

Презентация на тему:  
«Вредные привычки и борьба с  
НИМИ»



Презентацию подготовила  
ученица 8 «В» класса  
Иванычева Ольга

# Пагубные привычки

- Основными факторами отрицательно влияющими на здоровье являются:



Приём  
наркотиков

Употребле-  
ние  
алкоголя

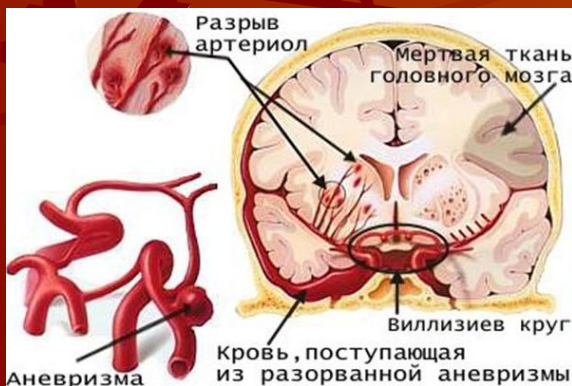


Курение



# Последствия курения

- Выраженные изменения органов;
- Рак лёгких;
- Нарушение работы сердечно сосудистой системы и др.



# Вредные составляющие табачного дыма и их последствия



# Факторы риска и последствия злоупотребления алкоголем



# Нарушения и последствия после приёма наркотиков



# И в заключении...

- Учитывая все те последствия, которые появляются от вредных привычек, можно и даже нужно сделать вывод о том, что необходимо вести здоровый образ жизни!



# Основные составляющие здорового образа жизни(ЗОЖ)



Соблюдение  
режима дня



Рациональ-  
ное питание

Двигательная  
активность

ЗОЖ



Умеренное  
закаливание

Умение  
снимать  
напряжение

