

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?”

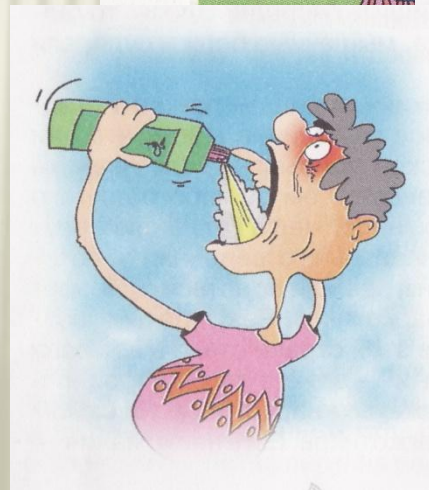
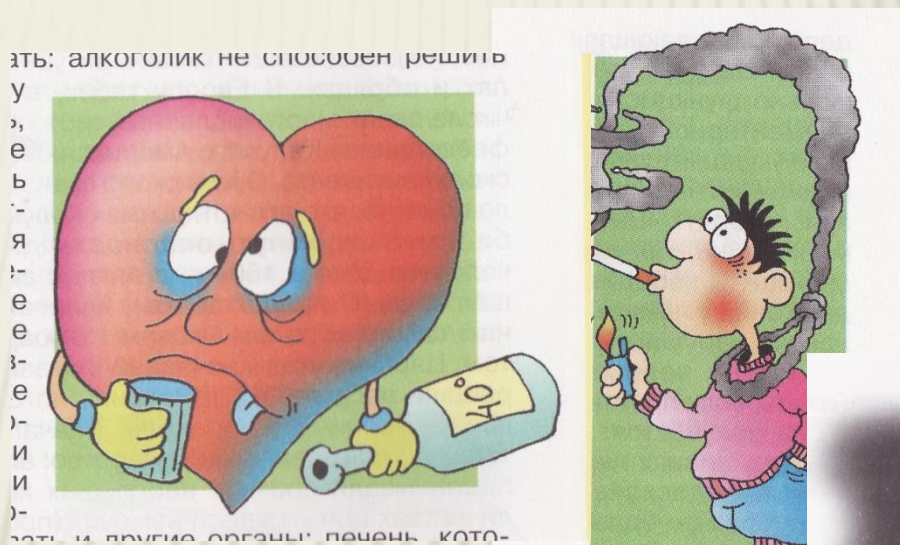
ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

АЛКОГОЛИЗМ

Курение

Наркомания

Токсикомания



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.

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!**

