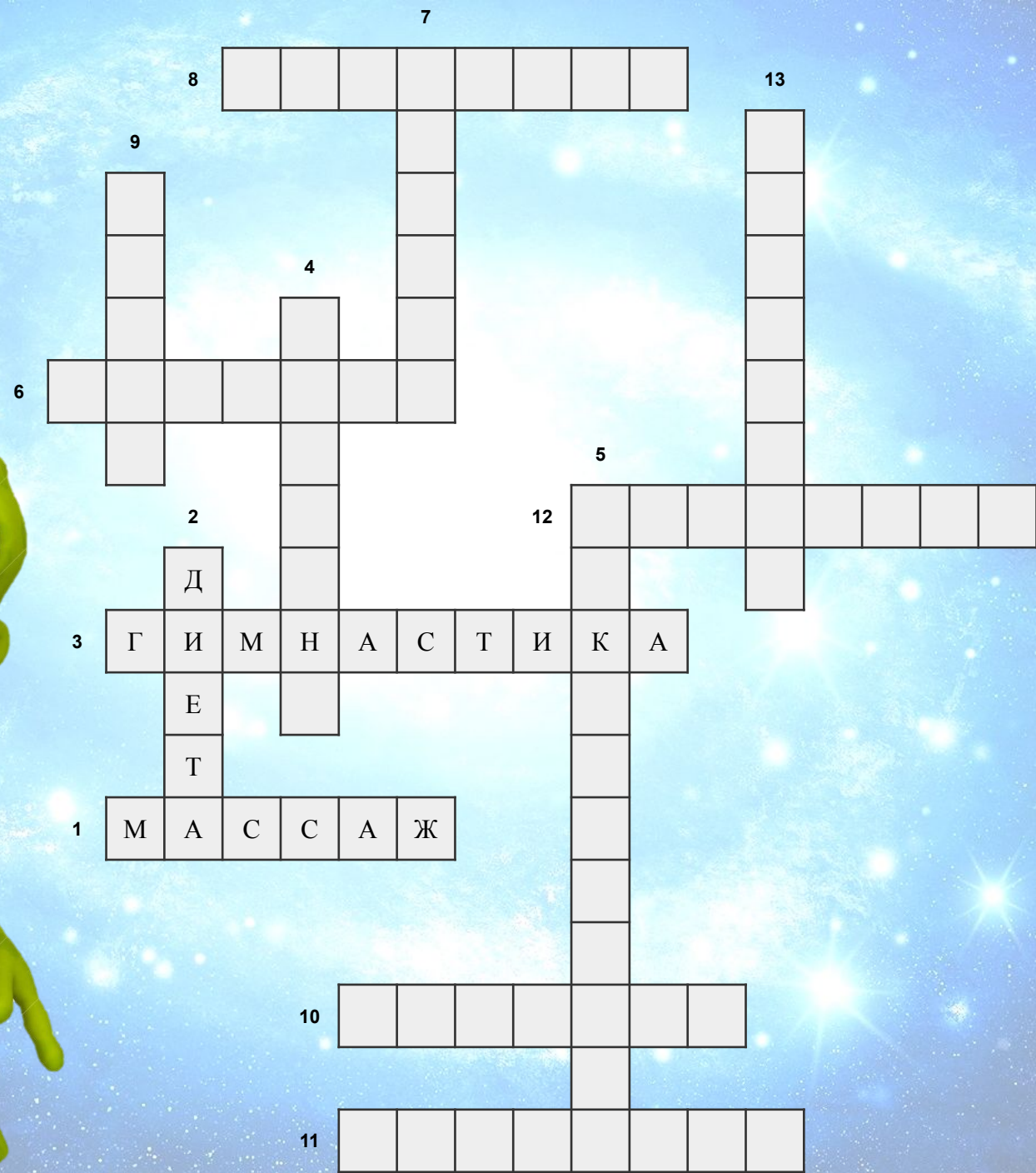
Т

М А С С А Ж

