

The background features a large yellow sun with a red outline, surrounded by several yellow triangles of various sizes, also with red outlines. At the bottom, there are two large green leaves with black outlines, pointing upwards towards the sun. The entire scene is set against a teal background with a subtle gradient.

Здоровье нации в твоих руках

Мультимедиа-презентация
подготовлена учителем
Истории МОУ СОШ №4
Медведевой Екатериной
Александровной

Положительные эмоции

Ограничение употребления алкоголя, курения, наркотиков

Рациональное, полезное, витаминное питание

Здоровый образ жизни

Отказ от вредных привычек (алкоголь, курение, наркотики)

Личная гигиена, эстетика труда и отдыха

Экологически-осознанное поведение



Не хмурься, не печалься!
Улыбнись скорее! Когда
ты счастлив, то мир
вокруг тебя светлей и
радостней. Улыбка -
радуга здоровья!



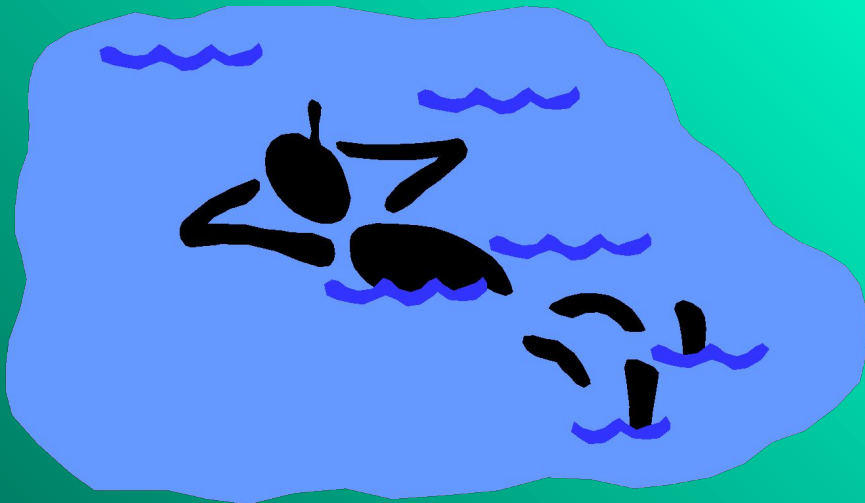


От болячек и простуд, от хворей и лени – бежать, плыть, карабкаться, ползти, идти, лететь... Движенье – это сила! А сила это жизнь!



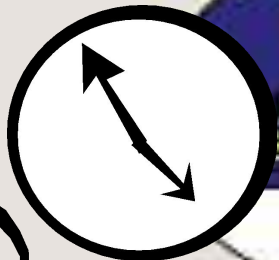


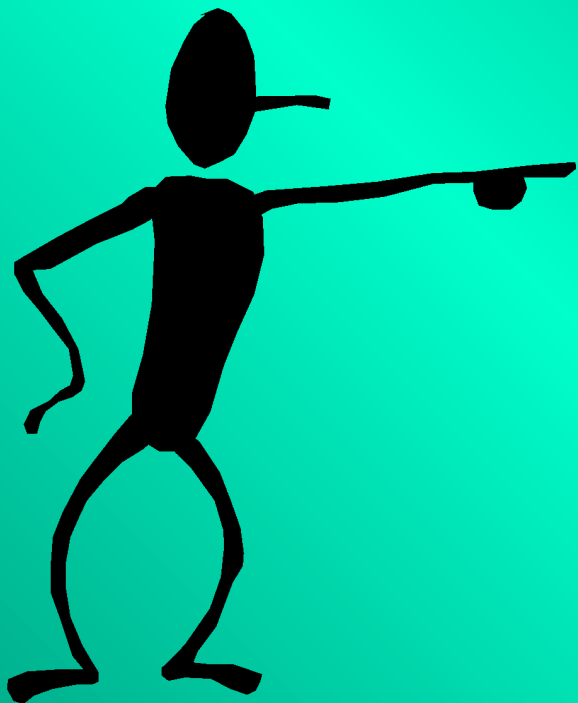
Если хочешь быть здоров
- закаляйся! Водой
холодной обливайся,
если хочешь быть здоров!





