



# Конкурс презентаций «Мой Центр здоровья»

в городском фестивале творческих презентаций



Презентацию  
выполнили:  
тренко Екатерина

и

Ефимова  
Анастасия,

учащиеся МБОУ  
«СОШ№4»

9а класса.

руководитель: Терезова  
Татьяна Васильевна.

# **Наш школьный Центр Здоровья.**

**Цель создания центра: Пропаганда профессии  
врача, как борца за здоровый образ жизни.  
Показать значимость сохранения здоровья,  
рассмотреть реальные стороны употребления  
алкоголя, влияния никотиновой и  
наркотической зависимости, приобщение  
школьников к спорту и здоровому образу жизни;  
создание условий для сохранения и улучшения  
физического, эмоционально- психического и  
нравственного здоровья и качества жизни  
школьников.**

**Эпиграф к презентации:**



## **Задачи :**

- 1. проинформировать учащихся о влиянии вредных привычек на здоровье человека;**
- 2. воспитать негативное отношение к вредным привычкам;**
- 3. сформировать у учащихся умение делать здоровый выбор и принимать верное решение;**
- 4. сформировать здоровые взаимоотношения с окружающим миром, обществом и собой;**
- 5. разработать мероприятия, которые уменьшают риск возникновения заболеваний и повреждений, связанных с социальными аспектами жизни детей и подростков;**
- 6. пропагандировать ЗОЖ (проведение конкурсов, акций, классные часы, лекции, беседы);**
- 7. просвещать родителей в вопросах сохранения здоровья ребенка;**
- 8. создать условия для полноценного питания учащихся.**