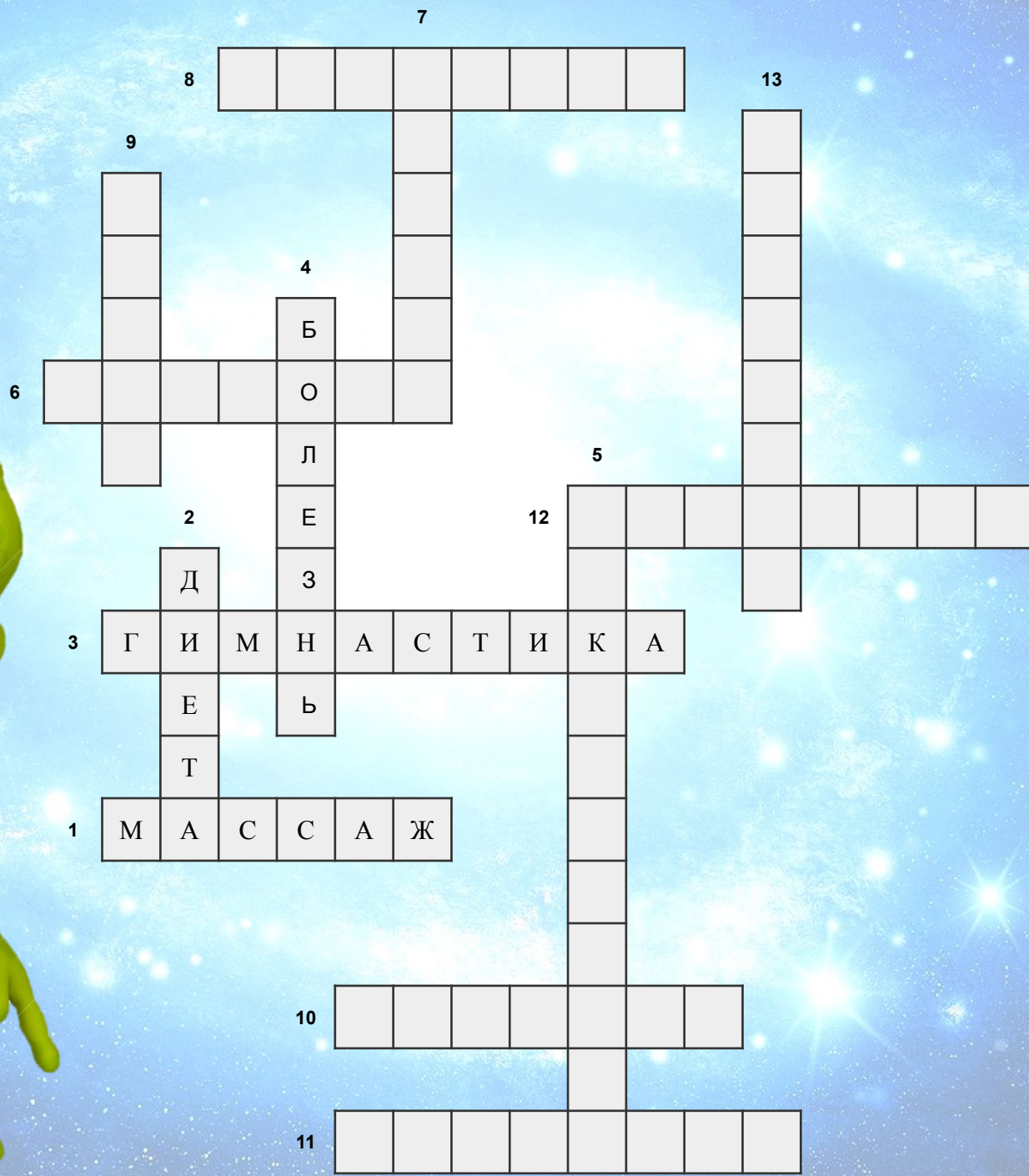
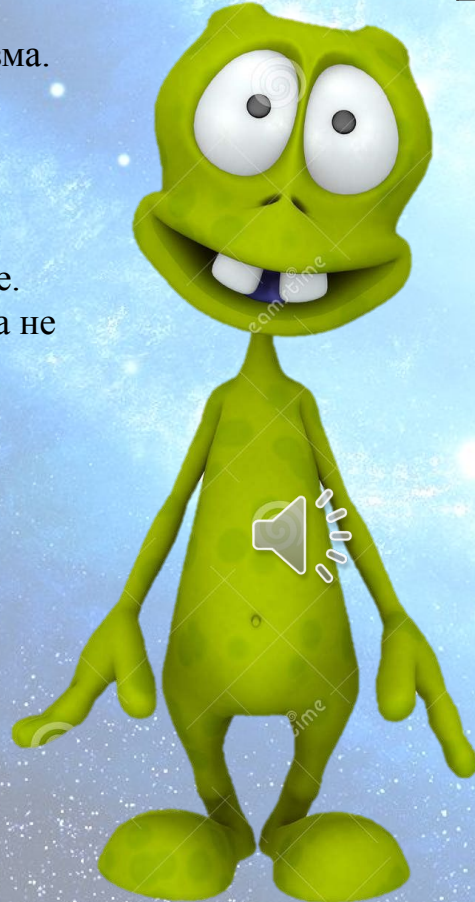
10

