

- Презентация
- « Мы против вредных привычек»  
исследовательская работа
- подготовили обучающиеся 6 класса

Я здоровье сберегу,  
сам себя я сберегу!



# Понятие Здоровья

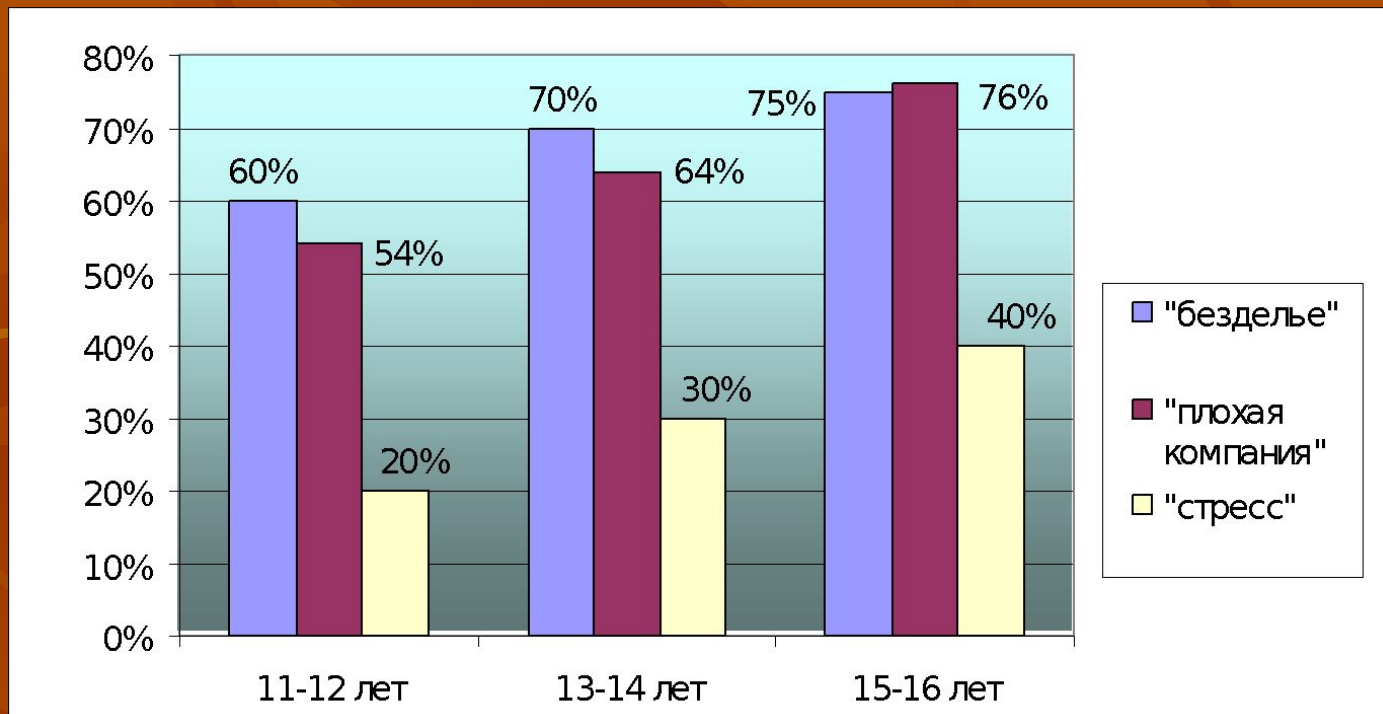
- Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Активная долгая жизнь - это важное слагаемое человеческого фактора.*

[На главную](#)



