

ЗДОРОВЬЕ ШКОЛЬНИКОВ



**ПРЕЗЕНТАЦИЮ СОСТАВИЛА
УЧИТЕЛЬ ОБЖ
ПОТКИНА О.В.**

Здоровье школьников и школьные факторы риска

Редкий ребенок обходится без ушибов, ожогов и переломов. А корень этих проблем – в том, что папа с мамой не научили тому, как вести себя в травмоопасной ситуации.

Состояние здоровья ребенка в России, начиная с прошлого века и по сегодняшний день, вызывает огромную тревогу.



Еда, не выношу тебя!

Даже доброкачественная пища может оказаться ядовитой, если у ребенка или взрослого есть аллергия на тот или иной продукт.

Признаки пищевой аллергии разнообразны. Могут возникать симптомы, похожие на ОРВИ: жар, насморк, кашель, синусит. Возможны неприятности со стороны желудочно-кишечного тракта (боли в животе, тошнота, рвота, метеоризм, диарея или запоры, колики, изжога. Бывают кожные проявления: атопический дерматит, крапивница, отек Квинке. Также нередки изменения со стороны нервной системы: мигрень, депрессия, возбудимость, сонливость, бессонница, раздражительность.

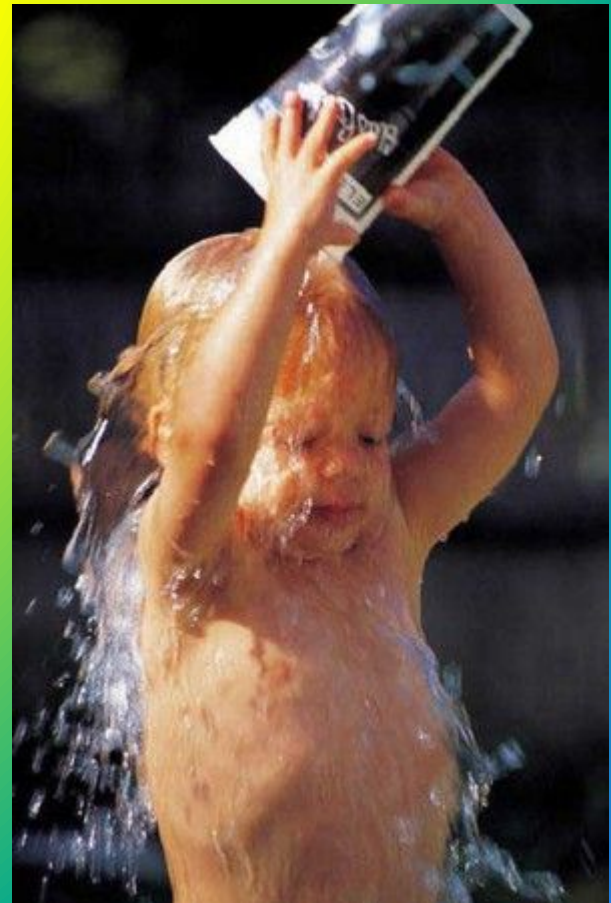
Физкультминутки

Физкультминутки дают возможность ребенку отдохнуть, снять физическое и психическое напряжение.



Закаливание

- Закаливание-повышение устойчивости организма к действию физических факторов внешней среды путем тренировки.



Режим дня школьника

Режим дня – один из основных факторов здоровья человека. Он помогает школьнику становиться волевым, дисциплинированным.



Советы родителям



Профилактика или
лечение?
Выбор очевиден!