

*Здоровье человека – как
индивидуальная,
так и общественная ценность*

Изучаемые вопросы:

- **Здоровье - человеческая ценность**
- **Создание модели здоровья школьника**
- **Здоровье:
индивидуальное и общественное**

Задание на ассоциации:

на каждую букву данного слова напишите слова, которые означают, что помогает человеку быть здоровым.

З-

Д-

О-

Р-

О-

В-

Ь

Е-



Здоровье - это состояние полного физического, социального и психического благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

(из Устава ВОЗ)

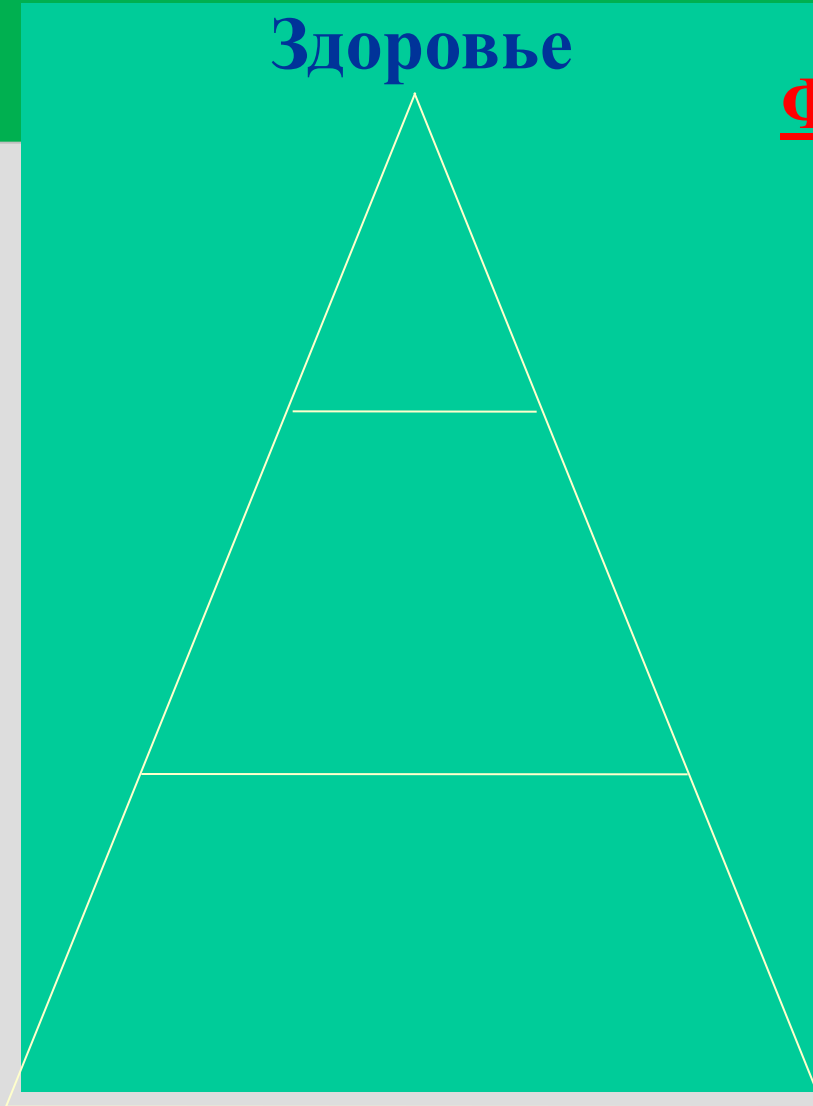
Задание: назовите проявления состояния здоровья школьника.





