Упражнение 5.4. Въпроси за промени при стареенето

Упражнението е групово или индивидуално. Ще намерите 4 въпроса, които да зададете. При верен отговор се печели 1 точка.

1. Какво трябва Георги да направи, за да избегне физически проблеми и мускулни болки?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **A** | **Да седи на дивана и да гледа телевизия през целия ден.** |
|  | **Б** | **Да ходи всеки ден и да прави физически упражнения.** |
|  | **В** | **Да лежи на леглото.** |

1. Какъв тип храна трябва да яде Георги всеки ден, за да бъде здрав и да има енергия?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **A** | **Шоколад и сладкиши.** |
|  | **Б** | **Пица и пържени картофи** |
|  | **В** | **Зеленчуци, плодове, риба...** |

1. Защо Георги трябва да приема лекарства и защо това е важно за здравето му?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **A** | **За да няма болка, нито усложнения в бъдеще** |
| C:\Users\USUARI\Downloads\signals-962665_1920.jpg | **Б** | **Защото е принуден да го прави** |
| C:\Users\USUARI\Downloads\porcelain-plate-1227008_1920.jpg | **В** | **Защото по този начин той няма да може да яде повече.** |

1. Какво трябва да направи Георги, за да избегне проблеми със сърцето, белите дробове или стомаха?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **A** | **Да пие алкохол и да пуши** |
|  | **Б** | **Да не прави упражнения** |
|  | **В** | **Да се храни здравословно и да прави упражнения всеки ден.** |