

Беседа :

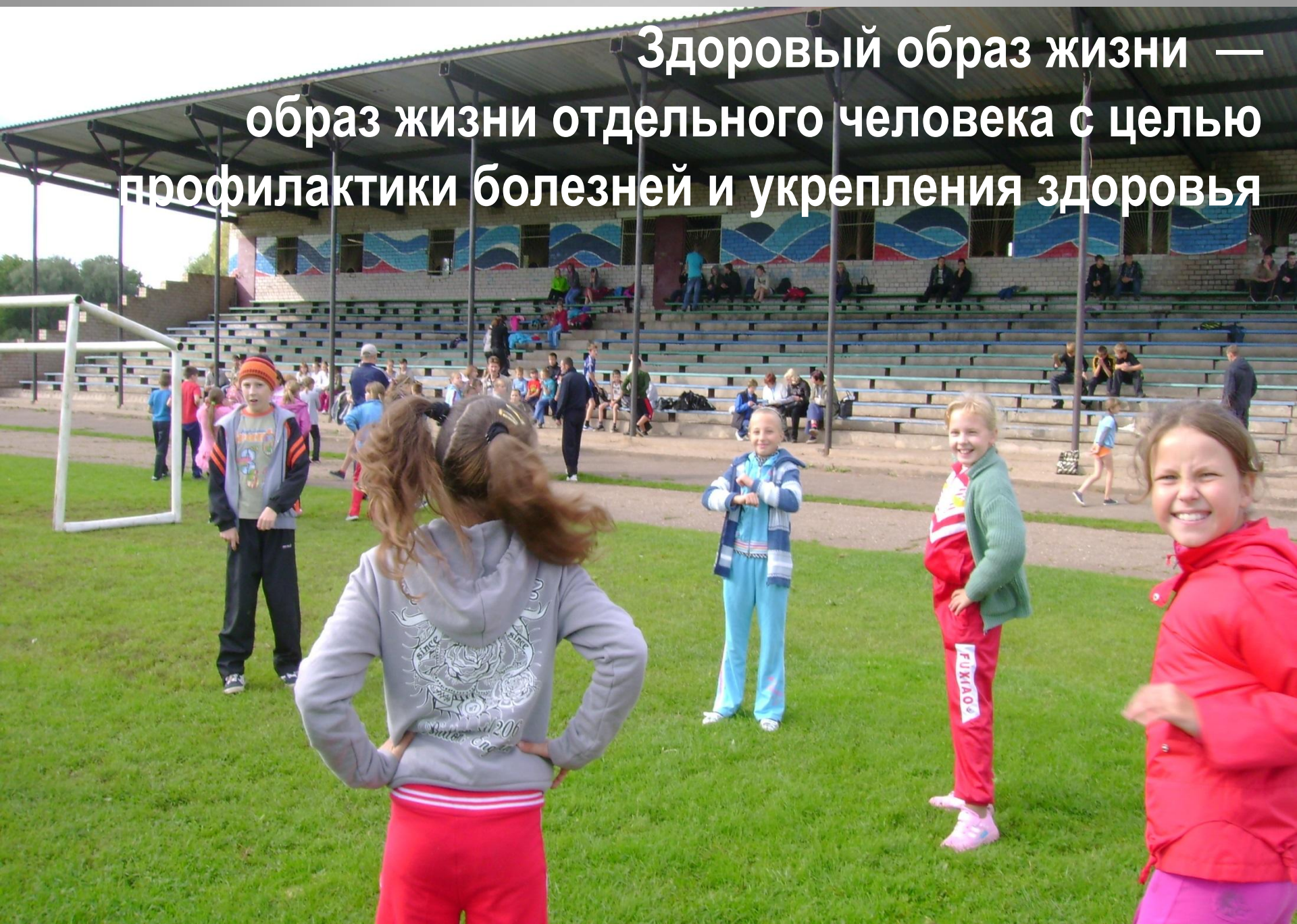
# *Здоровый образ жизни*

Подготовил  
Пискунов  
Дмитрий Владимирович,  
учитель физической культуры  
МАОУСОШ № 8

«Здоровье — это ещё не всё,  
но всё без здоровья —  
это ничто»

Сократ

**Здоровый образ жизни —  
образ жизни отдельного человека с целью  
профилактики болезней и укрепления здоровья**



# **ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

**философско-  
социологическое  
направление**

**(П. А. Виноградов, Б. С.  
Ерасов,  
О. А. Мильштейн, В. А.  
Пономарчук,  
В. И. Столяров)**

**здоровый образ жизни – это  
глобальная социальная  
проблема**

**психолого-педагогическое  
направление**

**(Г. П. Аксенов, В. К.  
Бальсевич,  
М. Я. Виленский, Р. Дитлс,  
И. О. Мартынюк, Л. С.  
Кобелянская)  
ЗОЖ с точки зрения сознания,  
психологии человека,  
мотивации**

**Они нацелены на решение одной проблемы  
— укрепление здоровья индивидуума**



## *Известные теоретики и пропагандисты здорового образа жизни*

Жданов Владимир  
Георгиевич  
(род. 1949) — российский  
лектор  
и пропагандист, известен  
своими лекциями  
о здоровом образе жизни

