

**Сохранение и укрепление
здоровья – важная часть
подготовки юноши
допризывного возраста к
военной службе и
трудовой
деятельности**

- Здоровье – это бесценный дар, который дан человеку самой природой.

А как мы распоряжаемся ЭТИМ.

Вдумайтесь...

Здоровье
зависит

10% от
Наслед
ственности

20 %
От
медицинск
ого
обслужива
ния

20%от
Окружающ
ей
среды

50 %
От
ЗОЖ

- По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), здоровье – это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Составляющие (компоненты) здоровья:

Физическое
здоровье
Это
здоровье
тела
Человека
От чего
зависит?

Духовное
здоровье
Это
здоровье
его разума.
От чего
зависит?

Социальное
здоровье
условия
жизни
человека,
его труда и
отдыха

Критерии здоровья человека:

- Отсутствие болезни;
- Полное физическое, духовное, социальное благополучие;
- Нормальное функционирование организма в системе «Человек – природа»;
- Умение приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде;
- Способность к полноценному выполнению основных социальных функций;



Факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека (Факторы риска):

- Физический
- Биологический
- Психологический
- социальный

- Индивидуальное – это личное здоровье человека, которое зависит от него самого, от его мировоззрения, от культуры его здоровья.
- Общественное здоровье складывается из состояния здоровья всех членов общества и зависит от многочисленных факторов.

● **Сохранение и укрепление здоровья – социальная потребность общества.**

А что должен делать каждый из нас, чтобы удовлетворить эту потребность?