

"Факторы здоровья"

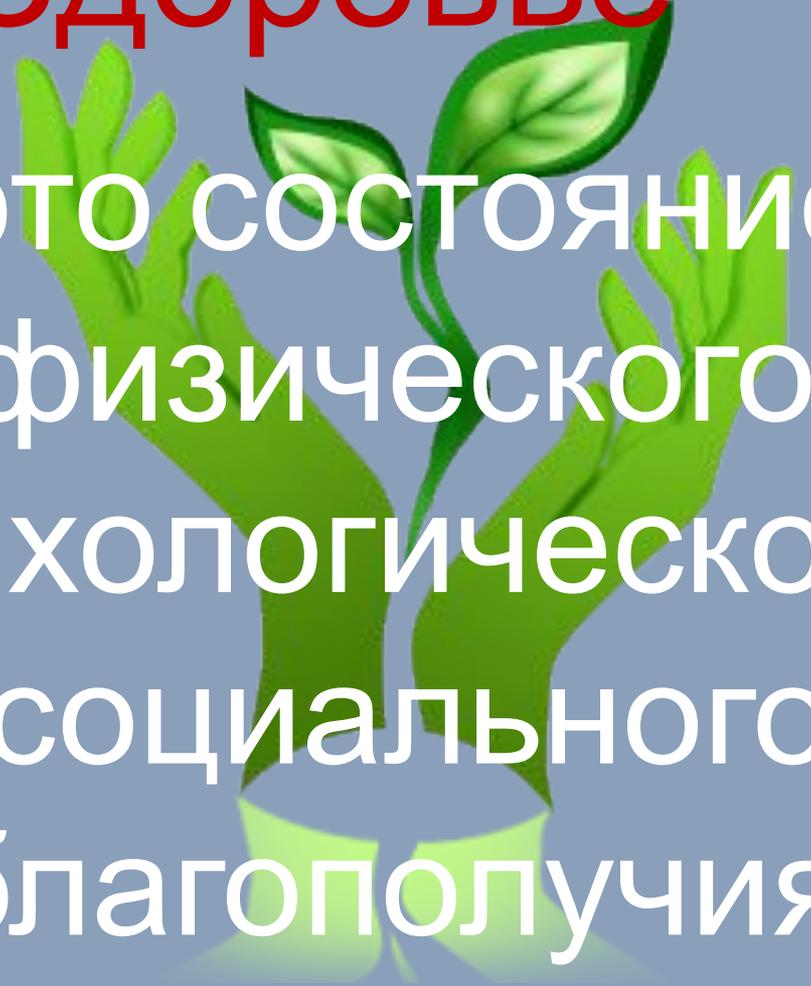


*Макаренко Татьяна
Борисовна
Педагог организатор
МБОУ СОШ № 95
Г. Красноярск*

Укрепляющие и ухудшающие

Здоровье - ...

это состояние
физического,
психологического и
социального
благополучия.

A green plant with two hands holding it, symbolizing health and care. The hands are positioned as if supporting the base of the plant, which has several leaves. The entire graphic is centered on the page.

ЗАКАЛИВАНИЕ



АЛКОГОЛИЗМ

Пьянство есть
упражнение
в безумии.

- Подавляет психику.
 - Создает множество проблем.
- Делает зависимым.
 - Разрушает организм.
- Лишает семьи.
 - Проблемы с законом.
- Ранняя смерть.



