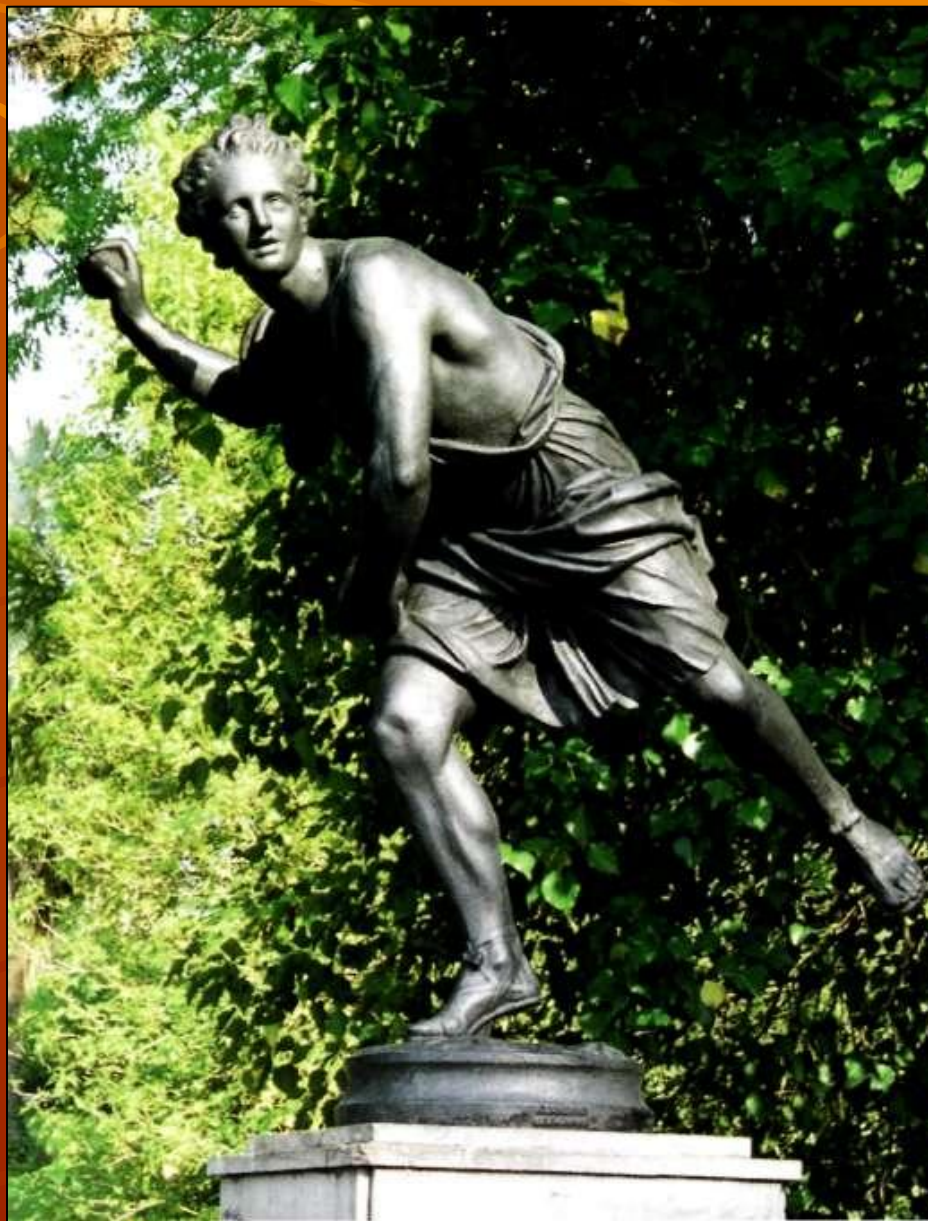


# «Средний» человек и его здоровье



Автор – А.С. Гордеев – учитель химии МБОУ «Гимназия №20» г. Донской



Скульптура «Аполлон». Сочинский дендрарий.

# Признаки «среднего» человека

1. Относительно крупные размеры: рост – 170 см, масса тела – 70 кг, поверхность тела – 1,8 м<sup>2</sup>.
2. Длительное индивидуальное развитие: средняя продолжительность жизни – 70 лет.
3. Прямохождение.
4. Мощная мускулатура. антигравитационная
5. Асимметрия двигательная, чувственная (сенсорная), психическая.
6. Длительная забота о потомстве.