11

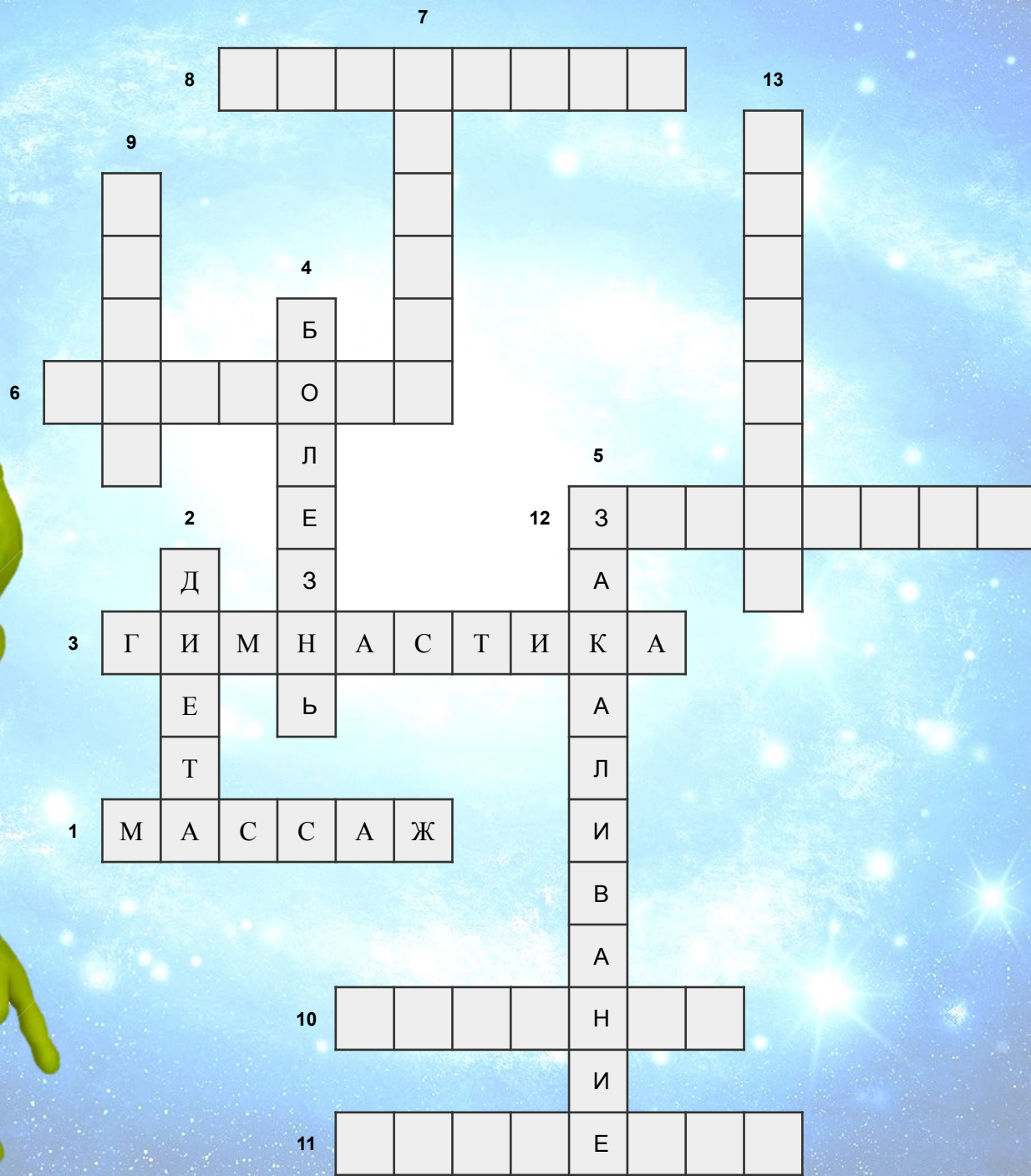
1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. Медицинский инструмент для инъекций.
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. То, к чему приводит систематическое переедание.
12. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.
13. Любимое лекарство доктора Пилюлькина.



1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. [Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.](#)
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. Медицинский инструмент для инъекций.
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. То, к чему приводит систематическое переедание.
12. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.
13. Любимое лекарство доктора Пилюлькина.



1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. Медицинский инструмент для инъекций.
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. То, к чему приводит систематическое переедание.
12. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.
13. Любимое лекарство доктора Пилюлькина.