Личная гигиена

Образ жизни

Правильное питание

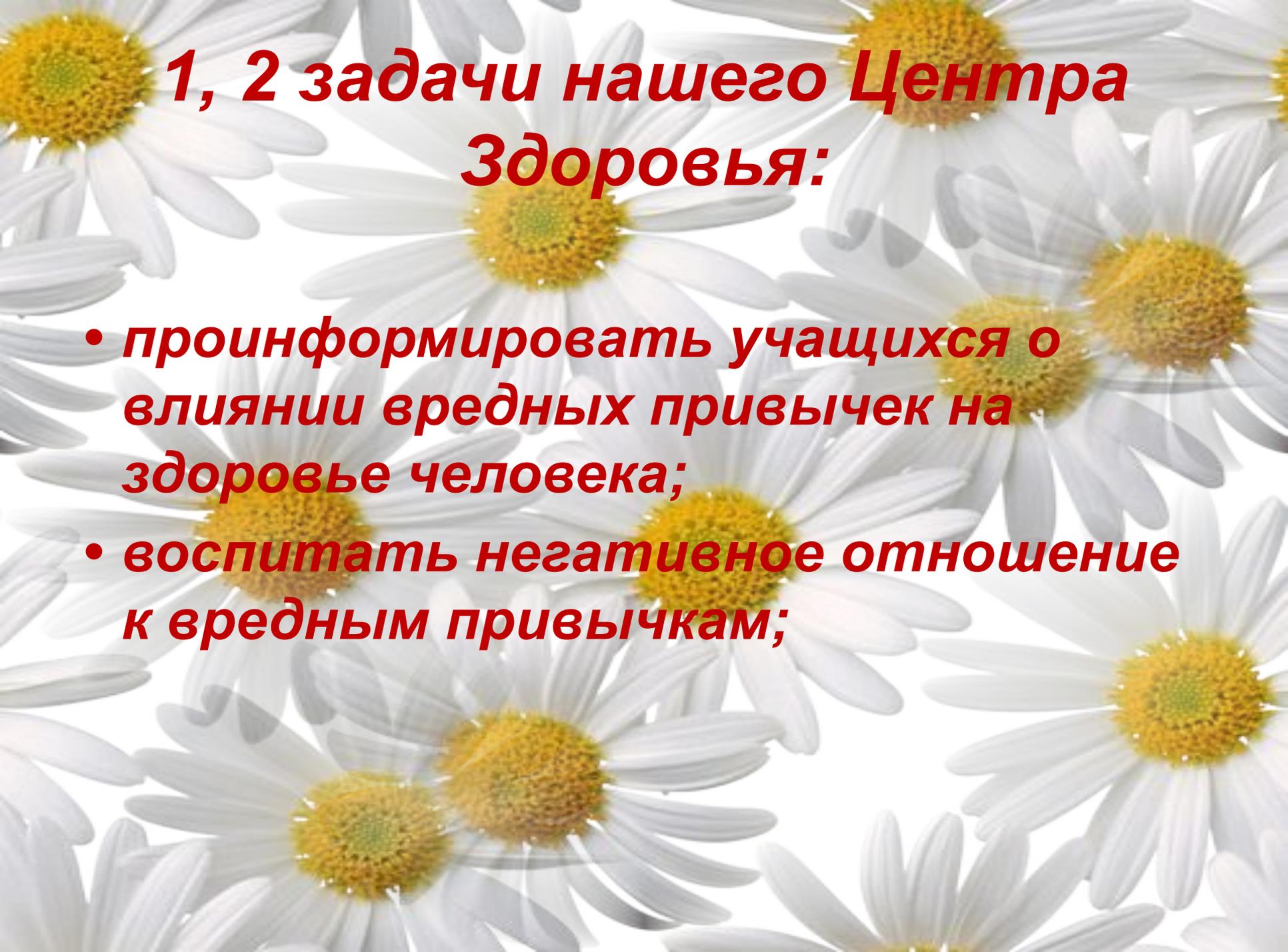
Здоровье

Отказ от вредных привычек

Экологическое сознание

Медицинский фактор

Физкультура, спорт, движение



# **1, 2 задачи нашего Центра Здоровья:**

- проинформировать учащихся о влиянии вредных привычек на здоровье человека;**
- воспитать негативное отношение к вредным привычкам;**

# Каким бывает здоровье?

**Здоровье человека** - результат сложного взаимодействия социальных, средовых и биологических факторов.

- **Физическое** (состояние правильной работы организма).
- **Душевное** (человек доволен собой, нравится себе таким, каков он есть).
- **Социальное** (уважает других, ладит с окружающими).

# Пищевая пирамида

Баланс между потреблением и физической активностью





вкусно? зато вредно!



По последним  
расчетам ВОЗ 1  
из 3 взрослых  
людей в мире  
страдает  
избыточным  
весом, и 1 из  
10 страдает  
ожирением.



Анорексия -  
патологическая  
боязнь потолстеть.  
Статистика  
заболевания  
сообщает, что около  
90% больных  
анорексией -  
девушки в возрасте  
12-24 лет.



# *Плохая экология...*



# Стрессы...



Курение



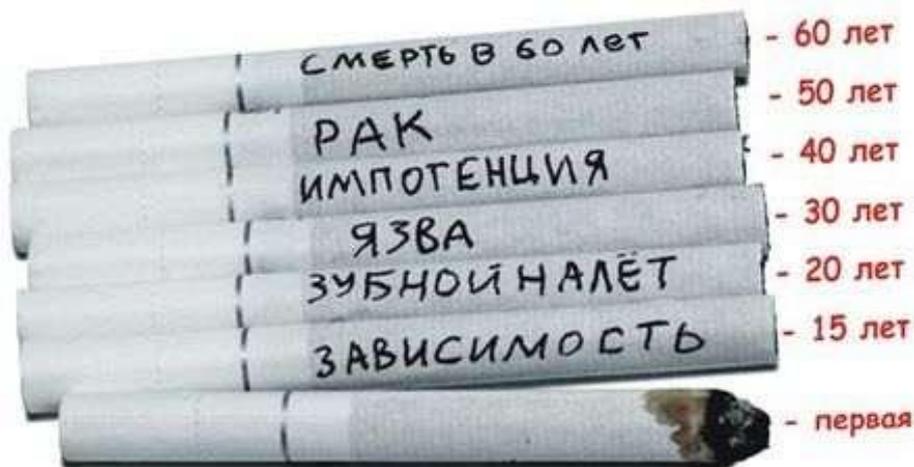
Наркотики



Алкоголь

А ты можешь сказать  
зачем ты куришь?

