Презентация на тему:
«Здоровое общество- будущее нации»

Работу выполнила:
Яковенко Марина,
ученица 11 класса
МАОУ СШ№8

Что такое общество?

- Общество - группа людей, обладающих общими интересами, ценностями и целями.

<u>К характерным признакам общества относят:</u>

- пополняется преимущественно за счёт детей тех людей, которые уже являются его признанными представителями;
- существует дольше средней продолжительности жизни отдельного индивида;
- объединяет общая система ценностей (обычаев, традиций, норм, законов, правил), которую называют культурой;

Каким может быть общество?

На современном этапе развития выделяют две модели

<u>Здоровое общество:</u>

- Высокий уровень жизни;
- Благоприятная экология;
- Положительная демографическая тенденция;
- Качественное питание;
- Качественное здравоохранение;

<u>Нездоровое общество:</u>

- Низкий уровень жизни;
- Неблагоприятная экология;
- Отрицательная демографическая тенденция;
- Низкое качество питания;
- Низкое качество здравоохранения;

- Здоровье - состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции; отсутствие недуга, болезни.

На сегодняшний день существует тенденция популяризации здорового образа жизни. Связано это с необходимостью создания здорового поколения, которую осознали правительства передовых стран мира. (ЗОЖ увеличивает продолжительность жизни, что хорошо видно на изображении).

	Мужчины			Женщины	
Место	Страна	Продолжительность жизни	Место	Страна	Продолжительность жизни
1	Исландия	81.2	1	Япония	87
2	Швейцария	80.7	2	Испания	85.1
3	Австралия	80.5	3	Швейцария	85.1
4	Израиль	80.2	4	Сингапур	85.1
5	Сингапур	80.2	5	Италия	85
6	Новая Зеландия	80.2	6	Франция	84.9
7	Италия	80.2	7	Австралия	84.6
8	Япония	80	8	Республика Корея	84.6
9	Швеция	80	9	Люксембург	84.1
10	Люксембург	79.7	10	Португалия	84

- ЗОЖ - образ жизни человека, направленный на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление человеческого организма в целом.

Национальные секреты здоровья от долгожителей со всего мира:

- **Япония**

Совет: « Под конец трапезы желудок должен быть наполнен едой не более чем на 80%.»

- **Индия**

Совет: « Куркума, имбирь, корица и другие ингредиенты, входящие в состав смеси карри, улучшают пищеварение, защищают от рака.»

- **Италия**

Совет: «Удивительному долголетию способствуют горный воздух, размеренный образ жизни и правильное питание.»

- **Франция**

Совет: « Ключ к разгадке – режим питания.»

- **Швеция**

Совет: « Больше двигаться, меньше хандрить.»

Печальные факты:

1. Чешская Республика - самая нездоровая страна в мире, занимающая пятое место по потреблению алкоголя и 11-е по количеству выкуренных сигарет. К тому же около 29,1% населения страдает от ожирения.

2. Греция. Более 25% населения страдает ожирением.

3. Австралия. В среднем каждый житель потребляет 11,2 литра алкоголя в год, в результате чего страна занимает 17-е место по потреблению алкоголя.

4. Бельгия. В рейтингах на потребление алкоголя и табака страна заняла седьмое место.

5. Эстония. Около 24,5% населения страдают ожирением, а среднее потребление алкоголя на одного жителя ежегодно составляет 12,8 литра.

6. Хорватия. Страна заняла шестое место по потреблению алкоголя — 13,6 литра на человека в год.

7. В России со здоровым образом жизни дела не лучше, причем объективных причин этому мало. (К примеру, при опросе 42,2% россиян ответили, что не занимаются спортом, потому что нет на это времени, 28,9% просто лень, 28,7% спорт не интересен, 14,6% не позволяет здоровье и лишь у 8,5% россиян нет на это денег). Доля Россиян в повседневной жизни заботящихся о своем здоровье не превышает 25% обследованных, соответственно придерживающихся здорового образа жизни еще меньше.(В частности, 64,1% опрошенных отметили, что не соблюдают режим питания, 76,4% - не занимаются утренней гимнастикой, 33,7% - регулярно курят.)

Между здоровым поколением и здоровой нацией существует прямая зависимость, т.к. эту самую нацию формируют лучшие представители общества. На мой взгляд, каждый хотел бы внести посильную лепту в формирование своего будущего. Так почему не начать делать это прямо сейчас: записаться в зал, привлечь друзей. Организовать экологические акции. Способов для самореализации в этом направлении масса, главное- захотеть.

- Нация - страна, государство.