1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. Медицинский инструмент для инъекций.
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. То, к чему приводит систематическое переедание.
12. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.
13. Любимое лекарство доктора Пилюлькина.



7

| | | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| | | | | А | | | | | | 13 |
| | | | | Н | | | | | | |
| | | | | Г | | | | | | |
| | | | | И | | | | | | |
| | | | | Б | | | | | | |
| 6 | Ч | И | С | Т | О | Т | А | | | |
| | | | | Л | | | | | | |
| | | | | Е | | | | | | |
| | | | | Д | | | | | | |
| | | | | З | | | | | | |
| 3 | Г | И | М | Н | А | С | Т | И | К | А |
| | | | | Е | | | | | А | |
| | | | | Т | | | | | Л | |
| 1 | М | А | С | С | А | Ж | | | И | |
| | | | | | | | | | В | |
| | | | | | | | | | А | |
| 10 | | | | | | | | Н | | |
| | | | | | | | | И | | |
| 11 | | | | | | | | Е | | |

8

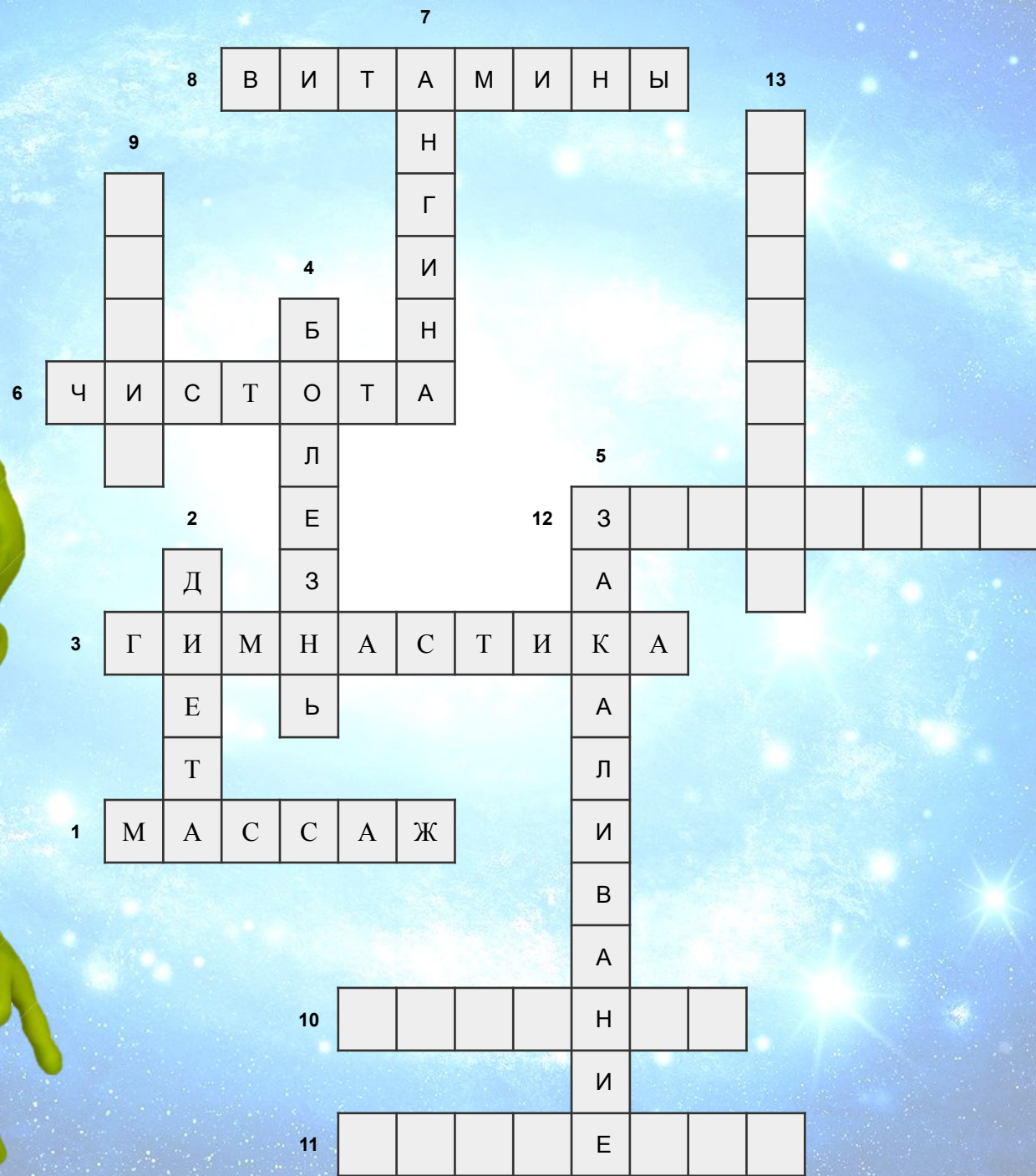
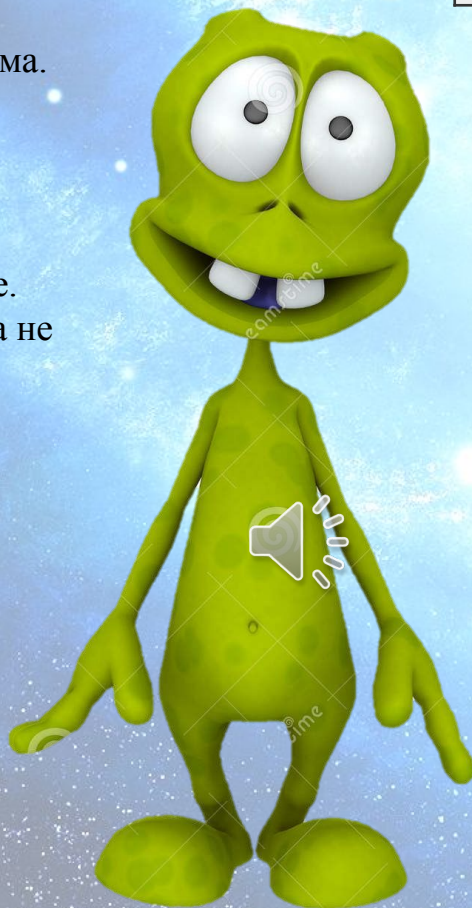
9

