



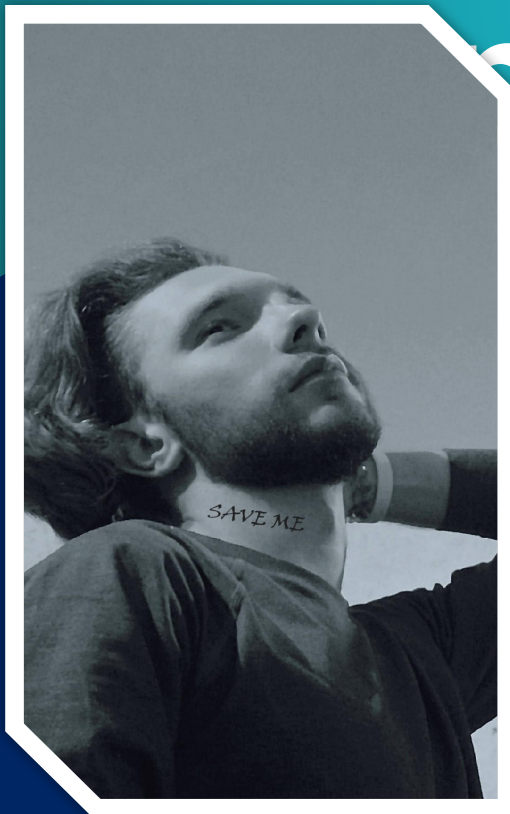
# Проект: «Наш выбор - ЗОЖ!»

0461-071

✦ Экономика

29.12.2020 г.

# Команда



Павлов Александр

Ответственный за команду и текстовое содержание презентации



Закарян Артём

Ответственный за анимационное оформление и тему презентации



Абдуллах Махамадалиев

Ответственный за моральную поддержку и дедлайн

# Актуальность

## проекта

Идея о создании этого проекта зародилась после того, как мы заметили огромное кол-во студентов, которые ведут вредный образ жизни.



# Цель проекта

Наша цель заключается в том, чтобы студенты ПсковГУ перестали вредить своему здоровью. Береги здоровье смолоду!



# Ценностное предложение



е

Определение проблемы:

Проблема плохого образа жизни стоит остро. По нашим наблюдениям, ПсковГУ не является исключением.

# Ценностное предложение

е

Предоставляемая  
возможность:

Мы хотим дать возможность  
каждому студенту перейти на  
ЗОЖ.



# Ценностное предложение

е

Положение дел ДО:

Большинство студентов на постоянной основе курят, выпивают алкоголь, а также не занимаются физической активностью.



# Ценностное предложение

е

Результат:

Многие студенты станут ценить своё здоровье и будут вести ЗОЖ.

