

A black dumbbell is shown from a slightly elevated angle. A single, bright green apple is balanced on the central bar of the dumbbell. The background is a plain, light-colored surface.

Здоровью в помощь

Автор: учитель биологии,
молодой специалист
МАОУ СОШ №112 г. Перми
Кокшаров Егор Витальевич

**Это
Опасно!**

**Спорт
- ЭТО
ЖИЗНЬ**

Болезни

**Питаемся
правильно**

**Великие
спортсмены**

100

100

100

100

100

200

200

200

200

200

300

300

300

300

300

400

400

400

400

400

500

500

500

500

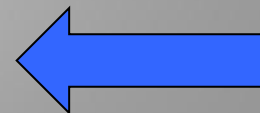
500

**Это
Опасно!**

**Эта вредная привычка
многократно увеличивает
вероятность рака лёгких**

<http://txt.newsru.com/672653.html>

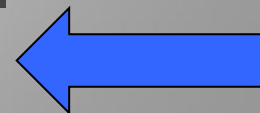
Курение



**Это
Опасно!**

**Это вещество убивает
клетки головного мозга,
имеет резкий запах и
Вызывает привыкание**

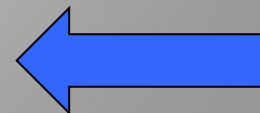
Алкоголь



**Это
Опасно!**

**К этому может привести
частое употребление
сладостей и несоблюдение
гигиены рта**

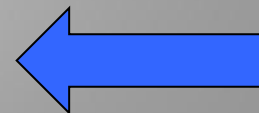
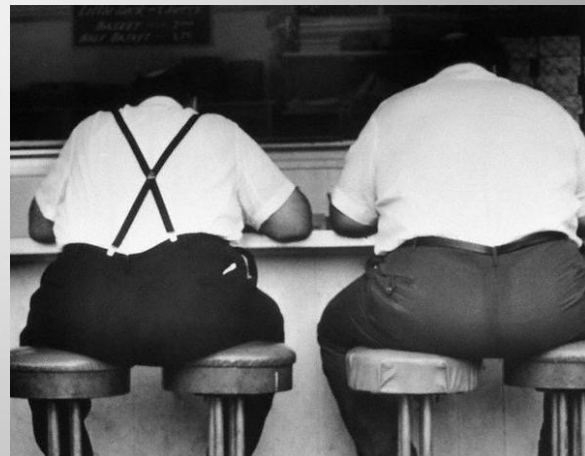
Кариес



**Это
Опасно!**

**Именно это вместе с
перееданием приводит к
появлению лишнего веса**

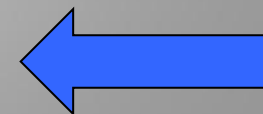
**Малоподвижный
образ жизни**



**Это
Опасно!**

**Именно это является
основной причиной
искривления позвоночника**

**Неправильная
осанка**



В Северной Америке
его называют «соккер»

Футбол
(европейский)



Какой вид спорта больше всего
развивает лёгкие

Дайвинг /
плавание



Искусство перемещения и преодоления препятствий в городских условиях

Паркур



Дословно с японского этот вид
спорта переводится как
«МЯГКИЙ ПУТЬ»

Дзюдо



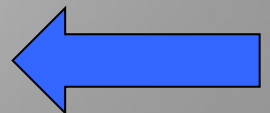
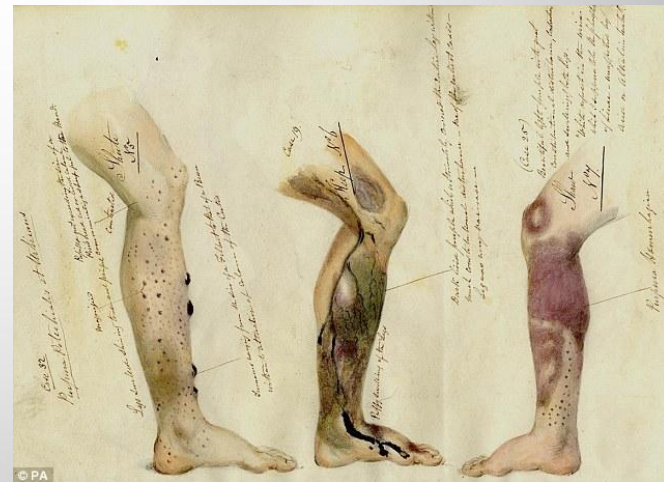
Предком этого вида спорта
считается французская игра
жё-де-пом

Теннис



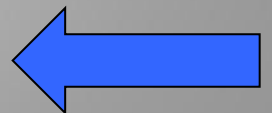
Эта болезнь вызвана недостатком витамина С

Цинга



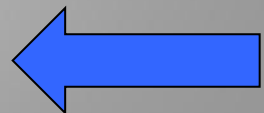
Этот вирус может почти
полностью уничтожить
иммунитет человека

