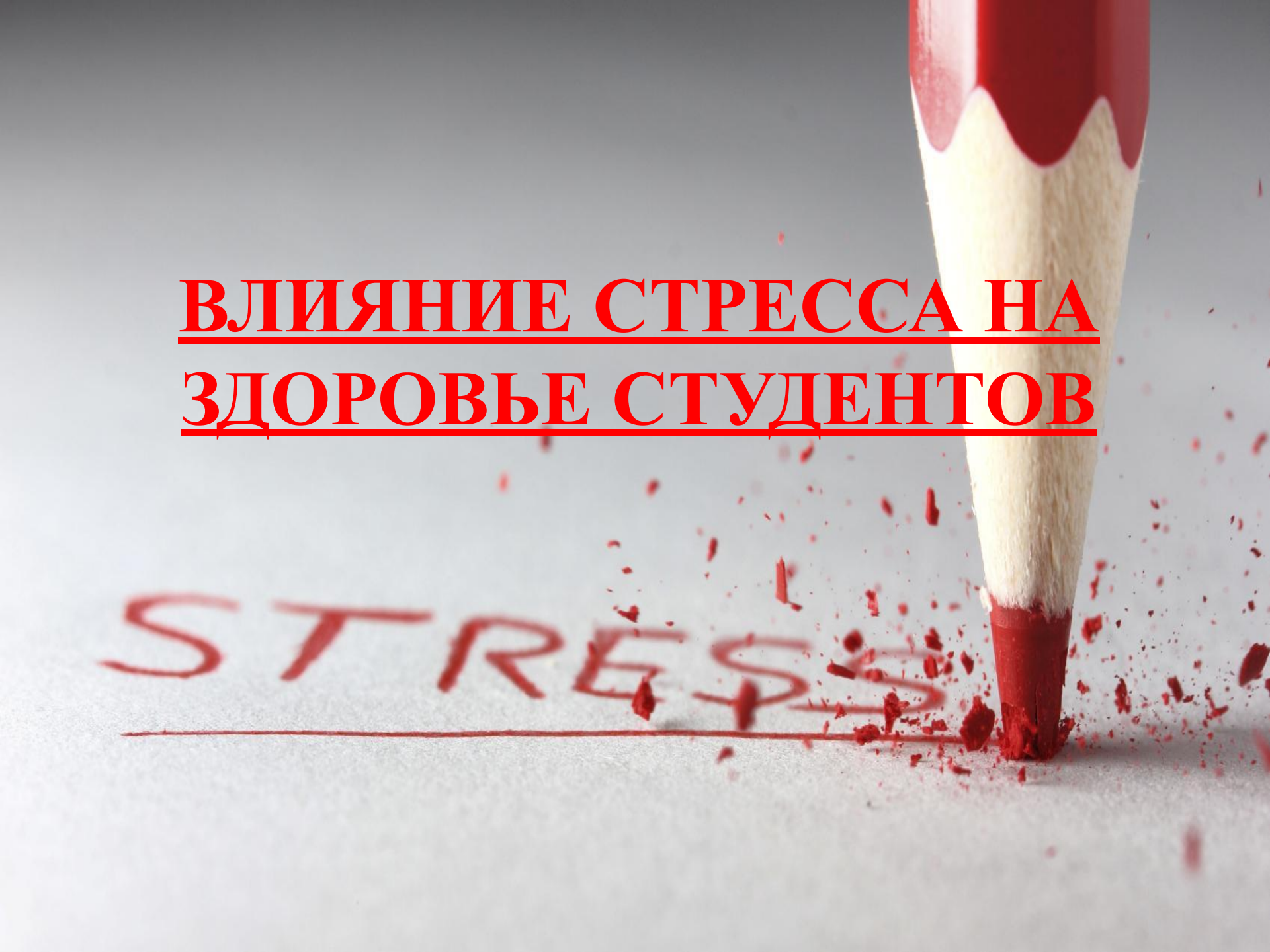


ВЛИЯНИЕ СТРЕССА НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ

STRESS





СТРЕСС

Убийца №1
современного мира



ПЛАН ПРОЕКТНОЙ РАБОТЫ



ЦЕЛЬ РАБОТЫ



1) Выявить на основе научной литературы понятия "стресс" и различные виды стресса.