Знает ведь и стар и  
млад, что куренье - это  
яд. Осознай ты этот  
вред, сигарете скажи  
«НЕТ»!



УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ?



# Легкое здорового и курящего человека

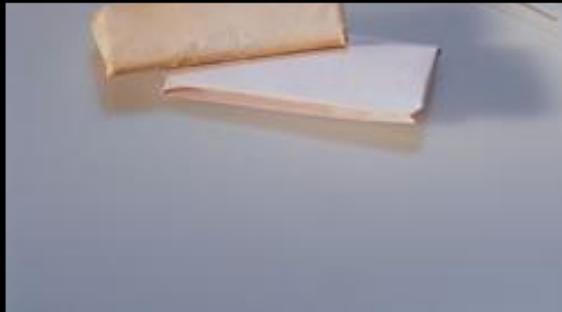
5 000 000 человек в год умирает от болезней, связанных с курением (по данным ВОЗ). Каждые 8 сек умирает в мире 1 курильщик.



## *В России:*

- Каждые 1,20 мин. умирает 1 курящий россиянин.
- Курит каждый третий (1 из 3-х).
- 55 000 000 курящих.
- В 1995 году в России производилось 200 000 000 000 сигарет.
- В 2011 году производилось в России 413 000 000 000 сигарет.
- Потреблялось в России в 2011 году 375 000 000 000 сигарет.

Детство кончилось,  
начались **Наркотики.**



**ПОХОРОНИ** наркотики,



**ИЛИ ОНИ ПОХОРОНЯТ ТЕБЯ!!!**

# *Не упади в пропасть!*



**Не верь тому, кто говорит тебе,  
Что от наркотиков избавиться  
так просто.**

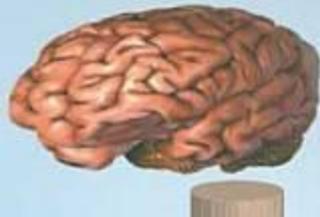
**Они оставят тяжкий след в  
твоей судьбе,  
А могут довести и до погоста.**

**Ты как над пропастью...  
Держась одной рукой,  
В другой руке наркотики  
сжимаешь.**

**Чтобы спастись – одну ладонь  
раскрой.**

**Ладонь какой руки – ты сам  
решаешь.**

# Что убивает алкоголь



**Мозг**  
Патологически изменяется обмен веществ в клетках мозга. Подавляется активность центров мозга, которые отвечают за поведение, ориентацию.