4

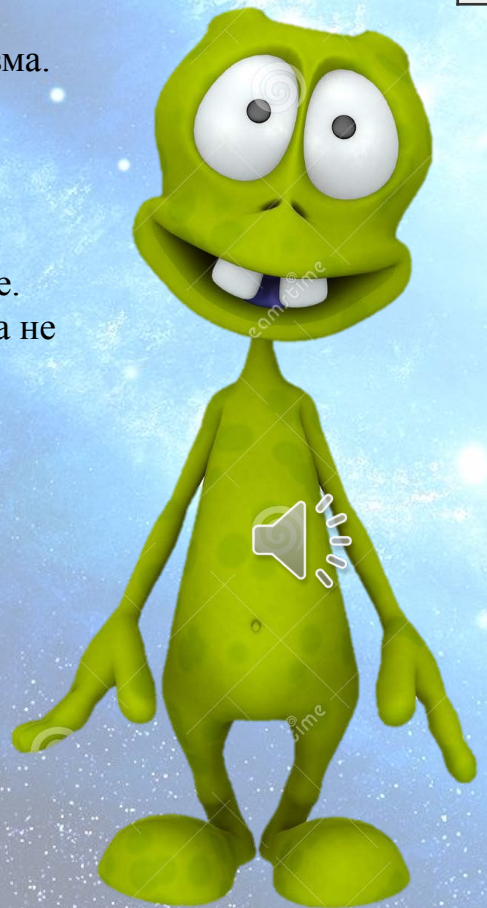
5

12

1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. [Медицинский инструмент для инъекций.](#)
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. То, к чему приводит систематическое переедание.
12. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.
13. Любимое лекарство доктора Пилюлькина.

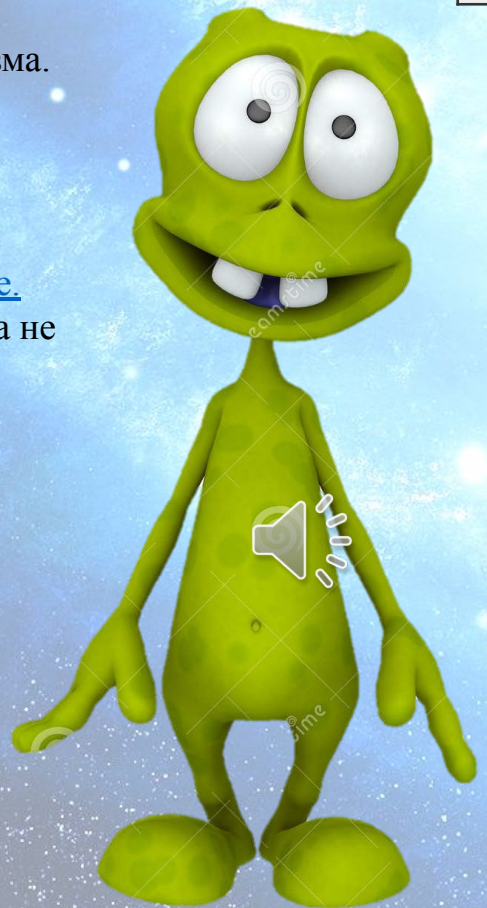


1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. Медицинский инструмент для инъекций.
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. То, к чему приводит систематическое переедание.
12. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.
13. Любимое лекарство доктора Пилюлькина.



| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|-----------------|--|--|--|--|--|--|---------------------|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | 7 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | 8 | | | | | | | 13 | | | | | | |
| | | | | | | | В И Т А М И Н Ы | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 9 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Ш | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | П | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Р | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 4 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Б | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Н | | | | | | |
| 6 | | | | | | | Ч И С Т О Т А | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | Ц | | | | | | | Л | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Е | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Д | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | З | | | | | | |
| | | | | | | | 3 | | | | | | | Г И М Н А С Т И К А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Е | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Ь | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Т | | | | | | |
| | | | | | | | 1 | | | | | | | М А С С А Ж | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 12 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | З | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Л | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | И | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | В | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 10 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Н | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | И | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 11 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Е | | | | | | |

1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. Медицинский инструмент для инъекций.
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. [То, к чему приводит систематическое переедание.](#)
12. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.
13. Любимое лекарство доктора Пилюлькина.



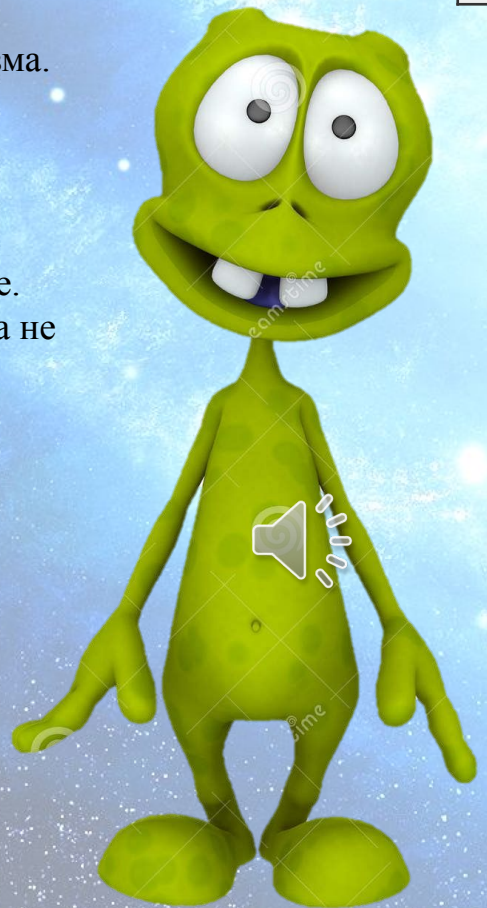
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|-----------------|--|--|--|--|--|--|---------------------|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | 7 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | 8 | | | | | | | 13 | | | | | | |
| | | | | | | | В И Т А М И Н Ы | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 9 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Ш | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | П | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Р | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 4 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Б | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Н | | | | | | |
| 6 | | | | | | | Ч И С Т О Т А | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Ц | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Л | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Е | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Д | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | З | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 5 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 3 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 12 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | З | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 3 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Г И М Н А С Т И К А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Е | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Ь | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Т | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Л | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | И | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | В | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 10 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | К У Р Е Н И Е | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | И | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 11 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Е | | | | | | |

1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. Медицинский инструмент для инъекций.
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. То, к чему приводит систематическое переедание.
12. [Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.](#)
13. Любимое лекарство доктора Пилюлькина.



