

Министерство науки и образования российской федерации
Государственное образовательное учреждение высшего
профессионального образования
кубанский государственный медицинский университет



Выполнили
Студенты 2 курса 12
группы
Лечебного
факультета
Крылов В.С.
Полянский Е.А.

Образ жизни подразумевает выявление
личностной специфики жизненного пути людей в
дифференцированной социокультурной
реальности.



Содержание образа жизни определяется тем , как живут люди , чем заняты , какие виды деятельности и взаимодействия друг с другом заполняют их жизнь.



Здоровый образ жизни-образ жизни человека , направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья.



Формирование образа жизни, способствующего укреплению здоровья человека, осуществляется на трёх уровнях.



Социальный: пропаганда, информационно-просветительская работа.

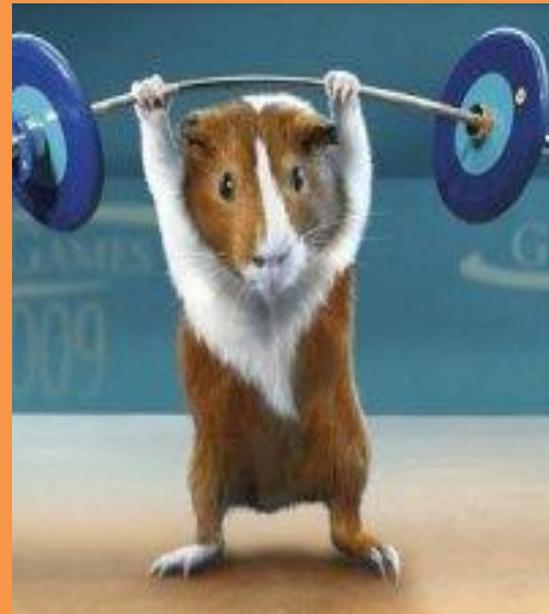


442. Говорков В.
Из рабочей гущи выгоним пьющих. В.Маяковский. 1966

Инфраструктурном: конкретные условия в основных сферах жизнедеятельности (наличие свободного времени, материальных средств), профилактические учреждения, экологический контроль



Личностном: система ценностных ориентиров человека, стандартизация бытового уклада.



Формирование здорового образа жизни:

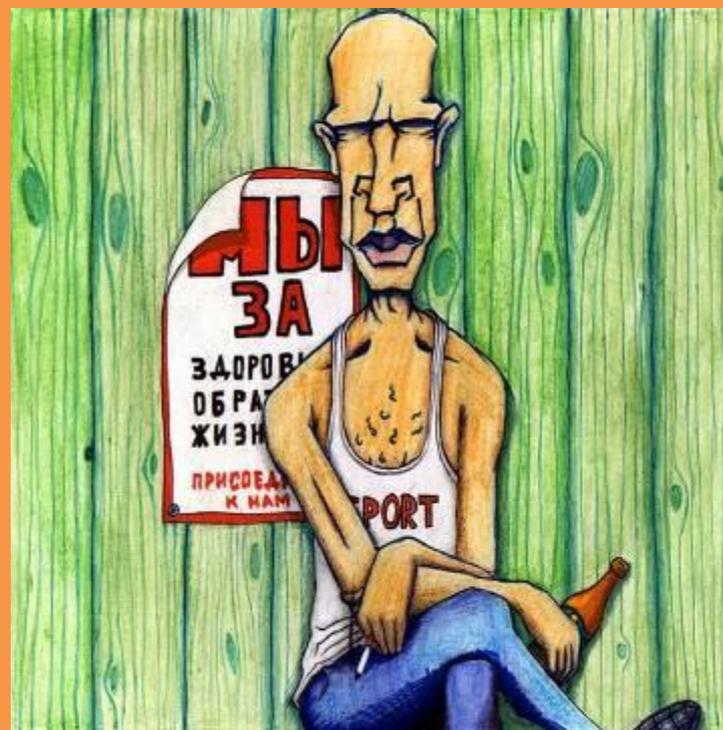
- приобретение знаний о здоровом образе жизни;
- формирование мотивации - «я хочу быть здоровым»;
- осознанное поведение - «я делаю все, чтобы быть здоровым».

Вредные привычки-это привычки ,
которые вредят здоровью человека и
мешают ему осуществлять свои цели
и полностью использовать в течение
ЖИЗНИ СВОИ ВОЗМОЖНОСТИ.

Курение

Алкоголизм

Наркотики



Это нужно запомнить:

- Курение загрязняет лёгкие.
- Курение затрудняет проникновение воздуха в организм.
- Курение затрудняет нормальную работу сердца.
- От курения желтеют зубы и появляется дурной запах изо рта.

Лёгкие здорового человека и курильщика.



