

## Конкурс эрудитов

Правильный ответ – 1 балл команде.

1. А.П. Чехов говорил: «Целовать курящую женщину все равно, что...» (*...целовать пепельницу*).
2. Как древние греки называли бы человека, страдающего влечением к оцепенению? (*Наркоманом, от греч. park – оцепенение, mania – влечение*).
3. В декабре 2000 года городские власти этого города впервые в мире приняли самый жесткий закон о курении, запрещающий курить в общественных местах, на работе, в кафе, баре, ресторане. За курение в общественном месте виновного наказывают лишением свободы сроком на один год или штрафом в 1000 долларов. Где был принят этот закон? (*Этот закон был принят властями Нью-Йорка*).
4. Закончите английскую поговорку: «Курильщик впускает в свои уста врага, который похищает...» (*Мозг*).
5. Известный врач П. Брэгг говорил, что есть 9 докторов. Начиная с четвертого это естественное питание, голодание, спорт, отдых, хорошая осанка и разум. Назовите первых трех докторов, упомянутых Брэггом. (*Солнце, воздух и вода*).
6. Назовите принципы закаливания – «Три П». (*Постепенно, последовательно, постоянно*).
7. Назовите насекомых – индикаторов отсутствия у человека навыков гигиены. (*Блохи, вши*).
8. Какая поговорка учит нас правильному режиму питания? (*Завтрак съешь сам, обед раздели с другом, а ужин отдай врагу*).
9. Кто такие «совы» и «жаворонки»? (*Это люди с разными биологическими ритмами*).
10. Почему детям до 15 лет нельзя заниматься тяжелой атлетикой? (*До этого возраста активно формируется скелет*).
11. Сколько часов в сутки должен спать человек? (*Взрослый человек – 8 часов, подросток – 9 – 10 часов, ребенок – 10 – 12 часов*).
12. Зачем для профилактики ангины и насморка делают холодные ножные ванны? (*Нервные окончания стопы и носоглотки связаны*).

Какими видами спорта следует заниматься для формирования осанки? (*Плаванием, гимнастикой, легкой атлетикой*).