Жить по часам это
вовсе неплохо.
Хуже намного зевать
и охать.
Всеми режим дня
соблюдается!
Каждый здоровым
быть старается!





Ну а если уж
случилось захворать и
занемочь,
к докторам ты
обращайся. Их забота –
нам помочь!



Как телу полезно,
так ты и питайся!



Из крайности в
крайность ты не
бросайся!





А свежая пища -
здоровья залог!
Ты помни всегда
этот жизни урок!



Знает ведь и стар и млад, что куренье это яд. Осознай ты этот вред, сигарете скажи - **НЕТ!**



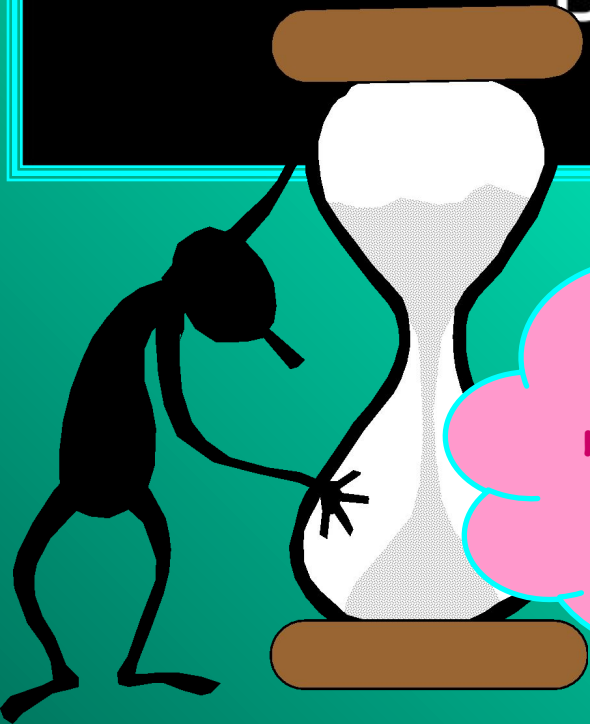
Не пейте, не курите! Иначе сами такими станете!



ЖИЗНЬ




ВАМ НЕ ЖАЛЬ?



Тает жизнь как
сигарета. Сколько
нам отведено? Пусть
последняя вот эта,
ведь здоровье - то
одно!






Жить без
чувств?!



Жить без
будущего?!



С наркотиками это
ВОЗМОЖНО...



Жить без
разума?!



Много в жизни радостей.
Много же и гадостей.
Опасайся с ними встреч!
Должен ты себя беречь!

ОТ ЧЕГО ЗАВИСИТ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

17-20%

Внешняя среда и природно-климатические условия

8-10%

Генетическая биология человека

8-10%

Здорово-охранение

ЗДОРОВЬЕ

Образ жизни

(питание, условия труда, материально-бытовые условия)

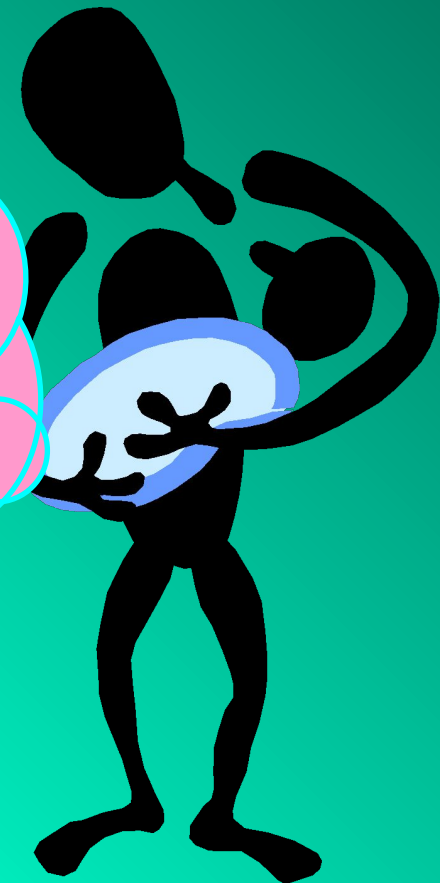
45-55%

На докторов надейся, но сам не оплошай!
И за здоровье бейся, как жить - ты сам реши!