Зубы курильщика

非喫煙者

喫煙者



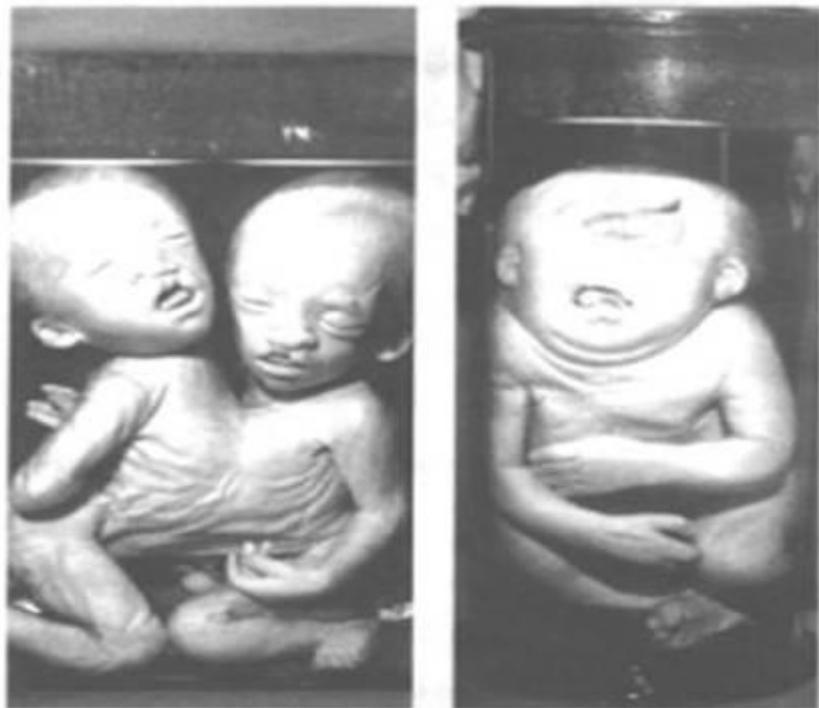
© The Japan Health Care Dental Association

© The Japan Health Care Dental Association

Заболевания желудка при злоупотреблении алкоголем



Какой вред наносит своему ребёнку мать, употребляющая алкоголь?



*Будущие родители,
вы можете этого
не допустить!*

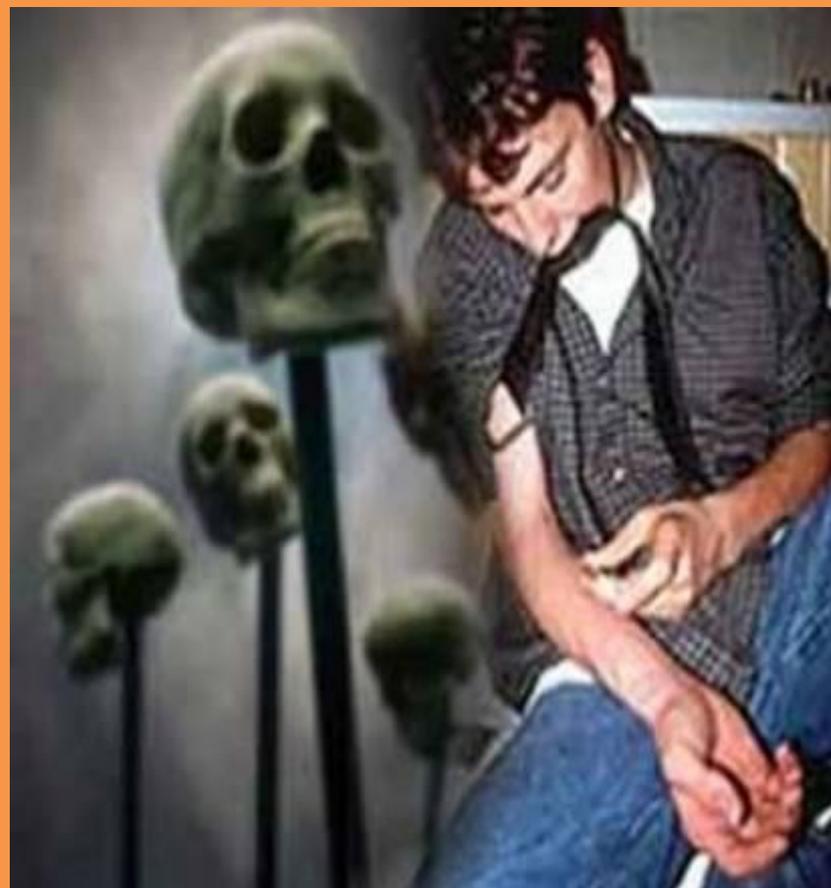


Дети алкоголиков. Есть ли у них детство?



НАРКОТИКИ – БЕЛАЯ СМЕРТЬ

- Чем раньше человек привыкает к ним, тем быстрее он умирает. Хронические наркоманы вообще живут очень мало. Наркотики полностью высасывают из человека силы. Нет никакой смелости в том, чтобы пробовать наркотики. А вот если человек сумел в компании отказаться, значит, у него действительно есть **СМЕЛОСТЬ И ВОЛЯ.**



Ребёнок наркомана

Нет наркотикам!



Лицо наркомана через 1,5 года

НЕТ НАРКОТИКАМ!



Помогите!





Спасибо за внимание!