# А. Состояние нарко – и токсикомании

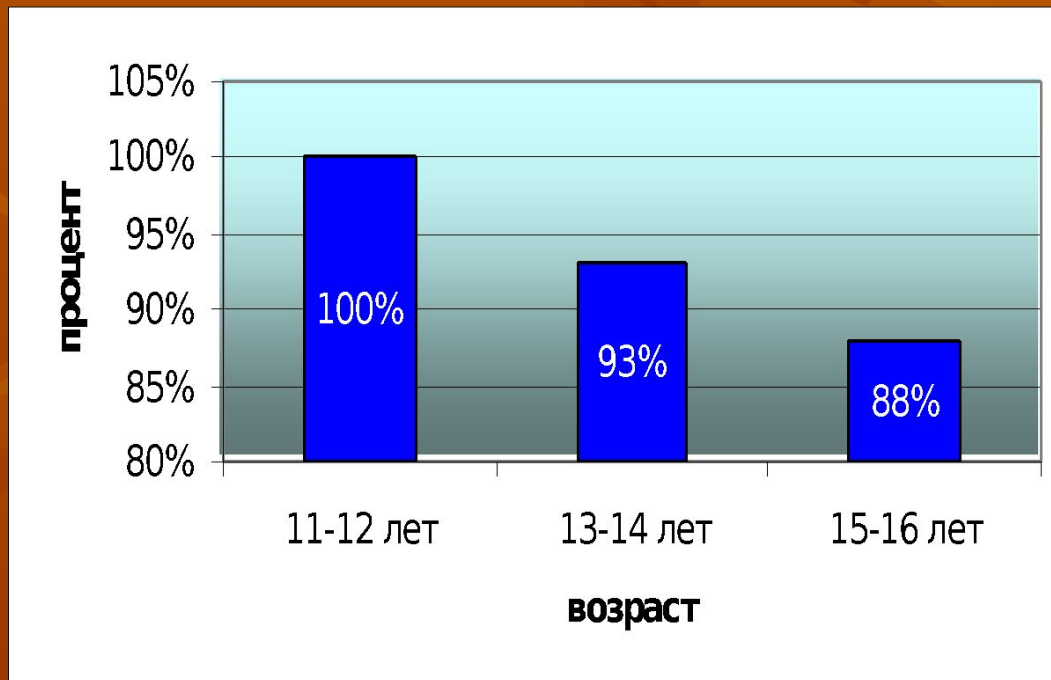
## ■ А4 Причины употребления наркотических веществ



**Вывод: основная причина употребления наркотических веществ – «нечем заняться» и «плохая компания»**

## А. Состояние нарко – и токсикомании

- А3 Необходимо ли проводить разъяснительную работу?

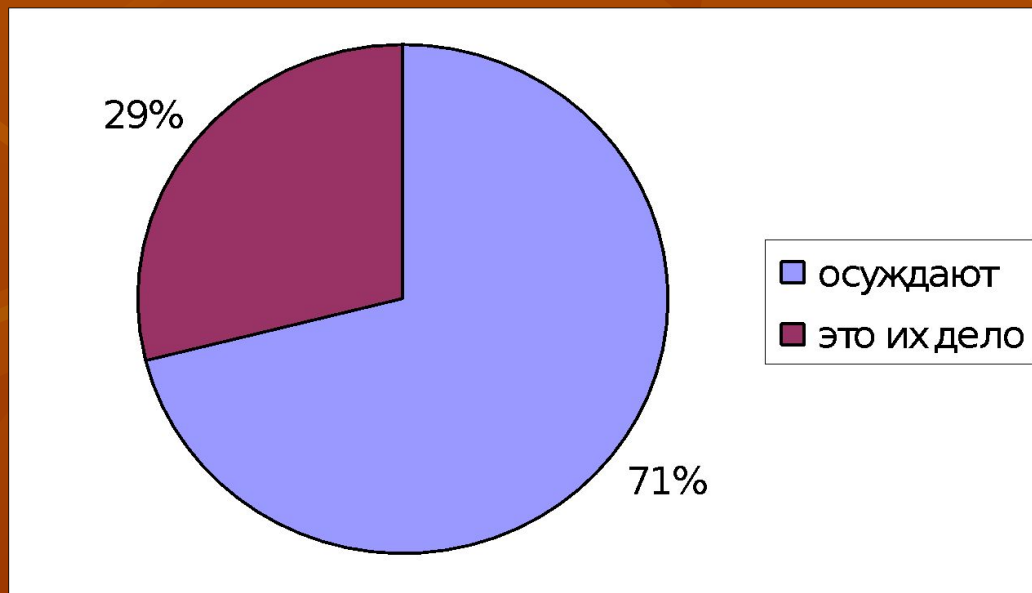


*Большинство школьников считает, что необходимо проводить разъяснительную работу среди подростков*



