

СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ ПО ТЕМЕ :
«ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ.»

Здоровый образ жизни

- Как бы это ни было удивительно слышать, но на свете есть множество людей, которые знают, что нужно заботиться о своём здоровье, знают, что для этого надо делать, но совершенно не представляют, с какой стороны к этому делу подступиться. Здоровый образ жизни сейчас в трендах, в этом вы легко можете убедиться, подойдя к газетному киоску или включив телевизор



ФАКТОРЫ ВЛИЯНИЯ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ ДЛЯ ВЕДЕНИЯ ЗОЖ.

1. Экология.
2. Вредные привычки.
3. Малоподвижность



ЭКОЛОГИЯ

Экологическая безграмотность населения может поставить человечество на грань выживания. Это положение становится особенно актуальным сейчас, когда условия обитания человека стремительно меняются. Происходят глобальные изменения окружающей среды. Увеличивается темп жизни, сопровождаясь стрессом. Растет экологическое напряжение. Все это не может не сказываться на состоянии и здоровье человека, резервах его организма. Несмотря на то что в науке накоплен большой фактический материал, посвященный экологии человека, образовательные ее аспекты до сих пор остаются практически вне поля зрения. Сейчас как никогда остро стоит вопрос о преподавании «Экология человека». Он направлен на формирование представлений о тесной взаимосвязи организма человека со средой обитания. Только таким образом можно обеспечить экологическую грамотность подрастающего поколения. Иначе эта информация останется достоянием узкого круга .



ЭКОЛОГИЯ-ЭТО НАУКА О СВЯЗЯХ, ПОДДЕРЖИВАЮЩИХ УСТОЙЧИВОСТЬ ЖИЗНИ В ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЕ. ЖИЗНЬ – САМОЕ СЛОЖНОЕ ЯВЛЕНИЕ В ОКРУЖАЮЩЕМ НАС МИРЕ. ЕЕ ИЗУЧАЕТ МНОЖЕСТВО НАУК, СКЛАДЫВАЮЩИХСЯ В СОВОКУПНОСТИ В ДИФФЕРЕНЦИРОВАННУЮ И МНОГОПЛАНОВУЮ СИСТЕМУ БИОЛОГИИ. ОДНАКО И ДОСТИЖЕНИЯ МНОГИХ ДРУГИХ, НЕ БИОЛОГИЧЕСКИХ НАУК ВНОСЯТ СВОЙ ВКЛАД В ПОНИМАНИЕ ЖИЗНИ. ЭКОЛОГИЯ В ЭТОЙ МНОГОЛИКОЙ СИСТЕМЕ ЗНАНИЯ О ПРИРОДЕ ЗАНИМАЕТ СВОЕ, ОСОБОЕ МЕСТО. В ЦЕНТРЕ ЕЕ ВНИМАНИЯ НЕ ТОЛЬКО БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОБЪЕКТЫ, НО И ТЕ УСЛОВИЯ, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМЫ ДЛЯ ИХ СУЩЕСТВОВАНИЯ. ПОЭТОМУ ЭКОЛОГИЯ, ИМЕЯ КОРНИ В БИОЛОГИИ, ВТОРГАЕТСЯ И В ДРУГИЕ ОБЛАСТИ ЗНАНИЯ, ПЫТАЯСЬ ПОСТИЧЬ ЗАКОНЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ЖИВЫХ И НЕЖИВЫХ СИСТЕМ. КАК ОТДЕЛЬНАЯ НАУКА ЭКОЛОГИЯ НАЧАЛА ОФОРМЛЯТЬСЯ ВСЕГО ОКОЛО ПОЛУТОРА СТОЛЕТИЙ НАЗАД И ПРОШЛА БУРНЫЙ ПУТЬ РАЗВИТИЯ, В ТЕЧЕНИЕ КОТОРОГО СПОСОБСТВОВАЛА ФОРМИРОВАНИЮ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О СЛОЖНОСТИ И ВМЕСТЕ С ТЕМ УПОРЯДОЧЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЖИЗНИ НА ЗЕМЛЕ

Экология человека



КТО ТАКОЙ НАРКОМАН ?

