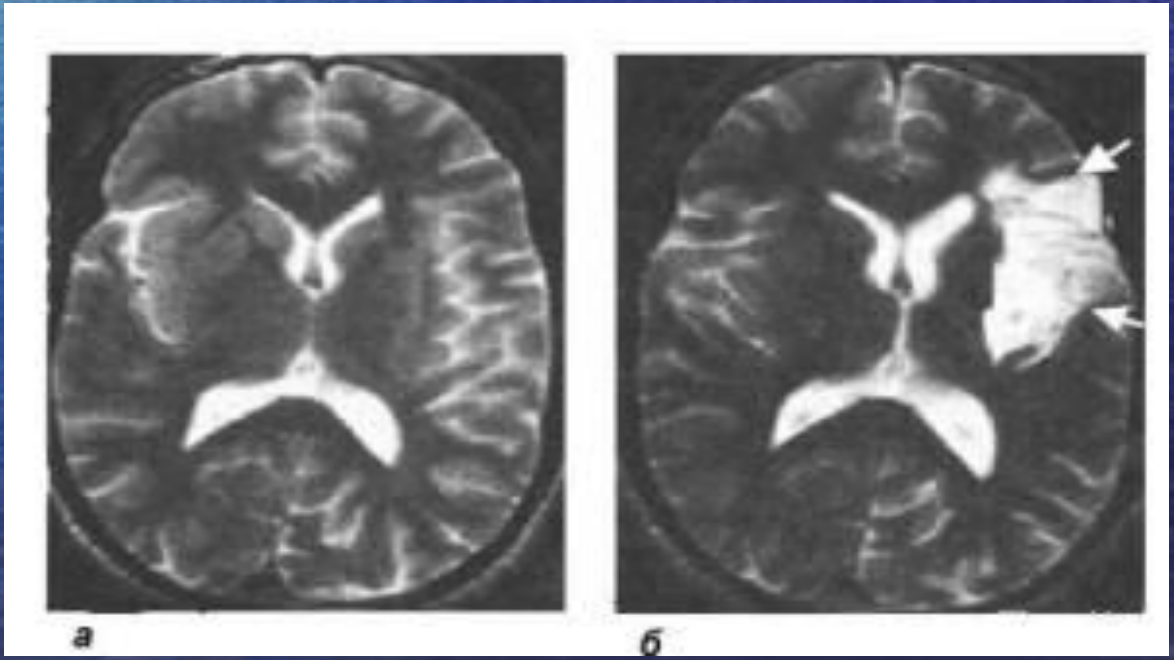
Спорт

Мы за здоровый образ жизни

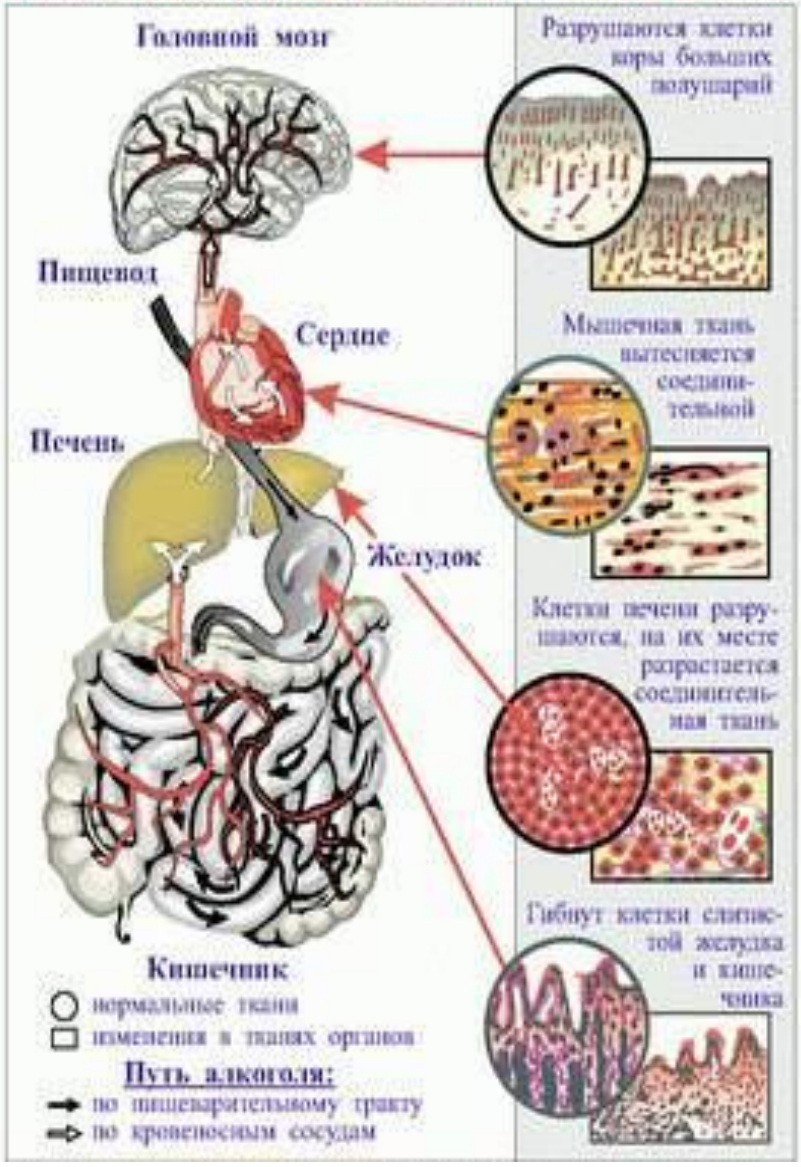
духовное
ЗДОРОВЬЕ
социальное
физическое

idioteka.com

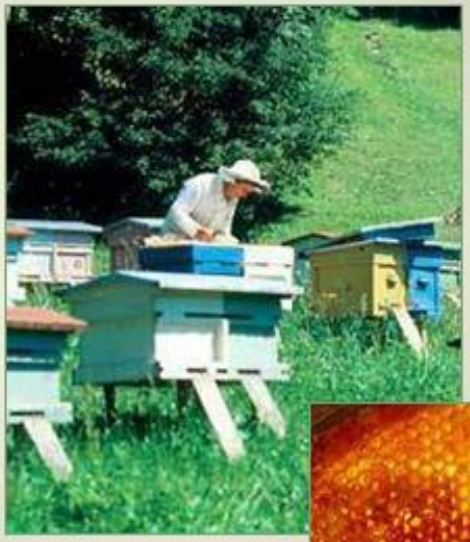
Отравление мозга приводит к тому, что человек просто-напросто глупеет, у него ухудшается память, он труднее усваивает новое.

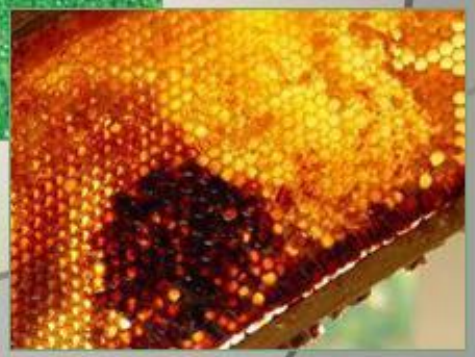


ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ НА СИСТЕМЫ ОРГАНОВ ЧЕЛОВЕКА



При попадании спиртового раствора в улей, пчелы прекращали рабочие вылеты и целыми днями оставались в улье, забывая о работе





В дыме табака содержится более 30 ядовитых веществ:

- ✓ *Никотин*
- ✓ *Углекислый газ*
- ✓ *Окись углерода 10-23 мг.*
- ✓ *Синильная кислота*
- ✓ *Аммиак 50-130 мг.*
- ✓ *Смолистые вещества*
- ✓ *Органические кислоты*
- ✓ *Фенол 60-100 мг.*
- ✓ *Ацетон 100-250 мкг.*
- ✓ *Радиоактивный полоний 0.03 -1.0 нК.*
  Цианистый водород 400-500 мкг.

