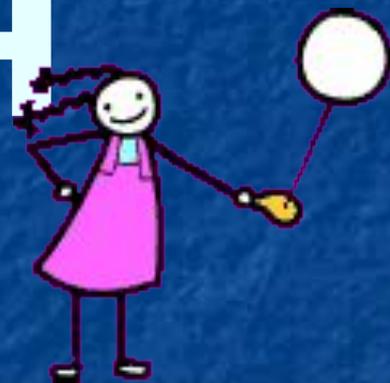




# ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ





# ЗДОРОВЬЕ -

Это бесценный дар, который преподносит человеку природа. Без него очень трудно сделать жизнь интересной и счастливой. Но как часто мы растрачиваем этот дар попусту, забывая, что потерять здоровье легко, а вот вернуть его очень и очень трудно.



Народная мудрость гласит:  
**«ЗДОРОВЬЕ ПОТЕРЯЕШЬ – ВСЁ  
ПОТЕРЯЕШЬ»**

НО ЗАДУМАЕМСЯ, ПОЧЕМУ МЫ ТЕРЯЕМ ЭТОТ  
ДРАГОЦЕННЫЙ ДАР.

Почему мы бодем и теряем своё здоровье?

**Причин здесь немало:**

- ✓ Плохой воздух, отравленный выхлопными газами автомобилей и ядовитыми выбросами промышленных предприятий;
- ✓ Чрезмерно начинённая удобрениями почва, которая нас кормит;
- ✓ Загрязненная вода, которую мы пьём.



# НО БОЛЕЗНИ ВОЗНИКАЮТ И ПО ВИНЕ ЧЕЛОВЕКА.

## У ШКОЛЬНИКА БОЛИТ ГОЛОВА. ПОЧЕМУ ТАК БЫВАЕТ?

- ✓ Ежедневно подолгу смотрит телевизор, сидит за компьютером.
- ✓ Поздно ложится спать.
- ✓ Почти не бывает на свежем воздухе.



# ЗУБ УДАЛИЛИ. ПОЧЕМУ?

- ☹ Не чистил зубы или делал это плохо от случая к случаю;
- ☹ Очень любил плюшечки да булочки, леденцы и печенье, а морковку погрызть забывал;
- ☹ На осмотр к стоматологу вовремя не ходил.



Зубы разрушаются, пережёвывание пищи ухудшается, а это дополнительные трудности для желудка. Больные зубы способствуют возникновению болезней сердца, суставов, горла и других органов.

Есть правила, которые помогают  
человеку вырасти здоровым,  
крепким, жизнерадостным,  
готовым к труду, учёбе и  
вообще к жизни.

Назовите их.



- \* Необходимо постоянно заботиться о своем здоровье, вести здоровый образ жизни - это такой способ жизни людей, который обеспечивает им сохранение и укрепление здоровья.
- \* Нужно заниматься физической культурой, закаливанием, соблюдать правила гигиены.
- \* Никогда не курить, не употреблять спиртных напитков.

Эти истины не новы,  
Только вы ответьте мне:  
Путь к загадочной стране,  
Где живет здоровье ваше,  
Все ли знают? Дружно скажем...



В путь- дорогу собирайся,  
За здоровьем отправляйся!  
Но дорога не проста из-за каждого куста  
Может недруг появиться.  
Вам придется с ним сразиться!

# Собери пословицу.

☐ Солнце,  
воздух и вода

☐ Закалишься

– от болезни  
защитишься

– наши лучшие  
друзья.

# Собери пословицу.

не бьёт, не  
валит, а на  
ноги ставит.

а ест, чтобы  
жить.

□ Виноград – не  
град:

□ Человек не  
живет, чтобы  
есть,

# Витамины

Познакомьтесь витамины:

А - вот этот, С и В.

Нынче к доброй медицине  
мы покажем путь тебе.

Чтобы были вы красивы!

Чтоб в руках любое дело  
дружно спорилось, горело!

Чтобы громче пелись песни,  
жить чтоб было  
интересней!

Нужно сильным стать,  
здоровым.



Бусы красные висят.  
Из кустов на нас глядят.  
Очень любят бусы эти  
Дети, птицы и медведи.



В теплице зелёные  
ветки,  
На ветках красные  
детки.



Вырастаю всем на диво.

Высока, стройна,  
красива.

Прячу в светлые  
перчатки

Золотистые початки.



Под сосною у дорожки,  
Кто стоит среди травы?  
Ножка есть, но нет  
сапожка,  
Шляпка есть - нет  
головой.



Само с кулачек,  
Зелёный бочек,  
Потрогаешь – гладко,  
А откусишь – сладко.



Голова на ножке,  
В голове горошки.



Расту в земле  
на грядке я  
красная, длинная,  
сладкая.



На грядке длинный и  
зеленый,

А в банке жёлтый и  
солёный.



Ягоды зеленые,  
А всеми хваленые.  
Растут с костями,  
Висят кистями.



Растет в траве Аленка,  
В красной рубашонке.  
Кто ни пройдёт,  
Всяк поклон отдаёт.



Сижу на дереве,  
Мала, как мышь,  
Красна, как кровь,  
Вкусна, как мед



Какие вы знаете несъедобные  
ягоды?



# БЕЛЕНА ЧЁРНАЯ

Травянистое растение с неприятным запахом.

Все растение очень ядовито. Процесс отравления развивается очень быстро: появляются сухость во рту и хрипота, краснеет лицо, расширяются зрачки, возникает сильное возбуждение и бред, пульс становится очень частым, но слабым, падает давление, затрудняется дыхание. При тяжелой форме отравления смерть наступает в течение первых суток от паралича дыхания.



# ВОЛЧЬЕ ЛЫКО

Кустарник высотой 30—120 см. Все растение, особенно плоды и кора, очень ядовито. Для смертельного отравления взрослого человека достаточно 10—20 плодов. Отравление даже при своевременно начатом лечении часто кончается смертью. В последнее время опасность отравления плодами этого растения возросла из-за увлечения облепихой, на которую похоже волчье лыко. Опасно срывать цветущие ветки волчьего лыка для букета.



# АКОНИТЫ

Процесс отравления развивается очень быстро. При тяжелом отравлении быстро наступает смерть от паралича сердца или остановки дыхания.

Яд аконита

всасывается даже через неповрежденную кожу.



# ЛАНДЫШ МАЙСКИЙ

Многолетнее травянистое растение высотой до 20 см.

Растет в лесах, на полянах, образует большие сплошные заросли.

К сожалению, он повсеместно истребляется из-за красивых душистых цветов и на лекарственное сырье.

Все растение ядовито. Ландыш широко используется в медицине для приготовления сердечных лекарственных препаратов.



**Презентацию подготовила  
учитель-методист  
средней школы им. И.Лелевеля г.  
Вильнюс  
Наталья Викторовна**