БОЛЬШИНСТВУ ИЗ НАС НЕ НАДО ЗАДУМЫВАТЬСЯ НАД ЭТИМ ВОПРОСОМ. МЫ ЗНАЕМ! ВСЯ ИХ ЖИЗНЬ И ВСЕ ИХ МЫСЛИ ТАК ИЛИ ИНАЧЕ БЫЛИ СКОНЦЕНТРИРОВАНЫ НА НАРКОТИКАХ: КАК ИХ ДОСТАТЬ, КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ И КАК НАЙТИ ПУТИ И СПОСОБЫ ДОСТАТЬ ЕЩЕ. ОНИ ЖИЛИ, ЧТОБЫ УПОТРЕБЛЯТЬ И УПОТРЕБЛЯЛИ, ЧТОБЫ ЖИТЬ. ВСЕ ОЧЕНЬ ПРОСТО: НАРКОМАН - ЭТО МУЖЧИНА ИЛИ ЖЕНЩИНА, ЧЬЯ ЖИЗНЬ КОНТРОЛИРУЕТСЯ НАРКОТИКАМИ. НАРКОМАНЫ - ЛЮДИ, ОХВАЧЕННЫЕ ХРОНИЧЕСКОЙ И ПРОГРЕССИРУЮЩЕЙ БОЛЕЗНЬЮ И КОНЕЦ ВСЕГДА ОДИН И ТОТ ЖЕ - ТЮРЬМА, ЛЕЧЕБНИЦА И СМЕРТЬ.



КАКОЙ ВРЕД ПРИНОСЯТ НАРКОТИКИ?

ПРИ ЗЛУОПОТРЕБЛЕНИИ ТОКСИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ, ЧАСТО РАЗВИВАЕТСЯ ПИОДЕРМИЯ: НА ЛИЦЕ, ШЕЕ, ВЕРХНИХ ЧАСТЯХ ГРУДИ И СПИНЫ ВОЗНИКАЕТ ГНОЙНОЕ ПОРАЖЕНИЕ КОЖИ. АЛИМЕНТАРНОЕ ИСТОЩЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ НЕ ТОЛЬКО РЕЗУЛЬТАТОМ НЕРЕГУЛЯРНОГО НЕПОЛНОЦЕННОГО ПИТАНИЯ, НО И СЛЕДСТВИЕМ ТОКСИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ НАРКОТИКОВ.



ВРЕД ТАБАКОКУРЕНИЯ.

КУРЕНИЕ-ЭТО СИЛЬНАЯ ТЯГА. В СИГАРЕТЕ СОДЕРЖИТСЯ НАРКОТИК-НИКОТИН. КАЖДУЮ МИНУТУ УМИРАЕТ ЧЕЛОВЕК ОТ ТАБАКОКУРЕНИЯ. ТАБАКОКУРЕНИЕ УМЕНЬШАЕТ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ. ОТ КУРЕНИЯ ПОЯВЛЯЮТСЯ РАЗЛИЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЁГКИХ. ПРИ ВСКРЫТИИ ЗАЯДЛОГО КУРИЛЬЩИКА ОБНАРУЖИЛИ ЕГО ЛЁГКИЕ ЧЁРНЫМИ, КАК САЖА.



АЛКОГОЛЬ.

