

Ценности здорового образа жизни в молодежной среде

Студент:

Бобров. М.С.

Преподаватель:

Светлана .Н. С

Введение

Здоровье - бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах, расставаниях с близкими и дорогими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья, так как это - основное условие и залог полноценной и счастливой жизни.

Здоровье – это

естественная, абсолютная и непреходящая жизненная ценность, занимающая самую верхнюю ступень на иерархической лестнице ценностей, а также в системе таких категорий человеческого бытия, как интересы и идеалы, гармония, красота, смысл и счастье жизни, творчество и ритм жизнедеятельности.

● Глава 1. Наркомания как всеобщая проблема человечества

Наркомания – тяжелейшее заболевание, возникающее в результате злоупотребления специфическими средствами, получившими название наркотики. Болезнь характеризуется неудержимым влечением к постоянному их употреблению во всевозрастающих дозах.



● Глава 2. Табак и его влияние на организм

Курение — широко распространенная вредная привычка. Почему мы начинаем курить? Отчасти потому, что мы хотим быть похожими в наших поступках на других, поддаемся влиянию курящего окружения, потому что это модно. Отчасти потому, что хотим чувствовать себя спокойнее, избежать страхов, чувства тревоги.



- **Глава 3.** Алкоголизм как социальная и медицинская проблема

Проблема пьянства и алкоголизма продолжает оставаться одной из самых социально значимых и актуальных для нашего государства. Это негативное явление причиняет как обществу в целом, так и отдельным гражданам огромный материальный и нравственный ущерб.



Заключение

- После изучения материалов по теме проекта и опроса студентов 1-4 курсов подтвердилась моя гипотеза, что если вести здоровый образ жизни: соблюдать правила личной гигиены, рационально питаться, отказаться от вредных привычек, то продлится активная жизнь на долгие годы.