# А. СОСТОЯНИЕ НАРКО – И ТОКСИКОМАНИИ

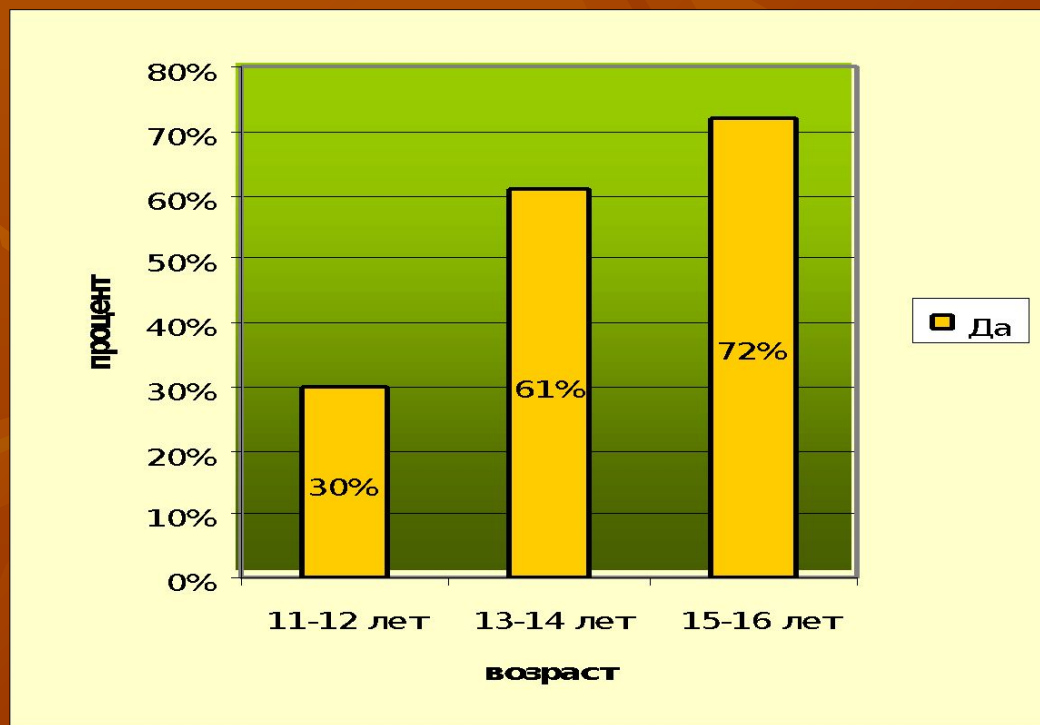
- А1 Отношение к тому, что есть люди которые потребляют лекарственные вещества, действующие на психику



**Вывод: 71% осуждают людей, которые употребляют лекарственные средства действующие на психику**

## Б. Изучение отношения к вредным привычкам

- Б1 Пробовали ли Вы курить?