МЫ НЕ РАЗ ВИДЕЛИ, КАК ПО TV КРУТЯТ ПЕРЕДАЧИ, СВЯЗАННЫЕ С ВРЕДОМ АЛКОГОЛЯ И ЕГО ВЛИЯНИЕМ НА ОРГАНИЗМ, О ЗАВИСИМОСТИ ЧЕЛОВЕКА ПЕРЕД АЛКОГОЛЕМ И ТОМУ ПОДОБНОЕ. НО БОЛЬШИНСТВО ИЗ НАС СРАЗУ ПЕРЕКЛЮЧАЮТ КАНАЛ, ТАК КАК СЧИТАЮТ, ЧТО ВЫПИТЬ НЕСКОЛЬКО ЛИТРОВ ПИВА ЛИБО НЕСКОЛЬКО РЮМОК ДРУГОГО СПИРТНОГО, ЭТО НЕ ПРЕДСТАВЛЯЕТ КАКОЙ-ТО УГРОЗЫ ДЛЯ ОРГАНИЗМА. ДЕЛО В ТОМ, ЧТО АЛКОГОЛЬ НЕ ПОВЛИЯЕТ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА ЛИШЬ В ТОМ СЛУЧАЕ, ЕСЛИ ВОООБЩЕ НЕ УПОТРЕБЛЯТЬ СПИРТНОЕ! ДАЖЕ В НЕБОЛЬШИХ КОЛИЧЕСТВАХ АЛКОГОЛЬ СПОСОБЕН НАНЕСТИ ВРЕД ОРГАНИЗМУ, НЕ СОМНЕВАЙСЯ В ЭТОМ. А ПРОЧТИ И ЗАДУМАЙСЯ, СТОИТ ЛИ В СЛЕДУЮЩИЙ РАЗ УПОТРЕБЛЯТЬ СПИРТНОЕ ИЛИ ЗДОРОВЬЕ ВАЖНЕЕ?!

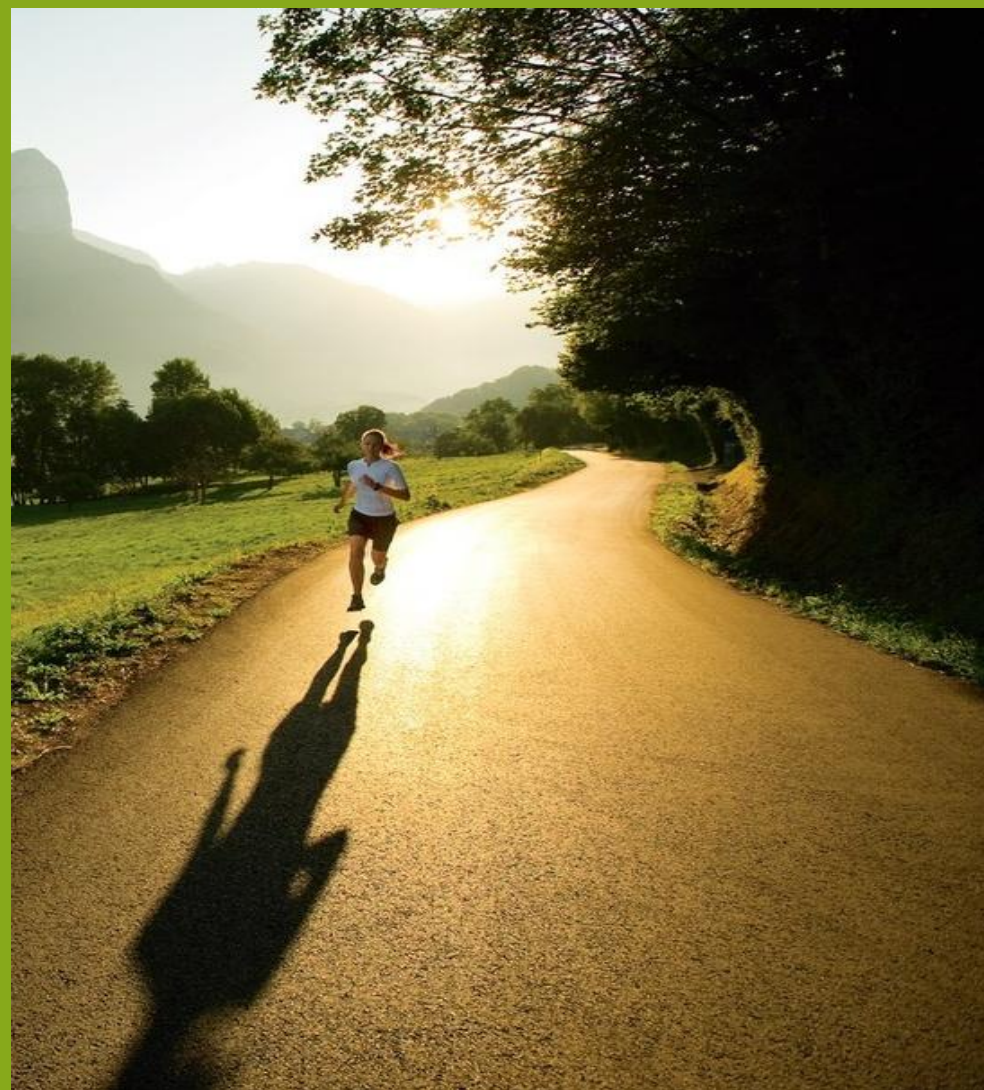


АЛКОГОЛЬ

лишает разума, заглушает совесть,
сокращает будущее

ДВИЖЕНИЕ-ЭТО ЖИЗНЬ.