Шаталова Галина  
Сергеевна  
(род. 1916) —  
нейрохирург, создатель  
системы естественного  
оздоровления (СЕО)

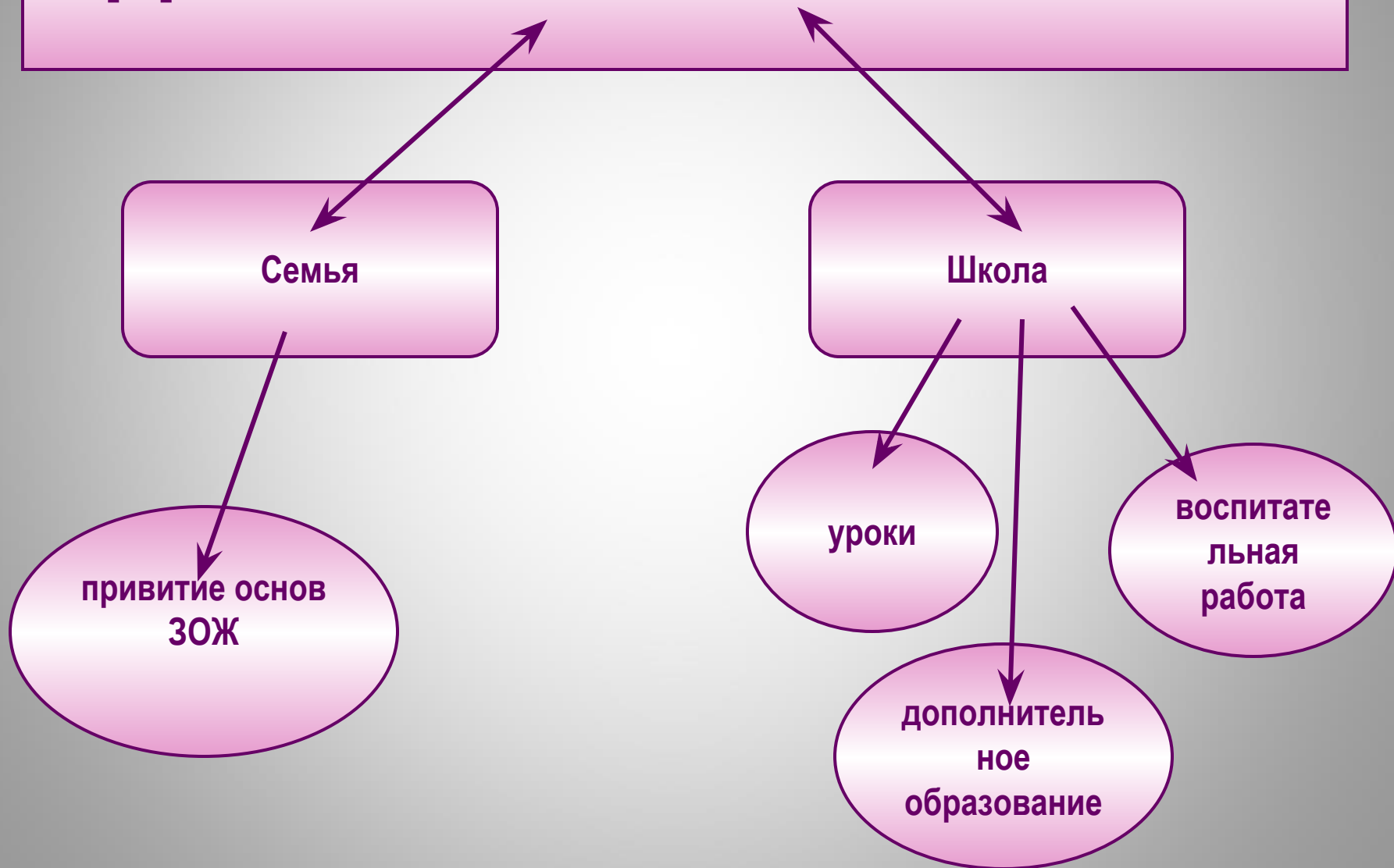
Углов Фёдор  
Григорьевич  
(1904—2008) —  
хирург-кардиолог

Порфирий Иванов  
(1898—1983) —  
создатель системы  
«Детка»

Семёнов Сергей Петрович  
(род. 1952) —  
русский врач, учёный, поэт,  
философ

Амосов Николай  
Михайлович  
(1913—2002) —  
советский хирург-  
кардиолог

# ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



**"Всё больше людей делают выбор в пользу  
здорового образа жизни, стремятся обрести  
гармонию между духом и телом"**

*Медведев Д.А.*

**«Реализация профилактических программ,  
организация внеурочных спортивных  
мероприятий, обсуждение с детьми вопросов  
здорового образа жизни в значительной степени  
вливают на улучшение здоровья школьников»**

*Национальная образовательная инициатива  
«Наша новая школа»*





**Хорошее здоровье - основа долгой,  
счастливой и полноценной жизни**