2) На основе научной литературы определить причины стресса, а при помощи опроса выявить основные причины стресса у студентов.

3) Определить влияние стресса на здоровье студентов

4) Описать методы борьбы со стрессом





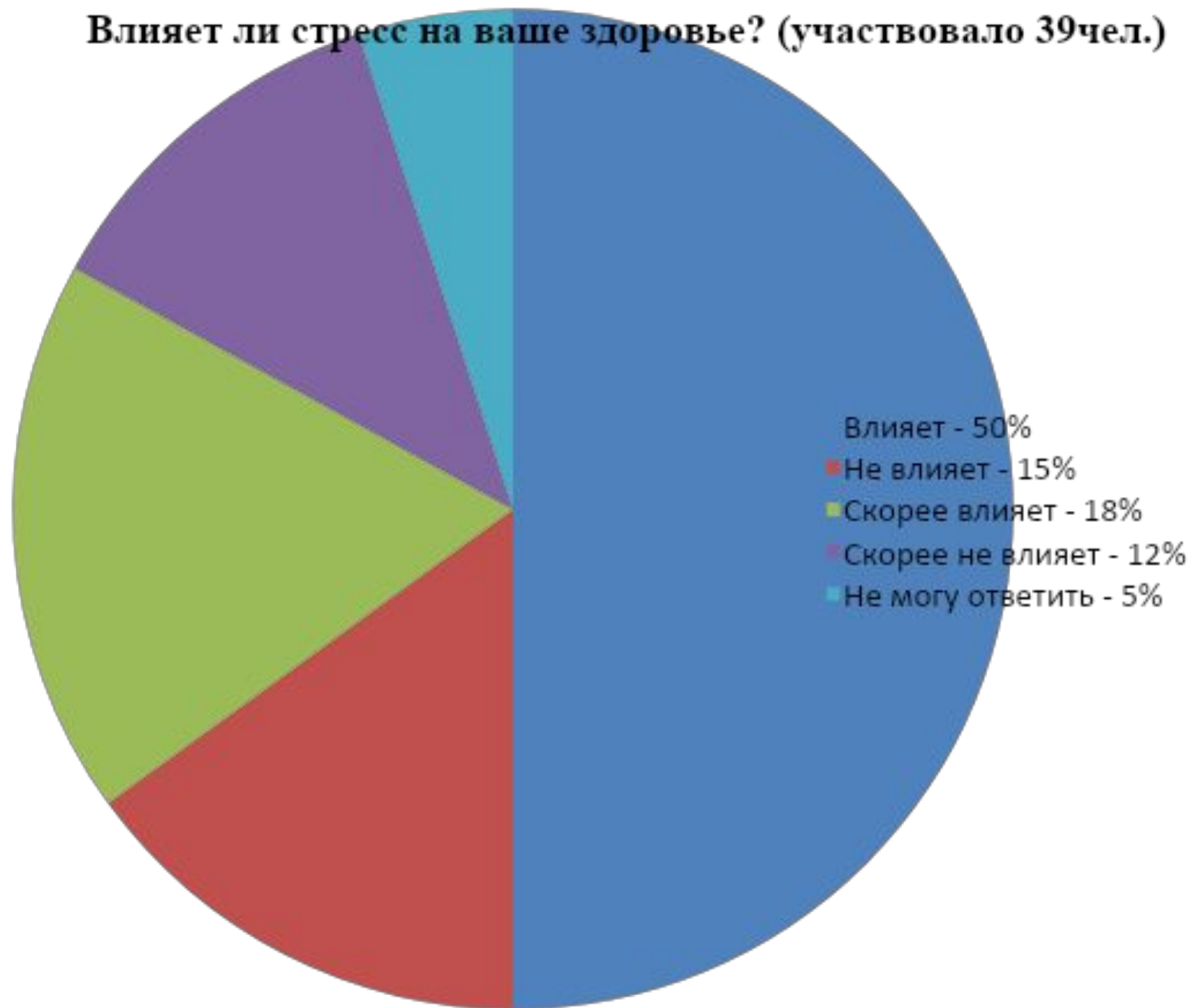


Я готовлюсь к
экзамену