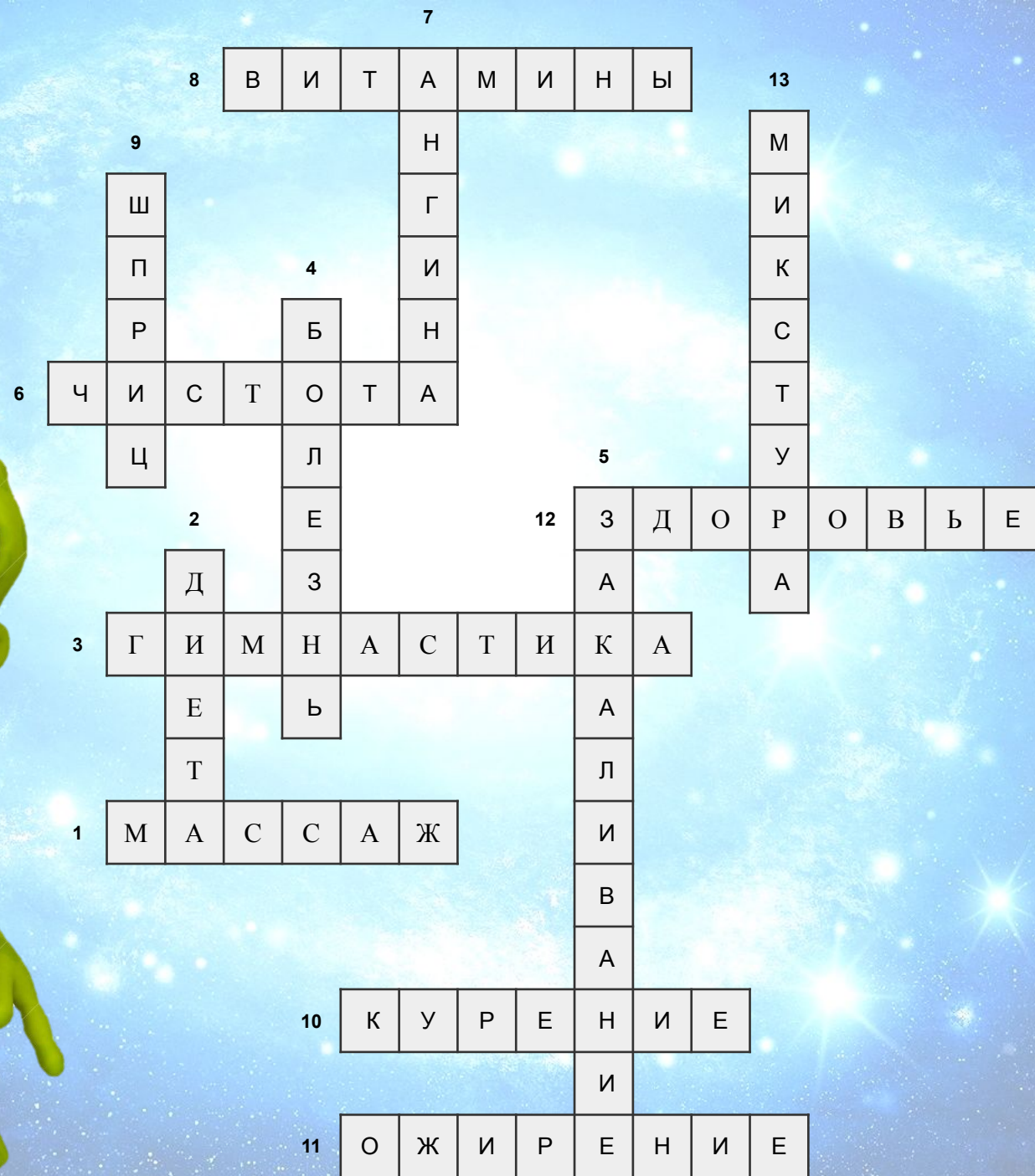
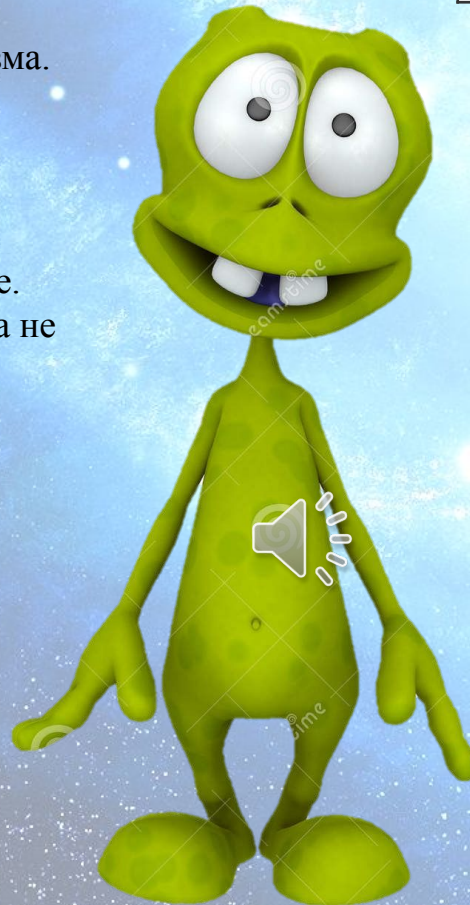
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|---------------------|--|--|--|--|--|--|----|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | 7 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | 8 | | | | | | | 13 | | | | | | |
| | | | | | | | В И Т А М И Н Ы | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 9 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Ш | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | П | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Р | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 4 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Б | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Н | | | | | | |
| 6 | | | | | | | Ч И С Т О Т А | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Ц | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Л | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Е | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Д | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | З | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 3 | | | | | | |
| | | | | | | | Г И М Н А С Т И К А | | | | | | | 5 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | З | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Е | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Ь | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Т | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Л | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | И | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | В | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 10 | | | | | | |
| | | | | | | | К У Р Е Н И Е | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | И | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 11 | | | | | | |
| | | | | | | | О Ж И Р Е Н И Е | | | | | | | | | | | | | |

