

Проект «Мы за здоровый образ жизни!»

Выполнил: мастер
производственного
обучения по профессии
«Оператор по обработке
перевозочных документов»
Доброжанская Е.Н.



«Здоровье человека – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков.»

1975 год. Москва. Всемирный конгресс врачей

Основные вопросы проекта

- Алкоголизм или здоровое будущее?
- Чем опасны наркотические вещества?
- Что такое гиподинамия? Как с ней бороться?
- Современные методы оздоровления

Цель проекта

- Актуализировать тему здоровья и здорового образа жизни.
- Помочь учащимся реализовать свой творческий потенциал в самостоятельной учебной деятельности.

Задачи проекта

- выявление знаний по теме «Здоровый образ жизни»;
- развитие творческих, а так же коммуникативных навыков учащихся;
- формирование факторов, которые укрепляют и разрушают здоровье подростка;

Алкоголизм или здоровое будущее?



Печень здорового и пьющего человека

Чем опасны наркотические вещества?

- Наркомания - тотальное поражение личности, к тому же в большинстве случаев сопровождающееся осложнениями со стороны физического здоровья.



Что такое гиподинамия? Как с ней бороться?



Правильное питание - залог здоровья

- Питательные вещества снабжают нас не только энергией, но и строительным материалом для роста и исправлений повреждений организма.
- Каждый вид продуктов полезен по - своему. Очень важно, чтобы мы употребляли в правильной пропорции все необходимые продукты.



ДУХОВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

РОДИТЕЛИ

ДРУЗЬЯ



ОБЩЕСТВО

- УМЕНИЕ ЖИТЬ
В СОЧЕТАНИИ

С СОБОЙ И
ОКРУЖАЮЩИМИ



ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

РАЦИОНАЛЬНОЕ
ПИТАНИЕ



СОБЛЮДЕНИЕ
ПРАВИЛ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ И
БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ



ДВИГАТЕЛЬНАЯ
АКТИВНОСТЬ



ОТКАЗ ОТ
ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК



ОПТИМАЛЬНОЕ
СОЧЕТАНИЕ УМСТВЕННОГО И
ФИЗИЧЕСКОГО ТРУДА



Современные методы оздоровления





**МЫ ЗА
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!**