

Тема урока: «Сохранение и укрепление здоровья – важное условие достижения высокого уровня жизни.»

- Здоровье – это бесценный дар, который дан человеку самой природой.

А как мы распоряжаемся ЭТИМ.

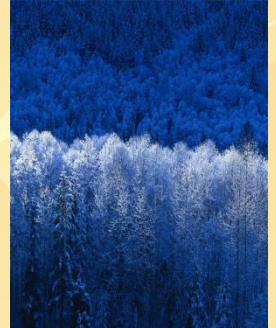
Вдумайтесь...

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

Составляющие (компоненты) здоровья:

Критерии здоровья человека:

- Отсутствие болезни;
- Полное физическое, духовное, социальное благополучие;
- Нормальное функционирование организма в системе «Человек – природа»;
- Умение приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде;
- Способность к полноценному выполнению основных социальных функций;



Факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека (Факторы риска):

- Физический
- Биологический
- Психологический
- социальный

- Индивидуальное – это личное здоровье человека, которое зависит от него самого, от его мировоззрения, от культуры его здоровья.
- Общественное здоровье складывается из состояния здоровья всех членов общества и зависит от многочисленных факторов.

● Сохранение и укрепление здоровья —

социальная

потребность общества.

А что должен делать каждый из нас, чтобы удовлетворить эту потребность?