СПИД



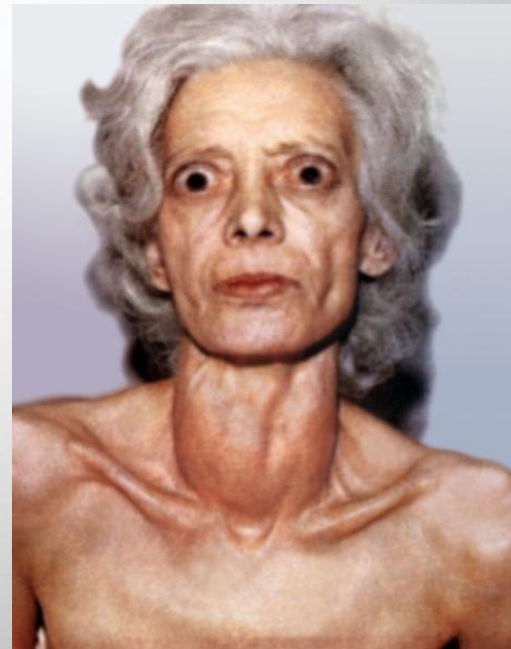
Эта болезнь возникает
при неправильной
выработке инсулина

Сахарный
диабет



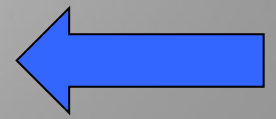
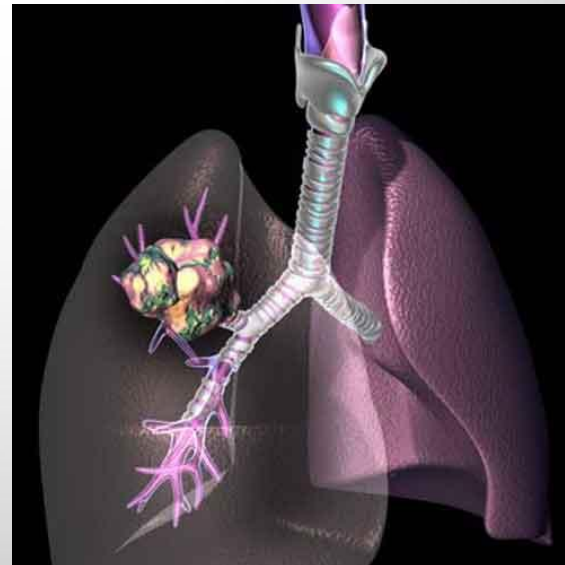
Эта болезнь возникает
при избыточной работе
щитовидной железы

Базедова
болезнь



Эта болезнь приводит к
появлению
злокачественных
опухолей

Рак



**Какие органические вещества
мы используем в пищу
(три слова)**

Белки, жиры, углеводы



**В этом жгучем продукте
витамина С в несколько раз
больше, чем в лимоне**

Перец Чили



Питаемся
правильно

Её брали в плаванье,
чтобы не болеть цингой

Квашеная
капуста



Питаемся
правильно

**В этот витамин превращается
каротин, которого много
в овощах рыжего цвета**

Витамин А



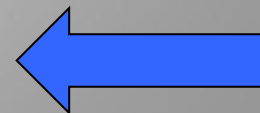
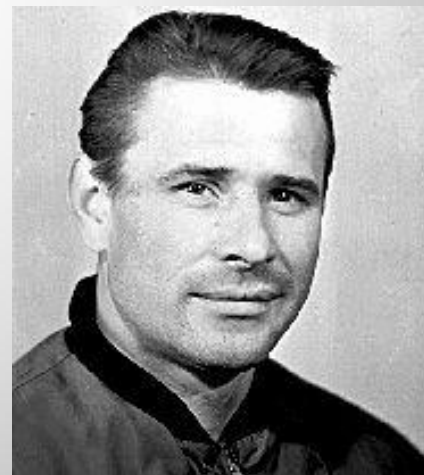
В неё часто добавляют йод
для лучшей работы
эндокринной системы

Соль



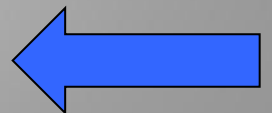
Единственный в истории
вратарь- обладатель
«Золотого мяча»
(футбольная награда)

Лев Яшин



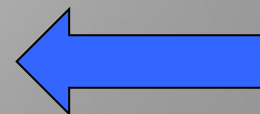
Пловец, единственный
в мире 18-кратный
олимпийский чемпион

Майкл
Фелпс



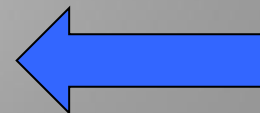
Первый европейский хоккеист,
принятый в зал славы NHL
(Национальная хоккейная лига,
США-Канада)

Владислав
Третьяк



Рекордсмен по бегу
на короткие дистанции,
6-кратный олимпийский
и 8-кратный чемпион мира

Усейн
Болт



Русская спортсменка,
победительница Олимпиады
в 2004 и 2008 году
по прыжкам с шестом

Елена
Исинбаева

