

**Час общения**

***Здоровье – основа***

***человеческого счастья***

---

---

**Здоровье** – состояние животного тела (или растения), когда все жизненные процессы идут в полном порядке; отсутствие недуга, болезни.

Владимир Даль. Толковый словарь

---

**Здоровье** – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических недостатков.

Всемирная Организация Здравоохранения

# Компоненты здоровья

## **Соматическое**

текущее состояние органов и систем организма человека

## **Физическое**

уровень роста и развития органов и систем организма

## **Психическое**

состояние общего душевного комфорта

## **Нравственное**

определяется системой ценностей, установок и мотивов поведения человека в обществе

# Иммунитет –

невосприимчивость организма к

любым чужеродным веществам

врождённый

приобретённый



---

Смерть ранее 150 лет  
Как продлить молодость?  
насильственная смерть.  
Как избежать

заболеваний?

И. И. Мечников

Как дольше прожить?



# Здоровье зависит от ...

10 %

- медико- санитарной помощи

20 %

- окружающей среды

20 %

- наследственности

50%

- образа жизни

Физкультминутка



---

# **Аукцион советов**

## **“Как продлить жизнь?”**

# ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

АЛКОГОЛИЗМ

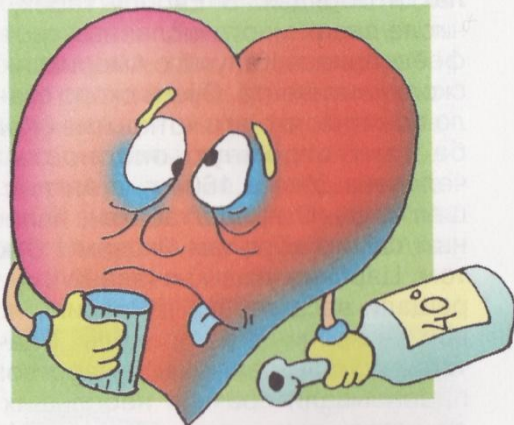
Курение

Наркомания

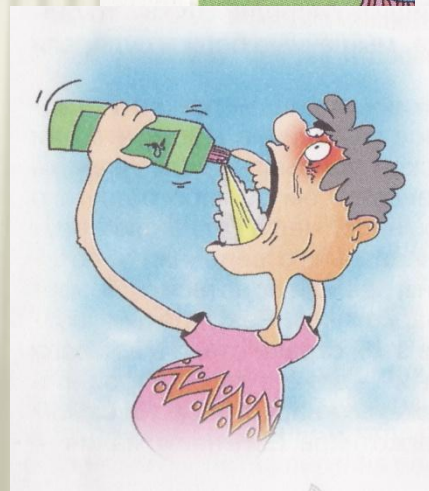
Токсикомания

ать: алкоголик не способен решить

у  
,  
е  
ь  
-  
я  
:-  
е  
:-  
е  
-  
и  
)-



засты и другие органы: печень, кото-



# Задание “Шифровка”

---

БЫЛ НАДО ЧТОБЫ ДУХ В ЗДОРОВОМ  
СТРЕМИТЬСЯ ТЕЛЕ К ТОМУ, ЗДОРОВЫЙ

Надо стремиться к тому, чтобы  
в  
здоровом теле был здоровый  
дух.

# Задание “Шифровка”

---

ДЛЯ ЛЮДЕЙ АЛКОГОЛЬ –  
ТЮРЕМ ПОСТАВЩИК

Алкоголь – поставщик людей для  
тюрем.

А.

Г

# Задание “Шифровка”

---

НЕ СТАНОВИТСЯ КОТОРЫЙ ЯД, СРАЗУ,  
НЕ ДЕЙСТВУЕТ ОПАСНЫМ МЕНЕЕ

Яд, который не действует  
сразу, не  
становится менее  
опасным.

# Задание “Шифровка”

---

БОРОТЬСЯ ДАРОМ ЗА НЕГО  
ЗДОРОВЬЕ НЕ ДАЁТСЯ, НАДО

Здоровье даром не даётся,  
за него надо бороться.

Пословица

# Игра “ДА - НЕТ”

---

- 1) Людям веселее проводить время, только если они выпьют. (-)
- 2) Если беременная женщина употребляет алкоголь или наркотики, она вредит своему будущему ребёнку. (+)
- 3) От алкогольного отравления не умирают. (-)
- 4) От “лёгких” наркотиков зависимости не бывает. (-)
- 5) Справедливо ли рассуждение “Наркоману может помочь только наркоман”? (-)
- 6) Алкоголь помогает согреться зимой. (-)
- 7) Человек, в первую очередь, сам несёт ответственность за своё здоровье. (+)







**КРЕПКОГО ВАМ  
ЗДОРОВЬЯ И  
ДОЛГОЛЕТИЯ!**