## Состав тела

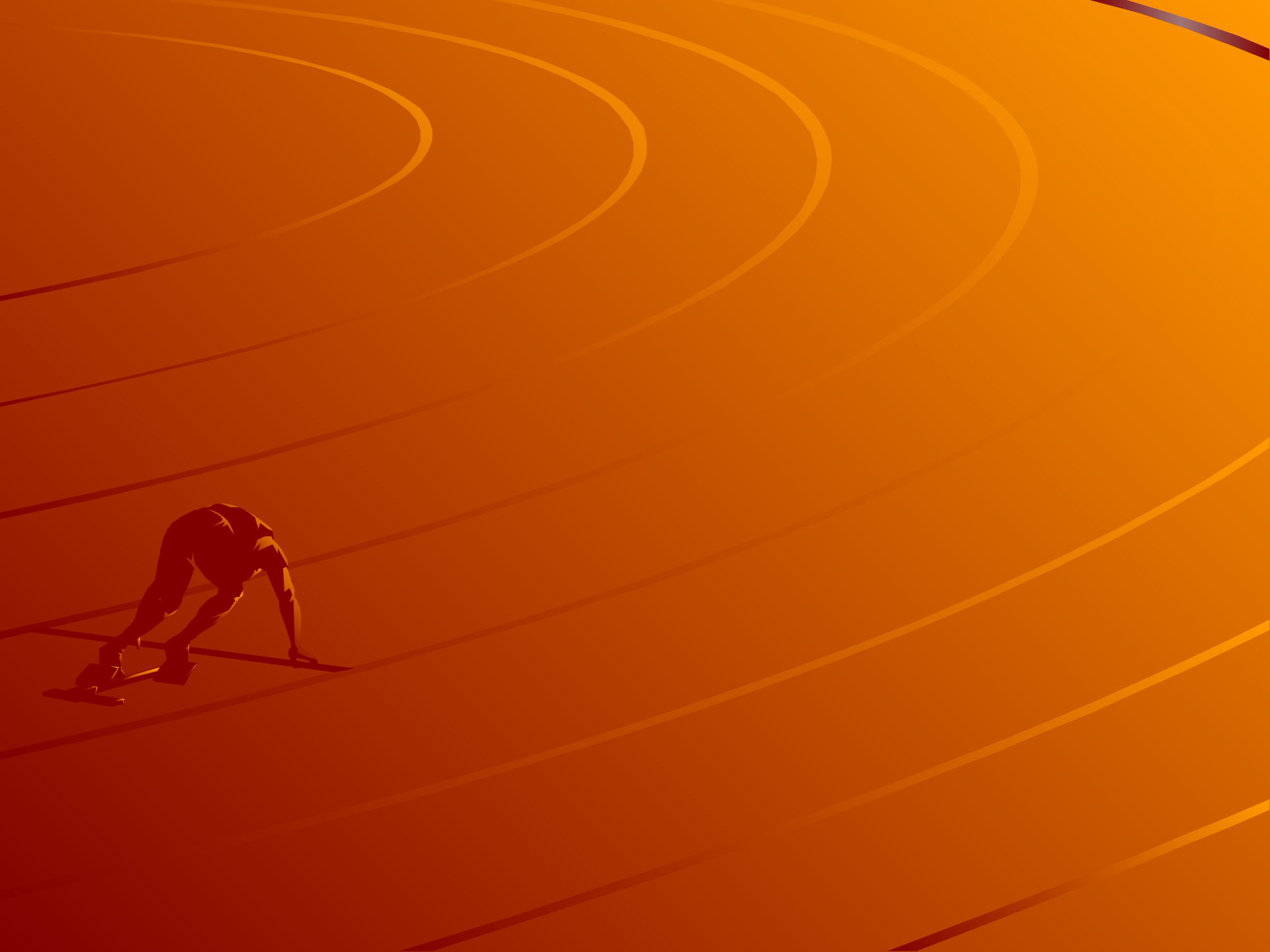
	Масса, кг	% к массе тела
Вода	40—46	57—66
Белок	10	14
Жир	7	10
Углеводы	0,7	1
Зола	3,5	5



## Состав тела (продолжение)

Химический элемент		Масса, г	% к массе тела
Кислород	O	45 500	65
Углерод	C	12 600	18
Водород	H	7 000	10
Азот	N	2 100	3
Кальций	Ca	1 050	1,5
Фосфор	P	700	1
Калий	K	245	0,35
Сера	S	175	0,25
Натрий	Na	105	0,15
Хлор	Cl	105	0,15
Магний	Mg	35	0,05
Железо	Fe	3	0,004
Марганец	Mn	0,2	0,0003
Медь	Cu	0,1	0,00014
Йод	J	0,03	0,00004