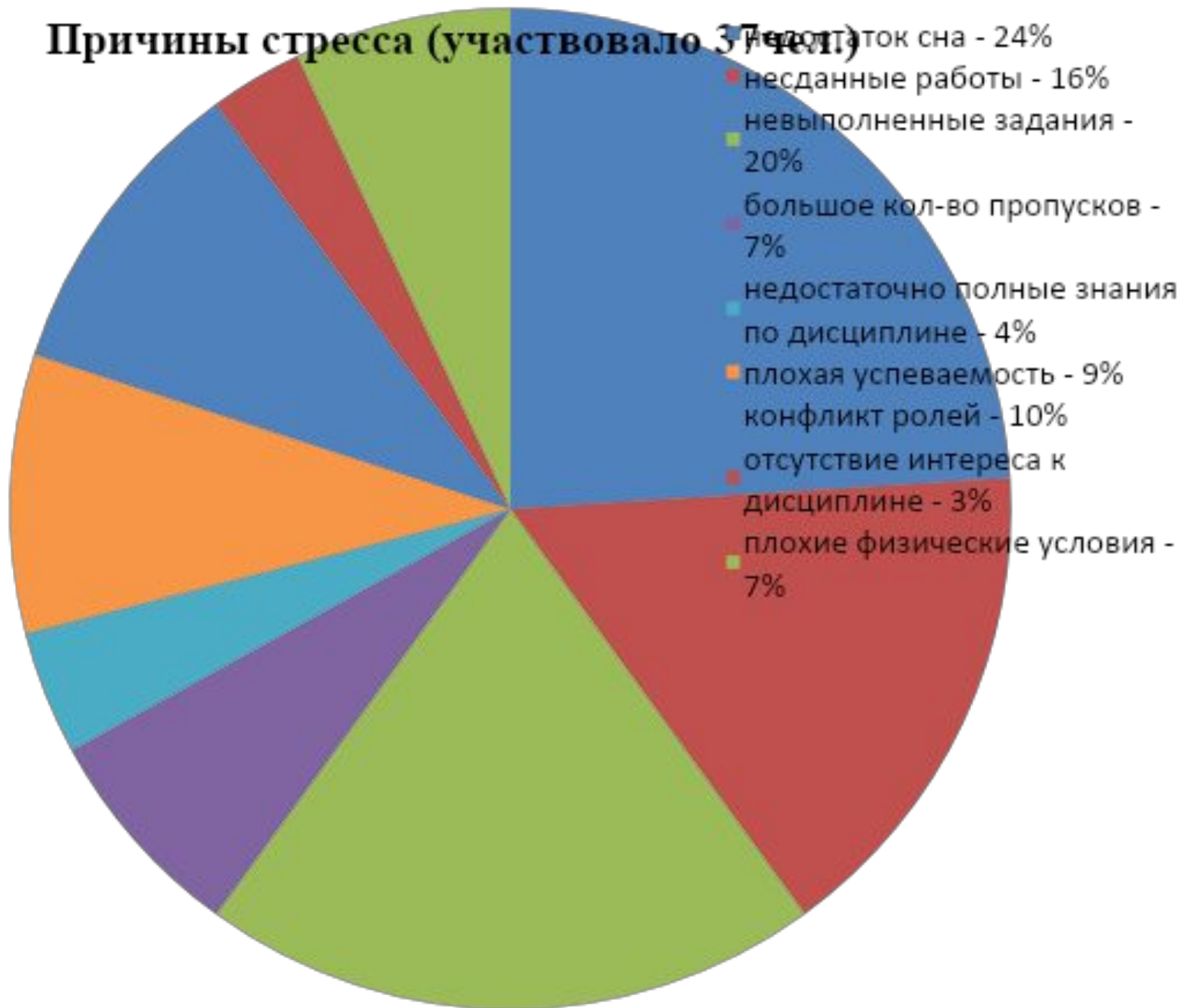


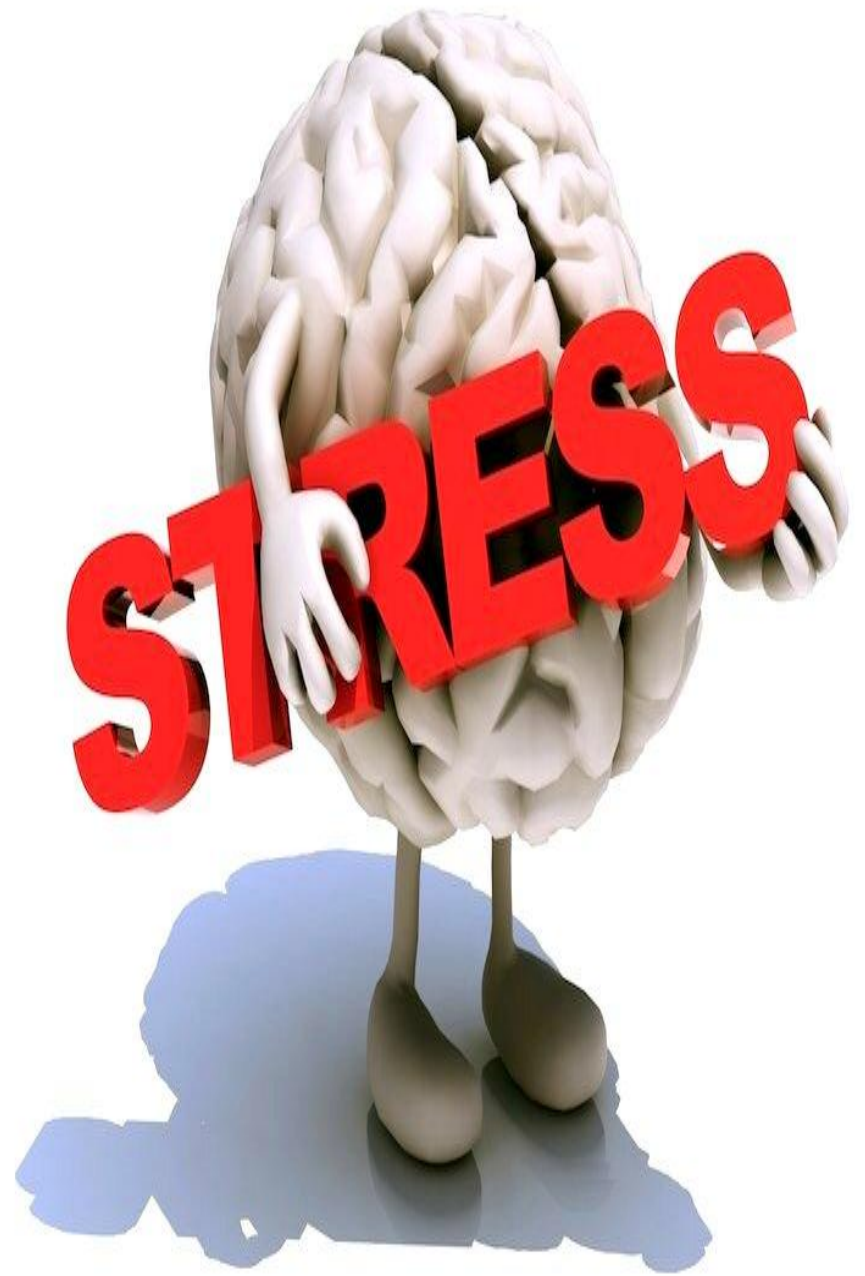
Я на экзамене

Влияет ли стресс на ваше здоровье? (участвовало 39чел.)