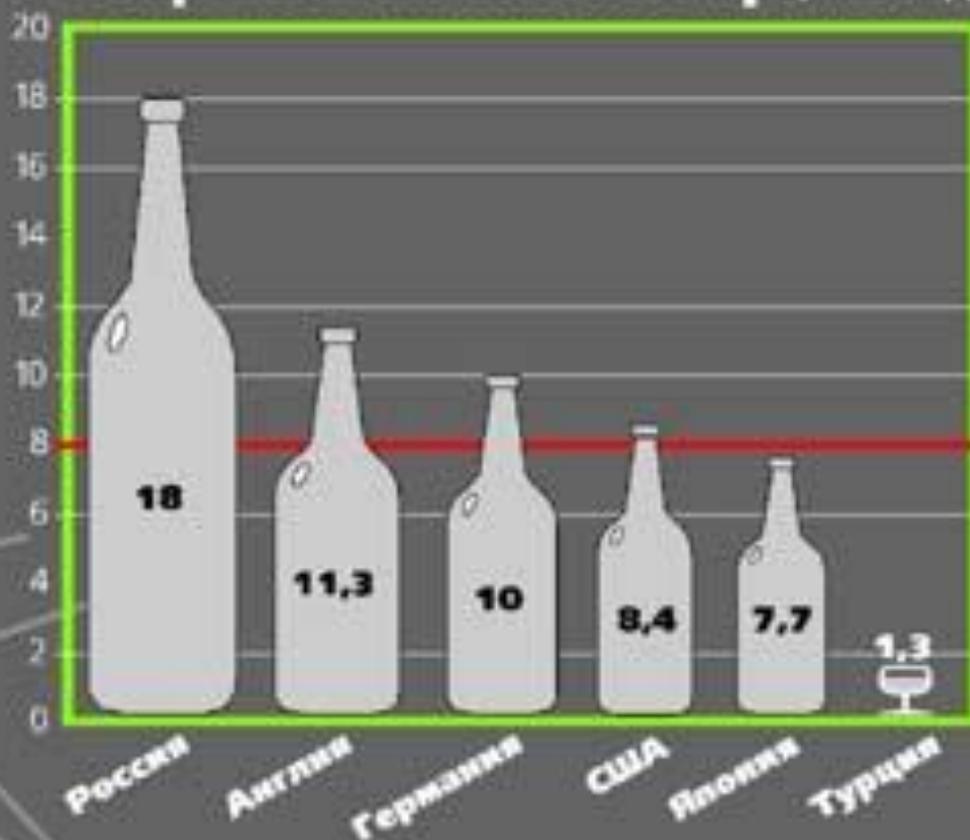


*Скажи  
«НЕТ!»*

**ТЕМА  
НОМЕРА**

**40°  
смерти**

**Потребление алкоголя  
на душу населения  
в пересчете на чистый спирт, л в год**



Источник: Минздрав России

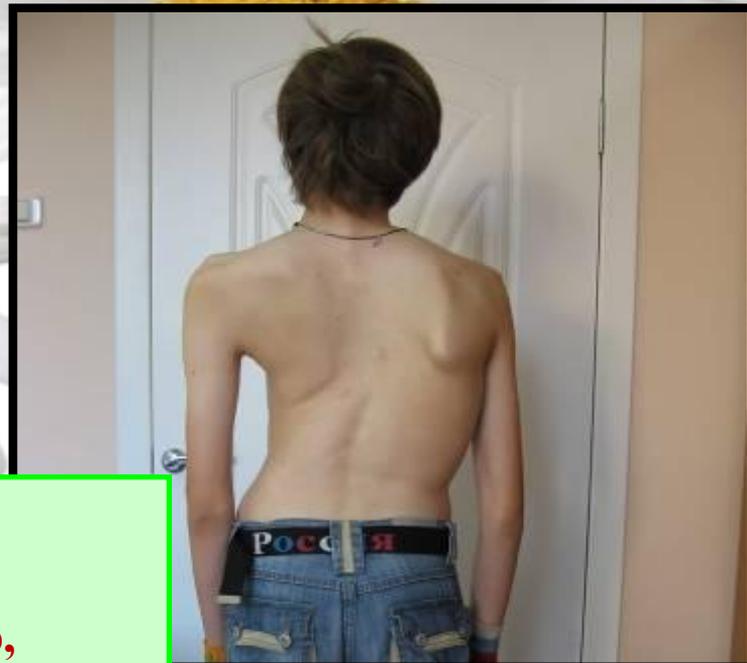


**«В луже водки и богатыри  
тонут»**

**«Пьяному море - по колению,  
а лужа - по уши».**

**«Хватил винца - не стало  
молодца».**

**«Пить до дна - не видать добра».**



У 20% детей –  
слабоумие и  
физическое уродство,  
а это - каждый четвертый  
ребенок



## **Задачи 3,4,5:**

- сформировать у учащихся умение делать здоровый выбор и принимать верное решение;**
- сформировать здоровые взаимоотношения с окружающим миром, обществом и собой;**
- разработать мероприятия, которые уменьшают риск возникновения заболеваний и повреждений, связанных с социальными аспектами жизни детей и подростков;**

**Я - за здоровый образ жизни! Есть дети, которые много курят, принимают наркотики, пьют алкогольные напитки и много едят фастфуд. Эти дети ведут нездоровый образ жизни, потому что губят свой организм этими вещами. Чтобы дети не курили и т.д., надо запретить продавать табачные и алкогольные изделия.**

