

WIOSENNA II GIMNAZJADA
Międzyklasowy Konkurs Zabaw Logicznych
MOTTO SPOTKANIA
„ZE ZDROWIEM ZA PAN BRAT!”

RUNDA I

Uczniowie rozszyfrowują hasła z sylab dotyczące zdrowia, racjonalnego odżywiania i troski o higienę. Za każde dobrze napisane hasło mogą uzyskać **3 pkt** (uwzględnić wielką literę, znaki przestankowe, wyraźny zapis zdania itp.) – za wszystkie poprawne – **max 9 pkt**.

Hasła:

1. W zdrowym ciele zdrowy duch.
2. Nie wystarczy tylko jeść – należy jeszcze dobrze się odżywiać!
3. Dbamy o higienę ciała i umysłu.

RUNDA II

Uczniowie rozwiązują mini – test pt. „Co wiemy o zdrowiu?” Odpowiadają na pytania, wybierając jedną z trzech odpowiedzi. Za każdą poprawną odpowiedź otrzymują **1 pkt** – za wszystkie dobre odpowiedzi mogą zdobyć **max 6 pkt**.

1. b
2. c
3. c
4. a
5. a
6. b

RUNDA III

Zadanie polega na połączeniu pomieszanych części przysłów i powiedzeń na temat zdrowia. Za każde poprawne połączenie członów zdania otrzymują **1 pkt**, za wszystkie dobre odpowiedzi – **max 5 pkt**.

Przysłowia i powiedzenia nt zdrowia:

1. Zdrowie i dobre sumienie waż sobie nad dobre mienie.
2. Kto zdrowia nie szanuje, ten na starość żałuje.
3. Lepsze jest zdrowie niż pieniądze.
4. Póki zdrowie mieszka w ciele, póty rozkosz i wesele.
5. Zdrowie to największy majątek.

KLASA

Rozszyfruj hasła z sylab i zapisz końcowe rozwiązanie.

1).

ZDRO	W	CIE	DUCH.	WYM	WY	LE	ZDRO

Hasło brzmi:

.....

2).

Nie	wy	star	czy	tyl	ko
jesz	ży	le	na	-	jeść
cze	dob	rze	się	odży	wiać!

Hasło brzmi:

.....

3).

my	o	nę	cia	u	mys
Dbą	hi	gie	ła	i	łu.

Hasło brzmi:

.....

TEST
„Co wiemy o zdrowiu?”

Udzielcie odpowiedzi na pytania, wybierając tylko jedną z trzech podanych. Podkreście wybraną przez Was odpowiedź.

1. Recepta na zdrowy model żywienia to:
 - a) Spożywanie dwóch dość obfitych posiłków dziennie
 - b) Spożywanie 4 – 5 niezbyt obfitych i urozmaiconych posiłków dziennie
 - c) Jedzenie tego na co ma się ochotę i wtedy kiedy ma się ochotę

2. Regularne spożywanie mleka i niektórych jego przetworów przez dzieci i młodzież zapobiega:
 - a) Chorobom oczu
 - b) Chorobie serca
 - c) Próchnicy i krzywicy

3. W codziennej walce ze stresem pomocne jest:
 - a) Zachowanie optymizmu
 - b) Posiadanie sprawdzonych przyjaciół
 - c) Zarówno a) jak i b)

4. Powinniśmy spożywać dużo jarzyn i owoców bo:
 - a) Dostarczają dużo witamin, soli mineralnych i błonnika
 - b) Zapobiegają chorobom zakaźnym
 - c) Są łatwe w przygotowaniu

5. Dbanie o higienę ciała i umysłu oznacza:
 - a) Częste mycie całego ciała, noszenie czystej odzieży oraz myślenie o sobie i innych z życzliwością; wypoczywanie na świeżym powietrzu
 - b) Aby nie przemęczać się zbyt pracą, nie nadużywać mydła i wody oraz wietrzyć odzież przynajmniej raz w tygodniu; nie przejmować się potrzebami innych
 - c) Troskę o otaczającą przyrodę

6. Wybierz wzorcowy model spędzania wolnego czasu:
 - a) Oglądanie telewizji od momentu przyjścia ze szkoły do późnych godzin nocnych
 - b) Wypoczynek na świeżym powietrzu i zajmowanie się ulubionym hobby
 - c) Leżenie w łóżku i liczenie much na suficie

KLASA

Połącz pomieszane części przysłów i powiedzeń na temat zdrowia:

Zdrowie i dobre sumienie

póty rozkosz i wesele.

Kto zdrowia nie szanuje,

to największy majątek.

Lepsze jest zdrowie

ten na starość żałuje.

Póki zdrowie mieszka w ciele,

niż pieniądze.

Zdrowie

waż sobie nad dobre mienie.