ДЕЙСТВИТЕЛЬНО, МНОГИЕ ФИЛОСОФЫ, УЧЁНЫЕ И МЕДИКИ СО ВРЕМЁН АНТИЧНОСТИ ПРИЗНАВАЛИ, ЧТО ЧЕЛОВЕК СОЗДАН ДЛЯ ДВИЖЕНИЯ, И ЧЕМ БОЛЬШЕ ОН ДВИГАЕТСЯ, ТЕМ ДОЛЬШЕ И СЧАСТЛИВЕЕ БУДЕТ ЖИТЬ. В НАШИ ДНИ, КОГДА КОМПЬЮТЕР С ИНТЕРНЕТОМ СТАЛ ЛУЧШИМ ДРУГОМ И ПОМОЩНИКОМ ЧЕЛОВЕКА, РАБОТАТЬ, ОБЩАТЬСЯ И РАЗВЛЕКАТЬСЯ МОЖНО, НЕ ВСТАВАЯ ИЗ-ЗА СТОЛА ИЛИ С ДИВАНА. МЕЖДУ ТЕМ, КАК БЫЛО ПОДРОБНО РАЗОБРАНО В ПРОШЛОЙ СТАТЬЕ, МАЛОПОДВИЖНОСТЬ ДЕЛАЕТ НАС СЛАБЫМИ И БОЛЬНЫМИ.



ЗОЖ В НАШЕЙ ШКОЛЕ.

НА ДОСКЕ ПОЧЁТА НАШЕЙ ШКОЛЫ УЖЕ
РАЗМЕЩЕНО НЕМАЛО ФОТОГРАФИЙ
ДЕТЕЙ, СТАВШИХ НАСТОЯЩИМИ
СПОРТСМЕНАМИ. ПРИЯТНО ВИДЕТЬ
НА ДОСКЕ ПОЧЁТА ДЕТЕЙ,
ЗАСЛУЖИВШИХ НАГРАДЫ В СПОРТЕ. У
ДЕТЕЙ ВСЕГДА ДОЛЖЕН БЫТЬ СТИМУЛ
СТРЕМИТЬСЯ К ЛУЧШИМ РЕЗУЛЬТАТАМ
ДАЖЕ В СПОРТЕ. ПО ОПРОСАМ
УЧАЩИХСЯ ВЫЯВЛЕНО, ЧТО ИМ ОЧЕНЬ
НРАВЯТСЯ УРОКИ ФИЗКУЛЬТУРЫ.
В НАШЕЙ ШКОЛЕ НЕТ ДЕТЕЙ КОТОРЫХ
ПОСТАВИЛИ НА УЧЕТ ЗА
УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ,
ТАБАКОКУРЕНИЯ И АЛКОГОЛЬНЫХ
НАПИТКОВ. И МЫ ГОРДИМСЯ ЭТИМ.
ЭТО ПУТЬ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ
ЖИЗНИ НАШЕЙ НАЦИИ.



МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

ЗДОРОВЬЕ- ЭТО ОДНА ИЗ
САМЫХ ГЛАВНЫХ
ЦЕННОСТЕЙ
ЧЕЛОВЕКА, ИСТОЧНИК
ЧЕЛОВЕКА.

РАЗВЕ ВЫ ХОТИТЕ, ЧТОБЫ
ВАМ
АМПУТИРОВАЛИ НОГИ И
РУКИ

ИЛИ СИДЕТЬ НА КОЛЯСКЕ,
Я ПРИЗЫВАЮ ЖИТЬ ДОЛГО
И СЧАСТЛИВО?