Никотин отрицательно влияет на работу сердца – оно быстро изнашивается.

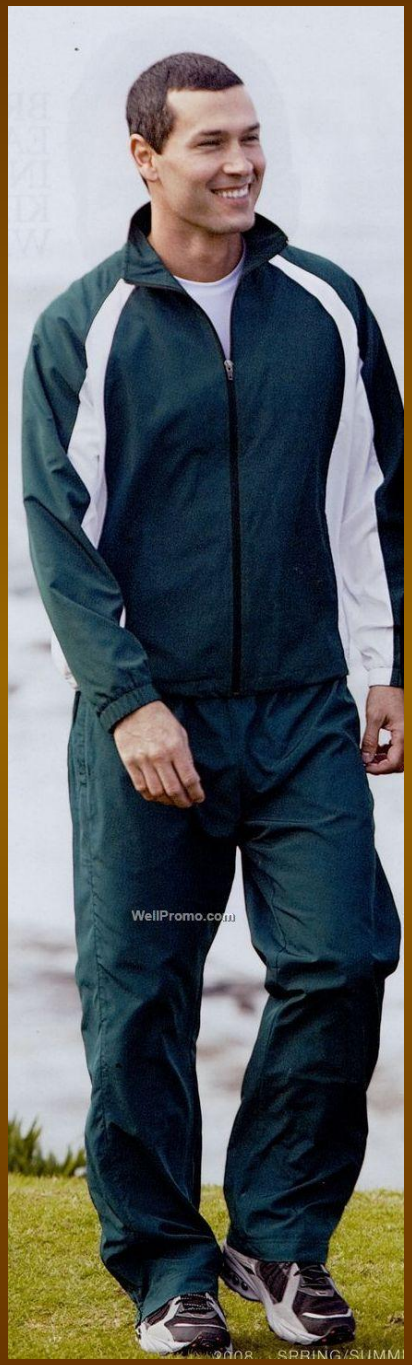
Никотин – опасный яд.
Сердце поражает,
А смола от сигарет
В бронхах оседает.

Запомните:

- Курение загрязняет лёгкие.
- Курение затрудняет проникновение воздуха в организм.
- Курение затрудняет работу сердца.
- У курящего человека желтеют зубы, появляется дурной запах во рту.