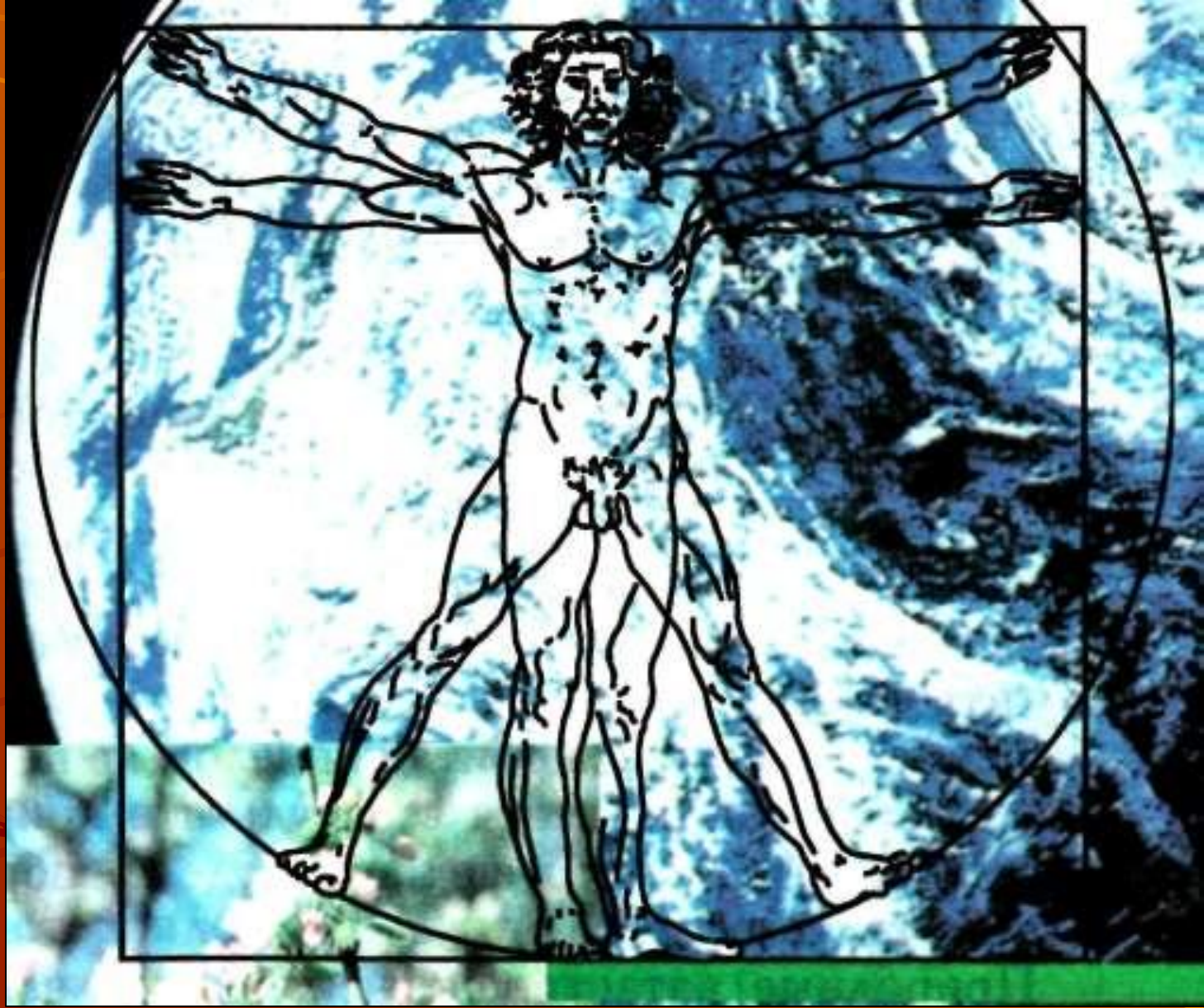




# Здоровье

- Это состояние полного телесного, душевного и социального благополучия человека, сохранения и развития всех функций его организма, оптимальной трудоспособности и социальной активности при наибольшей продолжительности жизни.





«Золотое сечение» Леонардо да Винчи.