

**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:

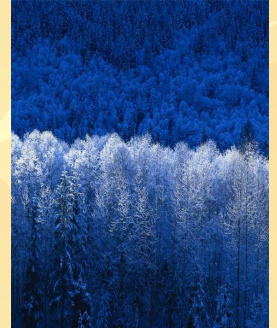
Физическое  
здоровье  
Это  
здоровье  
тела  
Человека  
От чего  
зависит?

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?**