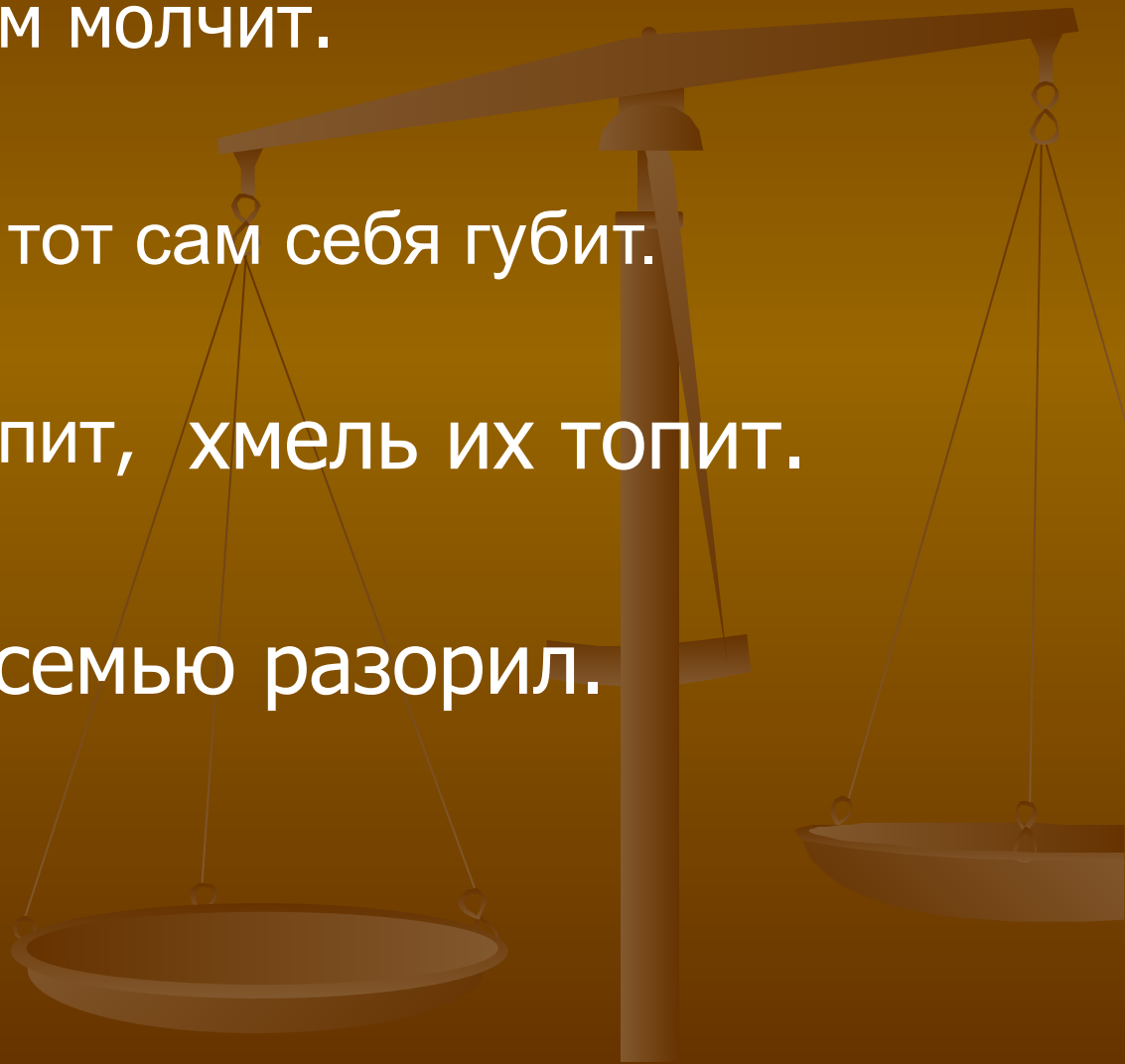
Вы не знаете, что такое курение?
Это же заблуждение:
Вы не повзрослеете,
А отравитесь и заболеете.
От курения не взрослеют,
А болеют и стареют.
Не пройдет и пары лет,
Станешь ты, как старый дед.

И ждут курильщика болезни органов дыхания: астма, туберкулёз, рак.


WellPromo.com

Я ВЫБИРАЮ
СПОРТ !

- Хмель шумит, а ум молчит.
- Кто вино любит, тот сам себя губит.
- Работа денежки копит, хмель их топит.
- Вино полюбил – семью разорил.



Во всём мире люди стараются бороться с этими вредными привычками. Во многих странах мира запрещено курить и распивать алкогольные напитки.

За нарушение закона даже могут посадить в тюрьму.

ЗДОРОВЬЕ – неоценимое счастье в жизни любого человека.

Эти фрукты не съедобны,
Но огромны и удобны.
Их иной спортсмен часами
Лупит сильно кулаками.

Мы проворные сестрицы
Быстро бегать мастерицы.
В дождь лежим, в мороз бежим –
Вот такой у нас режим.

- Не пойму, ребята, кто вы?
Птицеловы? Рыболовы?
Что за невод во дворе?
- Не мешал бы ты игре!
Ты бы лучше отошел,

Мы играем в …

Две полоски на снегу
Оставляю на бегу.
Я лечу от них стрелой,
А они опять за мной.

На квадратиках доски
Короли свели полки.
Нет для боя у полков
Ни патронов, ни штыков.

Во дворе с утра игра,
Разыгралась детвора.
Крики: «мимо!», «шайбу», «бей!» -
Значит там игра …

Спорт ребятам очень нужен
Мы со спортом крепко дружим.
Спорт – помощник, спорт – игра,
Физкультура – ура – ура – ура!

МЫ ЗА
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!