

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Бурлинская средняя (полная) общеобразовательная школа №3»  
Бурлинского района Алтайского края

# ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ



ПРЕЗЕНТАЦИЮ  
РАЗРАБОТАЛА:  
ШВАЙКО ЛЮДМИЛА  
АЛЕКСАНДРОВНА –учитель  
английского языка

БУРЛА  
2010



**7 АПРЕЛЯ**

**2003 ГОДА**

**объявлен**

**всмирный день**

**здоровья**



**«ЗДОРОВЫЙ НИЩИЙ  
СЧАСТЛИВЕЕ  
БОЛЬНОГО  
КОРОЛЯ»**

**А. Шопенгауэр**



# ХРИСТИАНСКАЯ БИБЛИЯ



# 7 смертных грехов

1. ГОРДОСТЬ,  
ГОРДИНЯ
2. ЗАВИСТЬ
3. ЗЛО (ГНЕВ)
4. РАСПУТСТВО,  
РАЗВРАТ
5. АЛЧНОСТЬ  
(ЖАДНОСТЬ)
6. ЧРЕВОУГОДИЕ (ПРОЖОРЛИВОСТЬ,  
НЕНАСЫТНОСТЬ)
7. ЛЕНЬ



# ВРЕДИТ ЗДОРОВЬЮ

- ФИЗИЧЕСКАЯ ПАССИВНОСТЬ  
(ИНЕРТНОСТЬ)
- УПОТРЕБЛЕНИЕ СЛАДОСТЕЙ В  
БОЛЬШОМ  
КОЛИЧЕСТВЕ
- АЛКОГОЛЬ
- КУРЕНИЕ
- НЕБЛАГОПРИЯНОЕ ВЛИЯНИЕ  
ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ



# ВРЕД

# ЗДОРОВЬЮ

ПОЛНОТА  
ТУЧНОСТЬ  
ФИЗИЧЕСКАЯ  
ПАССИВНОСТЬ

# ПЛОХИЕ

# ПРИВЫЧКИ

КУРЕНИЕ  
АЛКОГОЛЬ

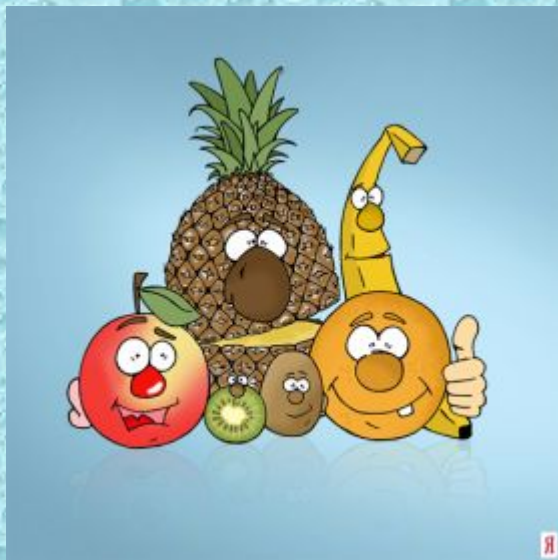
ПЕРЕСЫПАНИЕ

НЕДОСЫПАНИЕ

ПРОПУСК ЗАВТРАКА (ОБЕДА,  
УЖИНА)



# УКРЕПЛЯЮТ ЗДОРОВЬЕ



- ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ
- ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
- БЛАГОПРИЯТНОЕ ВЛИЯНИЕ  
ОКРУЖАЮЩЕЙ  
СРЕДЫ
- ЗДОРОВАЯ ПИЩА