Причины стресса (участвовало 37 чел.)

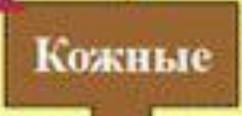


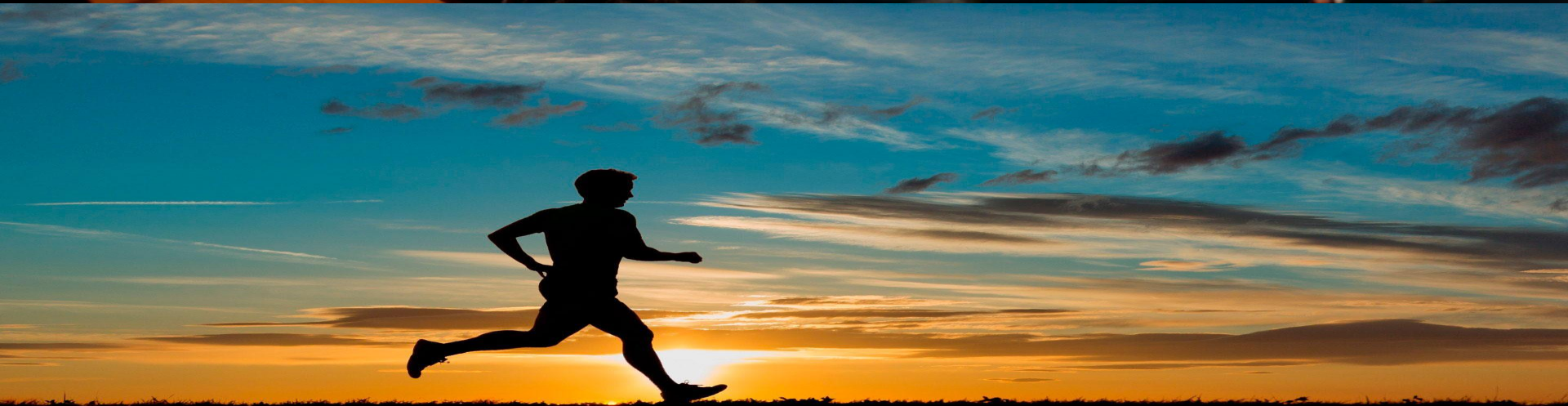


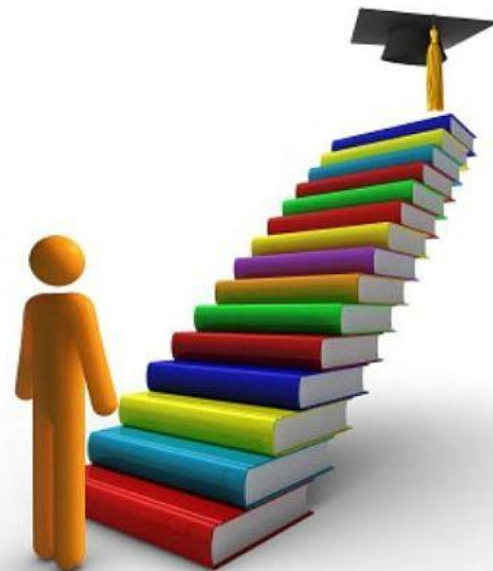
СТРЕСС



Психика









Наши рекомендации

- **1.Измените отношение к стрессу, это всего лишь защитная реакция организма.**
- **2.Занимайте свое свободное время любимым хобби, это отвлекает от дурных мыслей и перенапряжения.**
- **3.Ведите распорядок дня и следуйте ему, это позволит планировать наперед и все успеть сделать, также будет свободное время.**



СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