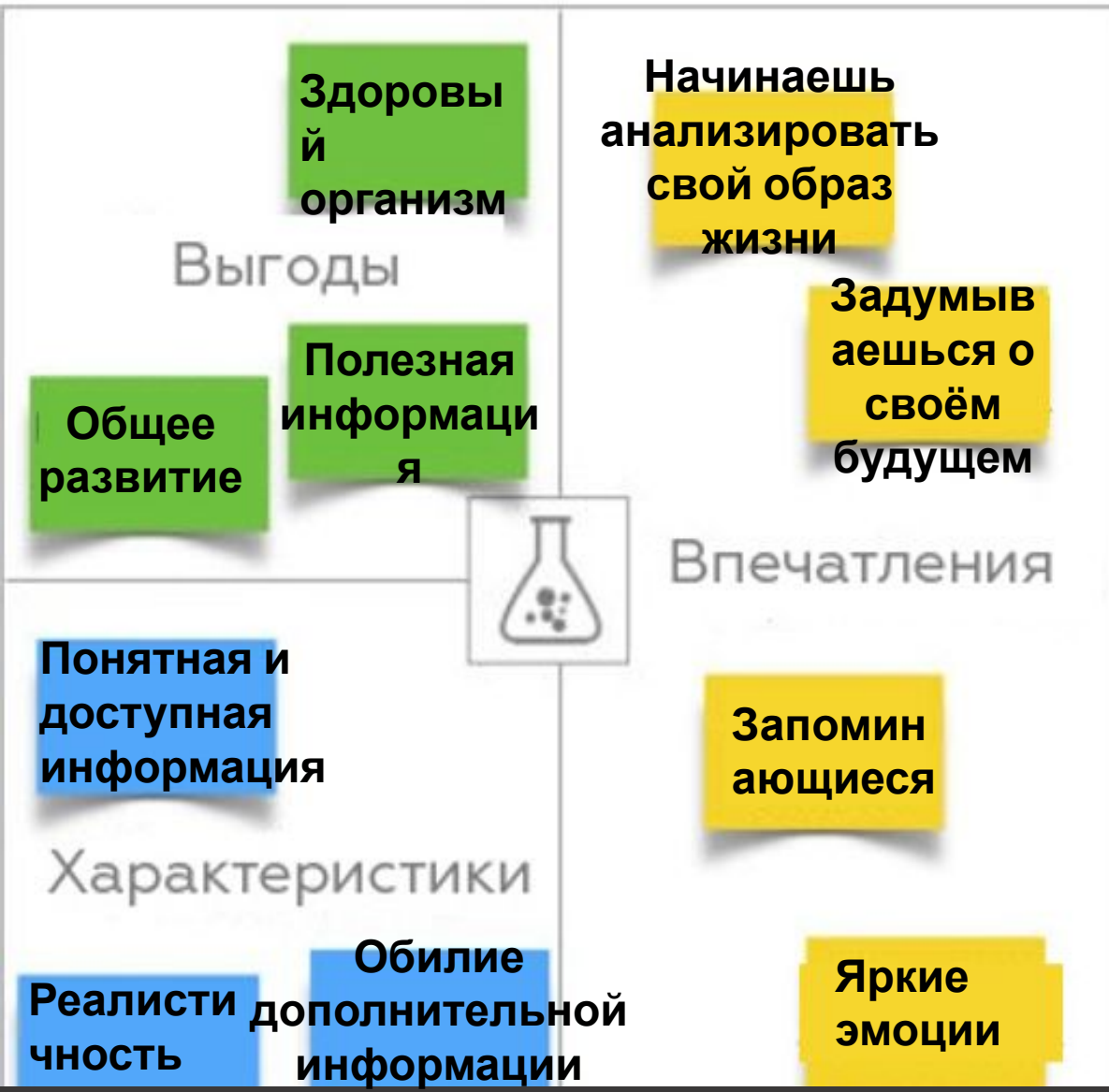




# Анализ продукта с различных точек



## Продукт



## Клиент



# Способ достижения

## Цели

Мы договорились с руководством университета, чтобы нам предоставили возможность реализовать проект.



# Содержание

## Введение Проекта

- Плюсы вести здоровый образ жизни
- Минусы употребления алкоголя и вредной пищи, курения табачной продукции, а также сидячего образа жизни
- Наглядные примеры
- Суть ЗОЖ
- Вывод



# Введение

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) — образ жизни человека, направленный на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление человеческого организма в целом.



# Плюсы ЗОЖ

- ❖ профилактика авитаминозов
- ❖ усиление иммунитета
- ❖ хороший мышечный тонус
- ❖ высокий уровень жизненной энергии

Согласно официальным данным ВОЗ, ЗОЖ позволяет снизить риск развития различных заболеваний на 55%.



# Вред алкоголя

- ❖ Удар по сердечно-сосудистой системе.
- ❖ Уничтожение клеток мозга.
- ❖ Развитие хронических болезней.
- ❖ Плохая наследственность.
- ❖ Непристойное поведение.
- ❖ Дыра в бюджете.

До 8 процентов случаев рака груди может быть связано с употреблением женщиной спиртных напитков.



# Вред сигарет

- ❖ Увеличивает риск развития ишемической болезни сердца, инсульта
- ❖ Увеличивается риск развития язвы, а также рака желудка
- ❖ Вызывает преждевременное старение кожи на 10-20 лет
- ❖ В полтора раза чаще развивается рак почек
- ❖ Дыра в бюджете.

По данным ВОЗ, ежегодно табак приводит почти к 7 миллионам случаев смерти



# Вред сидячего образа

## ЖИЗНИ

- ❖ Развитие сколиоза
- ❖ Высокий риск развития сердечно-сосудистых заболеваний
- ❖ Ожирение
- ❖ Мышцы становятся слабыми и дряблыми
- ❖ Преждевременное старение

Масштабное исследование показало, что у людей, ведущих сидячий образ жизни, шанс умереть от





# Примеры



Легкие  
курильщика



Мозг  
алкоголика



Ожирение при  
сидячем образе  
жизни

# Суть ЗОЖ

- Двигательная активность
- Отказ от вредных привычек
- Сбалансированное питание
- Соблюдение режима дня
- Саморазвитие



# Вывод



ЗОЖ – прекрасная возможность улучшить свою жизнь. Так чего ты ждёшь? Не медли! Действуй!



Спасибо за внимание!