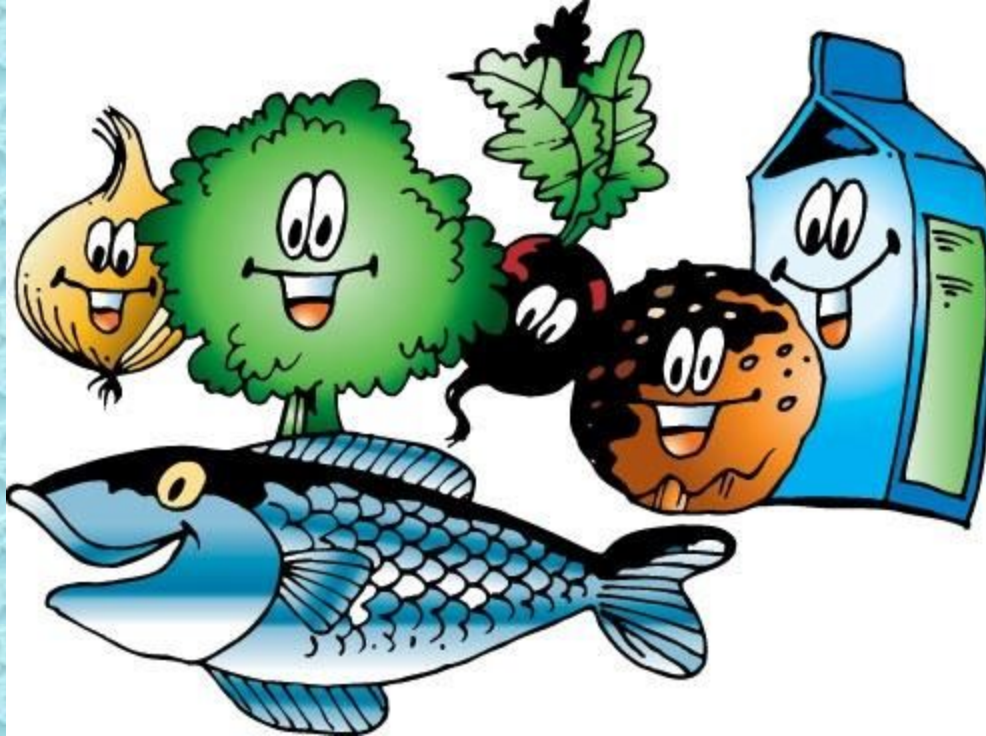
# ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ

-ПРОДУКТЫ, БОГАТЫЕ ЖЕЛЕЗОМ( ДЛЯ МОЗГА И ДЛЯ МЫШЦ)

- ОВОЩ  
И  
РЫБ  
- А  
МОРКОВ  
ЬСВЁКЛА

-САЛАТЫ  
ЗЕЛЁНЫЕ

- НЕЖИРНА  
Я



МОРСКИЕ  
ДАРЫ

-ПИЦЦА, БОГАТАЯ  
ВИТАМИНАМИ

-ХЛЕБ ИЗ НЕПРОСЕЯННОЙ  
МУКИ

- РАСТИТЕЛЬ  
НОЕ МАСЛО

ТВОРОГ

-СЫР

- БОБОВЫЕ  
(ФАСОЛЬ,  
ГОРОХ)

# ВРЕДНЫЕ ПРОДУКТЫ

- ЖИРНАЯ ПИЩА
- ЖАРЕННЫЕ БЛЮДА
- НАРКОТИКИ
- УПОТРЕБЛЕНИЕ В МАЛОМ КОЛИЧЕСТВЕ (ХЛЕБ ИЗ НЕПРОСЕЯННОЙ МУКИ)
- МАРИНОВАННЫЕ ПРОДУКТЫ
- СЛАДОСТИ В БОЛЬШОМ КОЛИЧЕСТВЕ (САХАР, СОЛОНЕНАЯ ПИЩА)
- ФИЗИЧЕСКАЯ ПАССИВНОСТЬ
- КОКА-КОЛА (ГАЗИРОВАННЫЕ НАПИТКИ)
- ТОРТЫ В БОЛЬШОМ КОЛИЧЕСТВЕ
- МЯСО СВИНИНЫ

--





**СПОСОБ , ЧТОБЫ ЖИТЬ  
ЗДОРОВЫМИ**

**7-8 часов**

**вставать рано  
завтракать**

**здоровая пища сон  
регулярное питание**



**КАЖДЫЙ ХОЧЕТ ЖИТЬ  
ДОЛГО,  
НО НИКТО НЕ ХОЧЕТ  
СТАРЕТЬ**



**ДЖОНАТАН СВИФТ**

**ХОЧЕШЬ ЖИТЬ ДОЛГО - УЧИСЬ СТАРЕТЬ.  
ХОЧЕШЬ СТАРЕТЬ ДОСТОЙНО – УЧИСЬ  
ТЕРПЕТЬ.**

**СТАРОСТИ БЕЗ БОЛЕЗНЕЙ НЕ БЫВАЕТ.  
ЭСХИЛ**





Бурла