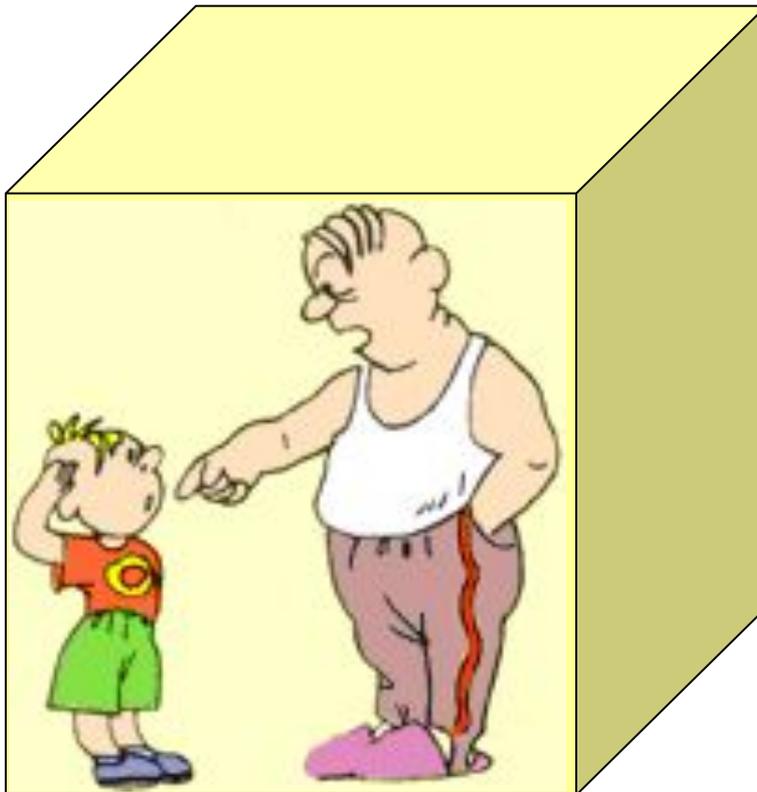
Скажем сигарете:

“НЕТ!”



Кроха – сын пришёл к отцу
И спросила кроха :
« Если я курить начну-
Это очень плохо ?»
Видимо врасплох застал
Сын отца вопросом
Папа быстро с кресла встал,
Бросил папиросу.
И сказал отец тогда,
Глядя сыну в очи:
« Да, сынок, курить табак,
Это плохо очень.»
Сын, услышав сей ответ,
Снова вопрошает:
« Ты ведь куришь много лет
И не умираешь ?»
Закурил я с юных лет,
Чтоб казаться взрослым,
Ну, а стал от сигарет
Меньше нормы ростом.
Я уже не побегу
За тобой в припрыжку,
Бегать быстро не могу,
Мучает одышка.
Сердце, лёгкие больны,
В этом нет сомненья.
Я здоровьем заплатил
За своё куренье.

ЧТО ТАКОЕ ХОРОШО И ЧТО ТАКОЕ ПЛОХО?



Никотин- опасный яд
Сердце поражает,
А смола от сигарет
В бронхах оседает,
Я бросал курить раз **5**
Может быть и боле,
Да беда, курю опять-
Не хватает воли.»
« Ты мой папа , я- твой сын,
Справимся с бедою.
Ты бросал курить один,
А теперь нас двое.
Я и мама не хотим
Мы курить пассивно
К нам ведь тоже никотин
Попадает с дымом.
семейный наш бюджет
Станет побогаче.
Купим мне велосипед,
Чтоб гонял на даче.»
« Ну и кроха! Вот так сын-
Хитрован ужасный.
Все проблемы враз решил,
Ладно. Я согласный.
Но условия скорей
Тоже выдвигаю -
Ты и пробовать не смей.
А я курить бросаю.»

