

## Драфт вопросов викторины для подростков 12-17 лет на тему личной гигиены

1. Что такое гигиена?
  - То, что мы делаем для поддержания чистоты и здоровья
  - То же, что и стоматология
  - Это уборка и наведение порядка
  
2. Когда надо чистить зубы?
  - Когда вспомнишь
  - После завтрака, чтобы было свежее дыхание
  - Два раза в день, утром и вечером
  
3. От какого слова произошло слово «гигиена»?
  - От слова «гиена»
  - От имени древнегреческой богини здоровья Гигиен
  - От имени Гена
  
4. Как часто надо менять зубную щетку?
  - Каждые 2-3 месяца
  - Когда надоеет
  - Когда начнут выпадать щетинки
  
5. Как правильно мыть руки?
  - Нужно использовать побольше мыла
  - Достаточно смыть видимую грязь водой
  - Руки нужно мыть с мылом в течение 20-30 секунд
  
6. Чистота – залог....
  - здоровья
  - удачи
  - хвастовства
  
7. Чем нельзя делиться с друзьями?
  - своей зубной пастой
  - своей ручкой
  - своей расческой
  
8. Какие продукты хорошо подходят для пикника?
  - Кремовый торт или пирожное
  - Фрукты, овощи, зелень
  - Яйца
  
9. Что лучше пить в жару?
  - Что-нибудь сладкое
  - Простую воду
  - Холодный чай
  
10. Как правильно ухаживать за животным?
  - Мыть руки после ухода и игр с животным
  - Целовать животное, чтобы подружиться с ним

X Мыть в кухонной раковине игрушки и миски животного

11. Что делать, чтобы хорошо выспаться?  
X Пить крепкий чай перед сном  
X Плотно есть перед сном  
V Проветривать комнату перед сном
12. Какая привычка в питании помогает быть здоровым?  
V Брать с собой полезный перекус  
X Пропускать завтрак  
X Пользоваться гаджетами во время еды
13. Как безопасно вести себя в лесу?  
X Сидеть на траве  
X Пробовать незнакомые ягоды, растения  
V Носить закрытую одежду и высокую обувь
14. Что входит в информационную диету?  
X Использование кнопочного телефона  
V Установленный лимит времени на социальные сети  
X Просмотр в сети контента во время еды
15. Что обязательно нужно взять с собой на пляж?  
X Хорошую книгу  
X Музыкальную колонку  
V Головной убор и солнцезащитную косметику