

- Муниципальное общеобразовательное учреждение
- Аргаяшская средняя общеобразовательная школа №2

- Тип проекта: творческий
- Тема проекта: «Здоровый образ жизни»

- Автор проекта:
 - Сафаргалеева Д.В, 7А класс
- Наставник проекта: Магадеева Ф.А.
 - педагог-библиотекарь

Цель моего проекта: освоить технику изготовления буклета.

- **Задачи:**
- 1. Изучить литературные источники по здоровому образу жизни.
- 2. Изучить здоровый образ жизни в современном обществе.
- 3. Изготовить буклет для учащихся школы «Здоровый образ жизни»

Содержание

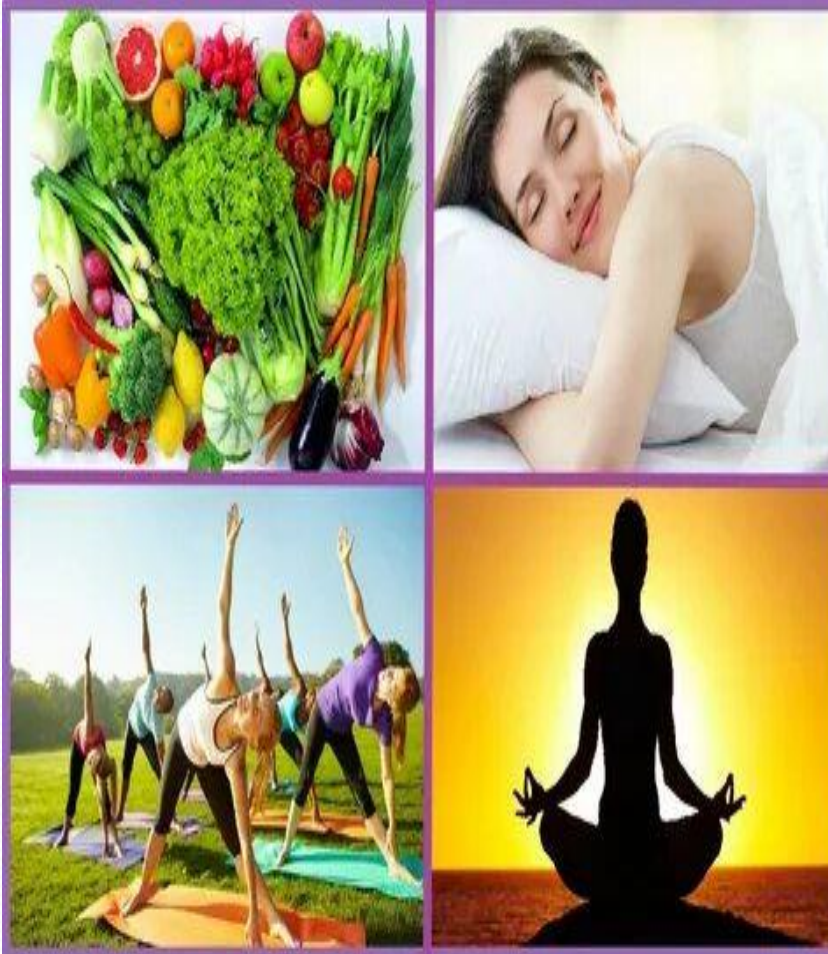
- **1.Теоретическая часть**
- **1.1.Понятие здорового образа жизни**
- **1.2.Здоровый образ жизни в современном мире**
- **2.Практическая часть**
- **2.1.Создание буклета «Здоровый образ жизни»**
- **Заключение**
- **Список литературы**

Понятие здорового образа жизни



- Согласно определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), здоровье – это «...состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов».

Понятие здорового образа жизни



- Физическое здоровье :
- -здоровое питание,
- здоровый сон,
- разумное сочетание труда и отдыха,
- оптимальная физическая активность,
- отсутствие длительных разрушительных стрессов,
- благоприятная экология и т. п.

Понятие здорового образа жизни



Душевное здоровье :

- Душевно здоровый человек оптимистичен, верит в будущее и делает всё для того, чтобы это будущее было светлым.

Социальное здоровье

Способность общаться с другими без конфликтов, чувствовать себя ответственным за общество в котором мы живем, работать для этого и в тоже время быть способным ощущать красоту жизни.



Создание буклета «Здоровый образ жизни»



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

!!!