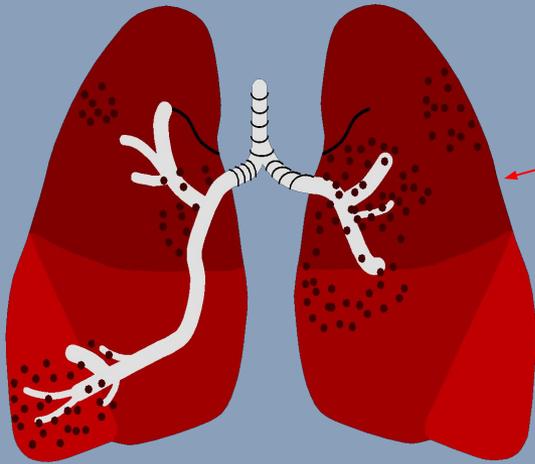
Скажи **«НЕТ!»**



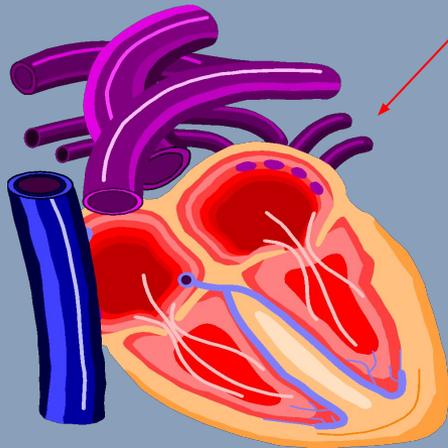
ТАБАКОКУРЕ

Болезни, связанные с НИЕ

курением

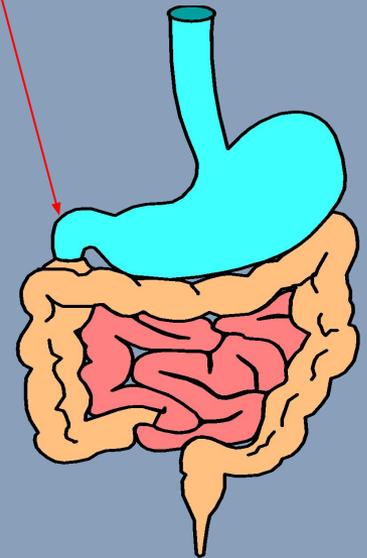


Бронхит,
эмфизит,
рак



Инфаркт

Болезни
желудка и
12-типерстной
кишки



«Дополните пословицу»

Пьяному море по колению, а лужа по

Что у трезвого на уме, у пьяного на

С хмельём познаться, с честью

Пить до дна – не видать добра



...



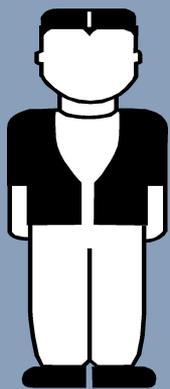
Наркомания - это смерть

!



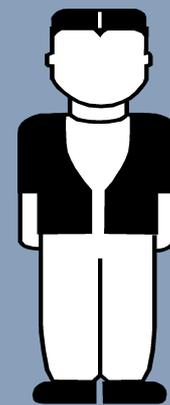
Повреждение мозга

Потомство



СПИД

Гепатит



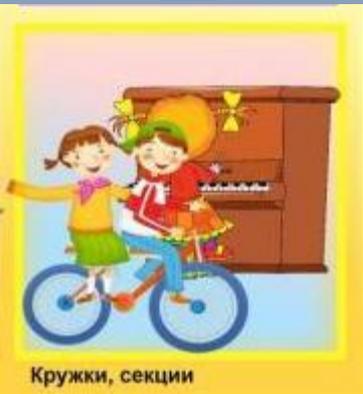
Передозировка

Смерть



РЕЖИМ ДНЯ

5



6



3



4



1



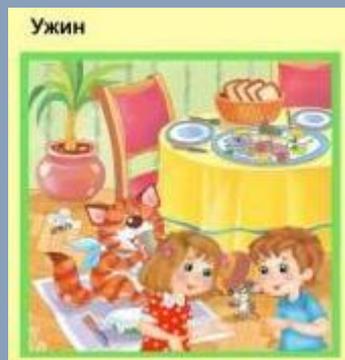
9



10



8



7



2



РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ



«Расшифровщи

к»

С	К	А	Ж	И	,	Ч	Т	О		Т	Ы		Е	Ш	Ь	,
19	12	1	8	10		25	20	16		20	30		6	26	29	

И		Я		С	К	А	Ж	У		К	Т	О		Т	Ы		Е	С	Т	Ь
10		33		19	12	1	8	21		12	20	16		20	30		6	19	20	30

Ключ:

1	6	8	10	12	16	19	21	20	25	26	29	30	33
А	Е	Ж	И	К	О	С	У	Т	Ч	Ш	Ь	Ы	Я

РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ



РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ



РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ



ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ



МЫ



ЖИЗНИ

© Dmitry A. Krasovskiy 1998



**Давайте жить!
Давайте жизнью дорожить!**

Источники:

http://www.narkotiki.ru/ecolumn_5470.html

<http://narcotics.su/solomzes12.html>

<http://www.liveinternet.ru/users/ocnik/post133780839/>

<http://an.yandex.ru/count>

http://www.narkotiki.ru/ecolumn_5470.html