

Классный час

«**Т**воё здоровье —
В ТВОИХ руках»

Вильям Шекспир

«Здоровье-
дороже
золота»



Артур Шопенгауэр

«9/10 нашего

счастья зависят

от здоровья»



Н.Г. Чернышевский

«Здоровье-никогда
не может
потерять своей
цены в глазах
человека, потому
что и в роскоши
плохо жить без
здоровья»



Классный час

«Твоё здоровье —
В твоих руках»

С.И. Ожегов

«Здоровье –
правильная,
нормальная
жизнедеятельность
организма»



Классный час

«Твоё здоровье —
В твоих руках»

Здоровье держится на 3 китах:

А) питание

Б) занятия спортом

**В) отказ от вредных
привычек**

С.И. Ожегов




«Привычка –
поведение, образ
действий, ставшие
в жизни
обычными,
постоянными»



Классный час

«Твоё здоровье —
В твоих руках»

ОТ ЧЕГО ЗАВИСИТ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА?

-  на **60%** от его поведения
-  на **20%** от здоровья родителей
-  на **20%** от условий, в которых живёт человек

Давайте посчитаем

5 сигарет в день - 155 в месяц

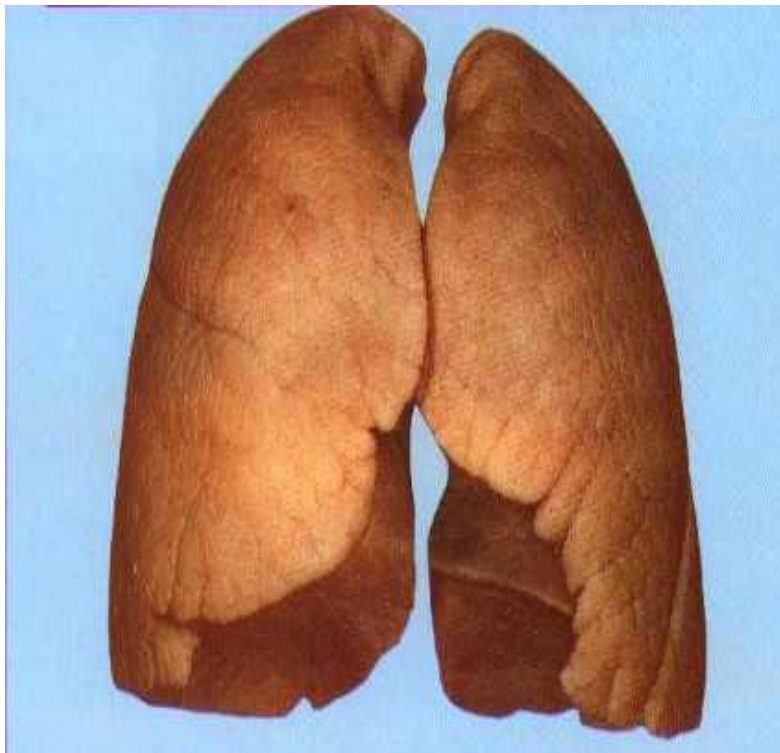
8 пачек в месяц – 400 рублей

400 рублей в месяц – 4800 рублей

в год

ЛЁГКИЕ

- Не курящего



- Курящего



САМОЕ ГЛАВНОЕ

Здоровье-самая главная
ценность человека

Здоровье – не купишь ни за
какие деньги.

Больными – вы не сможете
воплотить в жизнь все свои
мечты