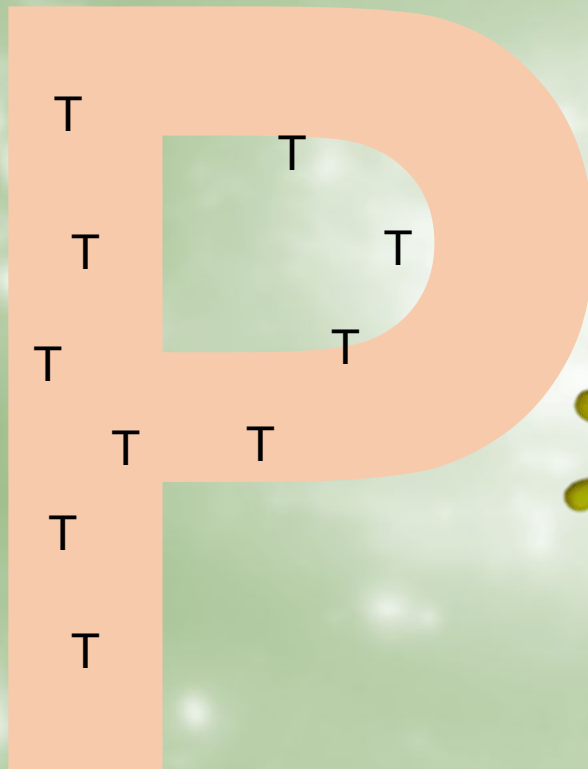
1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. Медицинский инструмент для инъекций.
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. То, к чему приводит систематическое переедание.
12. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.
13. [Любимое лекарство доктора Пилюлькина.](#)



| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|---------------------|--|--|--|--|--|--|-----------------|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | 7 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | 8 | | | | | | | 13 | | | | | | |
| | | | | | | | В И Т А М И Н Ы | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 9 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Ш | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | П | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 4 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Р | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Б | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Н | | | | | | |
| 6 | | | | | | | Ч И С Т О Т А | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | Ц | | | | | | | Л | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | 2 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Е | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Д | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | З | | | | | | |
| | | | | | | | 3 | | | | | | | 12 | | | | | | |
| | | | | | | | Г И М Н А С Т И К А | | | | | | | З Д О Р О В Ь Е | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Е | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Ь | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Т | | | | | | |
| | | | | | | | 1 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | М А С С А Ж | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Л | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | И | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | В | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | А | | | | | | |
| | | | | | | | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | К У Р Е Н И Е | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | И | | | | | | |
| | | | | | | | 11 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | О Ж И Р Е Н И Е | | | | | | | | | | | | | |

1. Растирание тела для лечебных целей.
2. На ней сидят, чтобы похудеть.
3. Этим видом спорта занимается Алина Кабаева.
4. Состояние организма в инфекционный период.
5. Упражнения и процедуры, способствующие укреплению организма.
6. ... - залог здоровья.
7. Острое инфекционное заболевание - воспаление миндалин.
8. Вещества, необходимые для укрепления организма.
9. Медицинский инструмент для инъекций.
10. Вредная привычка, переходящая в зависимость, вызывающая различные заболевания органов дыхания.
11. То, к чему приводит систематическое переедание.
12. Его за деньги не купишь, о нем не думаешь, пока не заболеешь.
13. Любимое лекарство доктора Пилюлькина.





СПОРТ

Здоровый сон

верно

неверно



1. Необязательно ложиться спать и вставать в одно и то же время;

2. Перед сном необходимо принять душ, почистить зубы;

3. Перед сном можно смотреть страшные фильмы, читать волнующие книги;

4. Не есть на ночь. Ужинать рекомендуется за 2 – 3 часа до сна;

5. Спать нужно в тёмной темноте;

6. Спать нельзя на ровной постели. Высокие подушки и слишком мягкие матрасы не приводят к искривлению позвоночника;