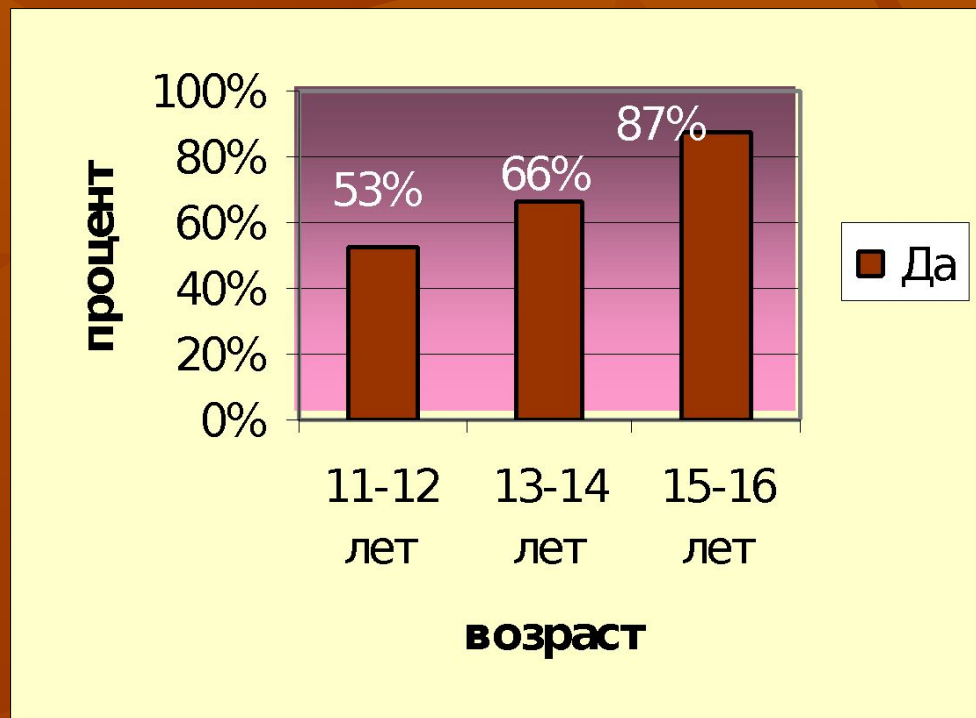


**Вывод:** процент пробовавших курить увеличивается со взрослением школьников

## В. Изучение отношения к алкоголю

- В1 Пробовали ли Вы алкоголь?

**Вывод:** процент учеников, пробовавших алкоголь увеличивается с возрастом. Большинство школьников пробовали алкоголь в семье либо в кругу друзей.





# Наркомания – болезнь 21 века

- С момента возникновения наркозависимости человек проживает не более 3-4 лет.
- В нашей стране около 7 млн. наркоманов

## Признаки наркотического опьянения:

- Беспричинные изменения настроения.
- Излишняя активность или заторможенность.
- Нарушение координации движения.
- Сильное сужение или расширение зрачков.
- Агрессивность.
- Тяга к сладкому.

## **В. Изучение отношения к алкоголю**

### **■ В4 Основные источники информации о вреде алкоголя**

**☐ 70% газеты и телевидение**

**☐ 71% учителя лица**

**☐ 25% родители**

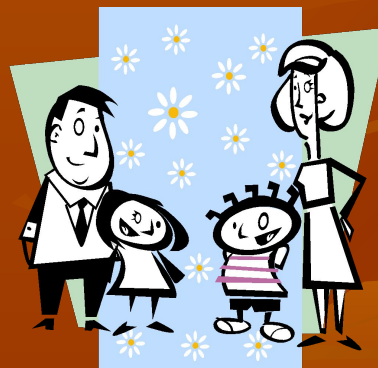
**☐ 25% друзья**

# Здоровье – это то, что мы мало ценим, но за что дороже платим.

Максимальная продолжительность просмотра телепередач:

- Для дошкольников и младших школьников – 1 час,
- Для школьников среднего возраста – 1,5 часа,
- Для старшего возраста -2часа.

Просмотр может быть не более 2-3 раз в неделю.



# Здоровье сгубишь – новое не купишь



Слабеет тело  
без дела.



- ограничение подвижности приводит к снижению и нарушению жизненно важных функций.
- Детскому организму необходимо от 6 до 13 тысяч движений в день.
- У малоподвижных детей очень слабые мышцы.
- В целях профилактики заболеваний большое значение имеет 1,5-2 часовое пребывание на открытом воздухе.



Будьте здоровы

Спасибо за внимание