**Саттарова Аделя, 8 А**

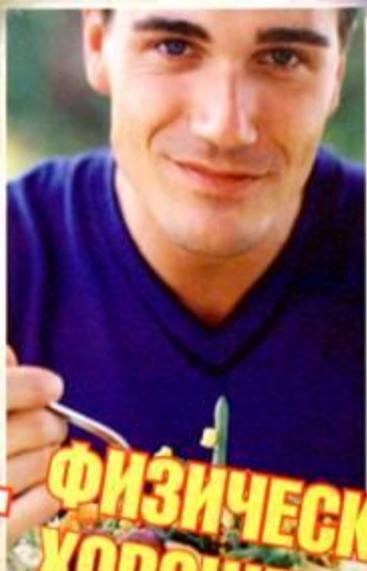
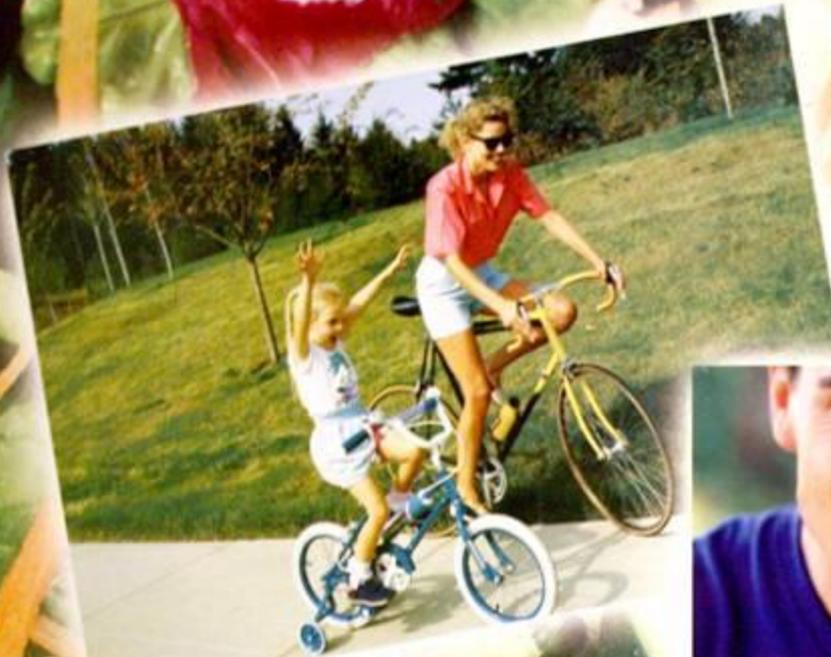
**Я - за здоровый образ жизни! Моё мнение: потребление наркотиков, спиртных напитков, табачных изделий не красит нашу страну. Надо жить для будущего, оно должно быть здоровым. Быть настоящим обществом!**

**Ефимова Анастасия, 9А**

**Идя по улице, почти всегда замечаем, как дети подросткового возраста стоят с сигаретами или с бутылками пива. Особенно видеть девушку с сигаретой, на неё неприятно смотреть. Это не красиво и вызывает большое отвращение. Страшно подумать о том, что с ними будет в будущем. Многие люди не задумываются о своём здоровье, думая, что вреда от всего этого нет. Но это не так. Если ты думаешь, что курить - это круто, то это далеко не так!!!**

**Ефимова Анастасия, 9А**

# **МЫСЛИ ВСЛУХ**



**ПОЛЕЗНОЕ ПИТАНИЕ + ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ  
ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ**

**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**



Движенье - это жизнь, а жизнь -  
движенье.

И как награда - сути  
постиженье.

Иду.

Бегу.

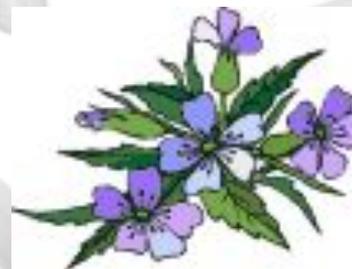
Лечу.

Стремлюсь.

Борюсь!

Порой ползу, порой на крыльях  
мчусь.

И ни победа, и ни поражение  
Не остановят моего движенья.



- **Задачи 6,7**
- **пропагандировать ЗОЖ (проведение конкурсов, акций, классные часы, лекции, беседы);**
- **просвещать родителей в вопросах сохранения здоровья ребенка;**



УЛЫБНИСЬ МИРУ,  
И ТОГДА ОН  
УЛЫБНЕТСЯ  
ТЕБЕ...



**ВСЕМ СПАСИБО!**