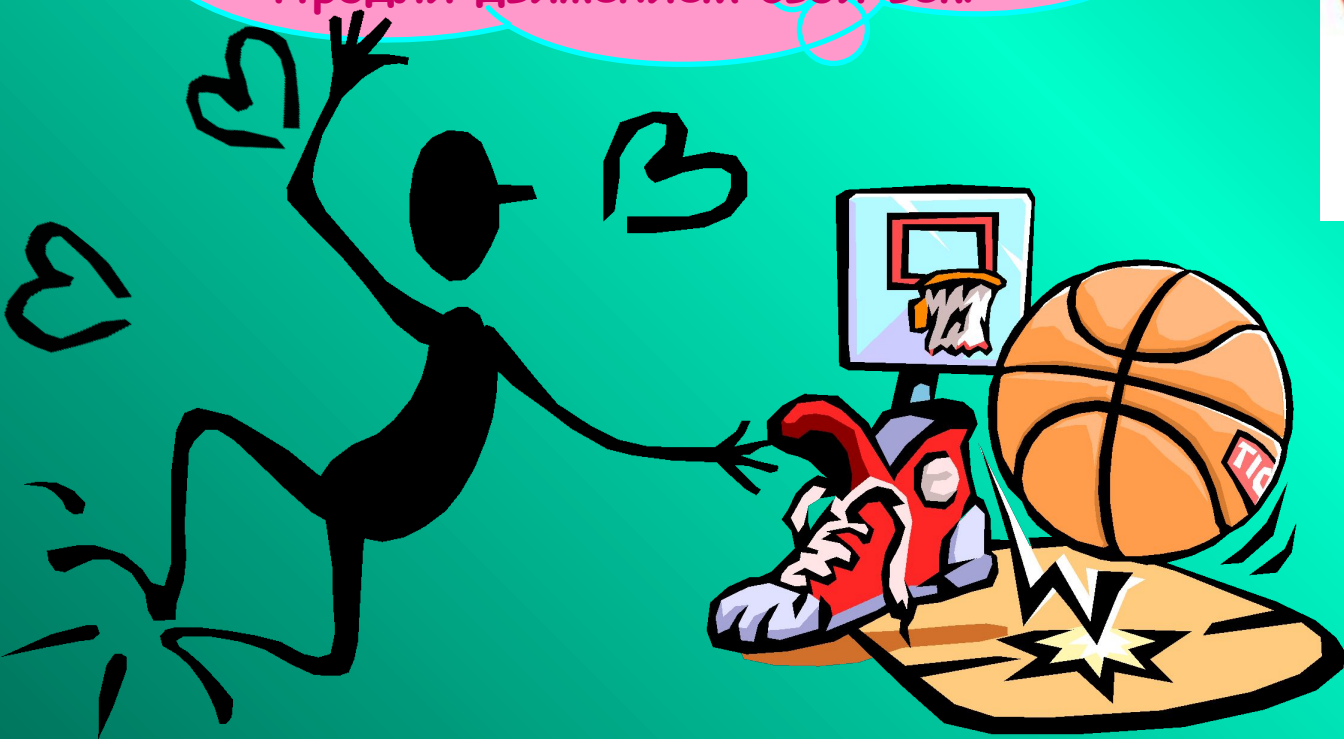
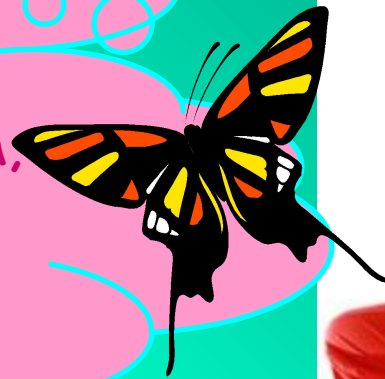
Помни,
малыш, с
самых первых
дней -
здоровье на
свете всего
важней!





Быть красивым - круто и клёво!
В моде стало спортивное тело!
Чтобы было оно здорово,
Принимайся скорее за дело!

Здоровым быть и быть красивым,
Мечтает каждый человек.
И для того чтоб стать
счастливым,
Продли движением свой век!





За..
здоровый
образ
жизни!



*Здоровье – состояние полного
физического, духовного и
социального благополучия,
а не только отсутствие болезни
или физических дефектов.*