Модель здоровья школьника

Здоровье

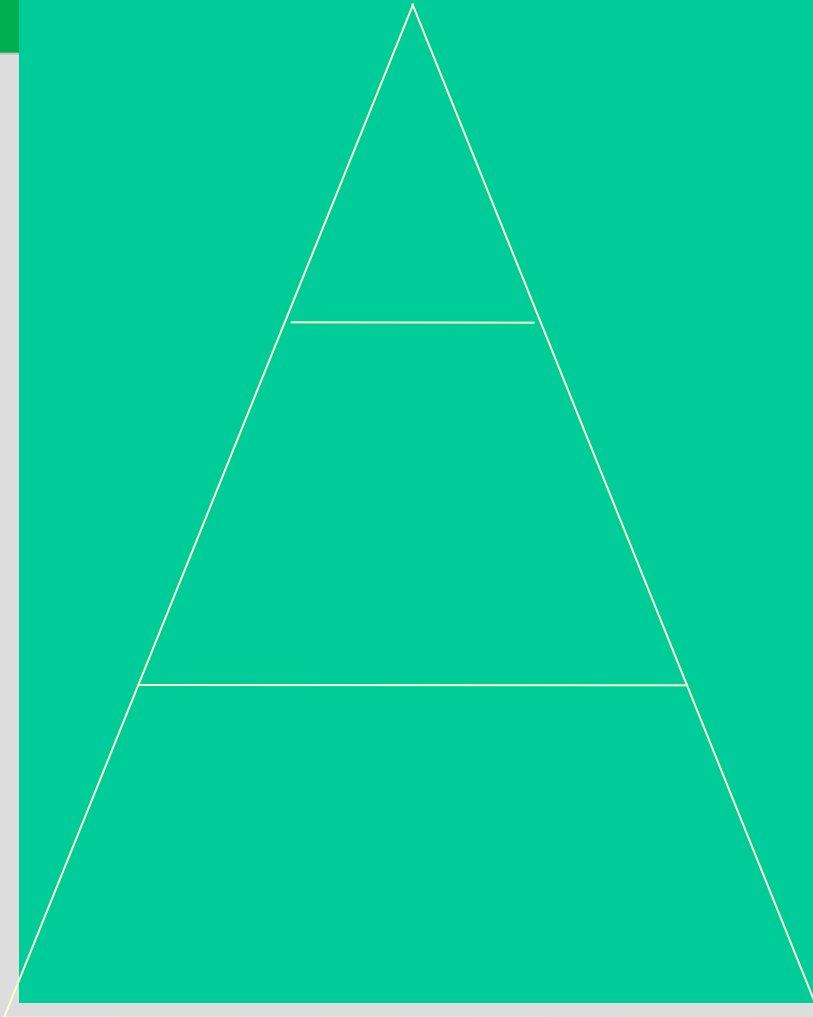


Физическое здоровье –

функционирование организма, здоровье всех его систем, физическая активность, гигиена, режим труда и отдыха, рациональное питание, закаливание, отказ от вредных привычек и т.д.

Модель здоровья школьника

Здоровье

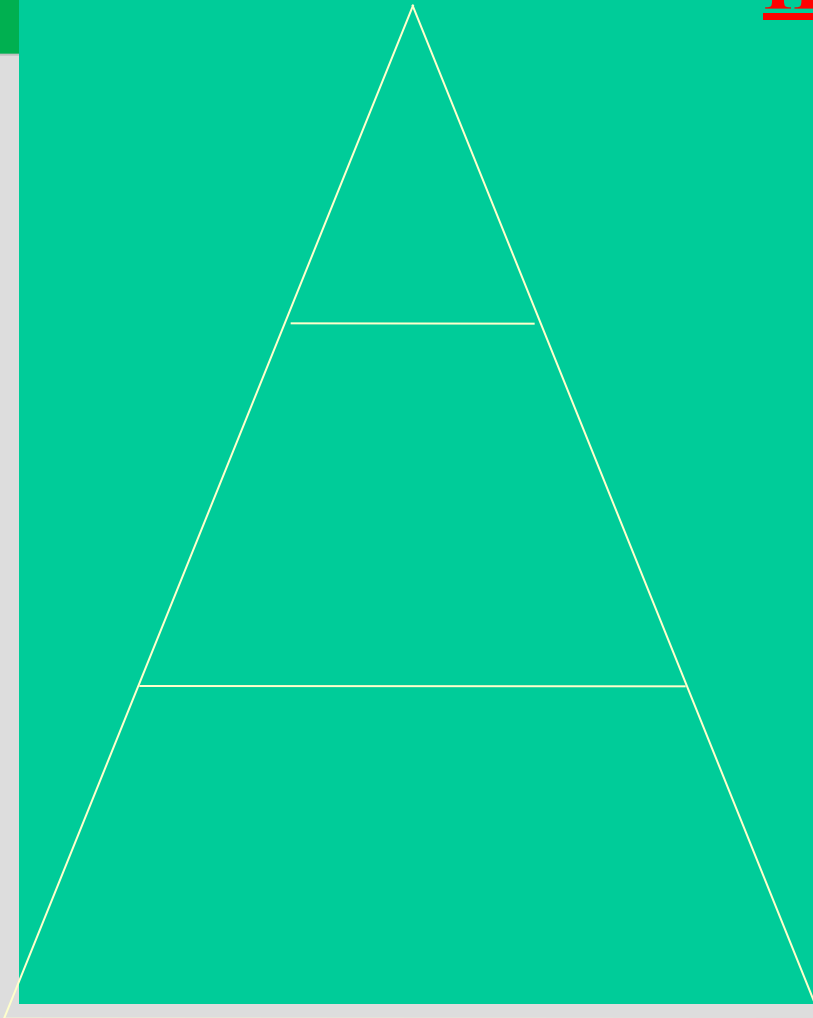


Социальное здоровье –
осознание себя

**личностью мужского
или женского пола,
взаимодействие с
окружающими,
понимание и развитие
навыков, помогающих
в общении с людьми,
профилактика
социально значимых
заболеваний.**

Модель здоровья школьника

Здоровье



Психическое здоровье –

умение определять своё место в окружающем мире, понимание своих чувств и умение выражать их, умение прогнозировать различные ситуации, становление и развитие личности старшекласников, их самоопределение и самореализация.

Модель здоровья школьника

Здоровье

Психическое



Социальное



Физическое



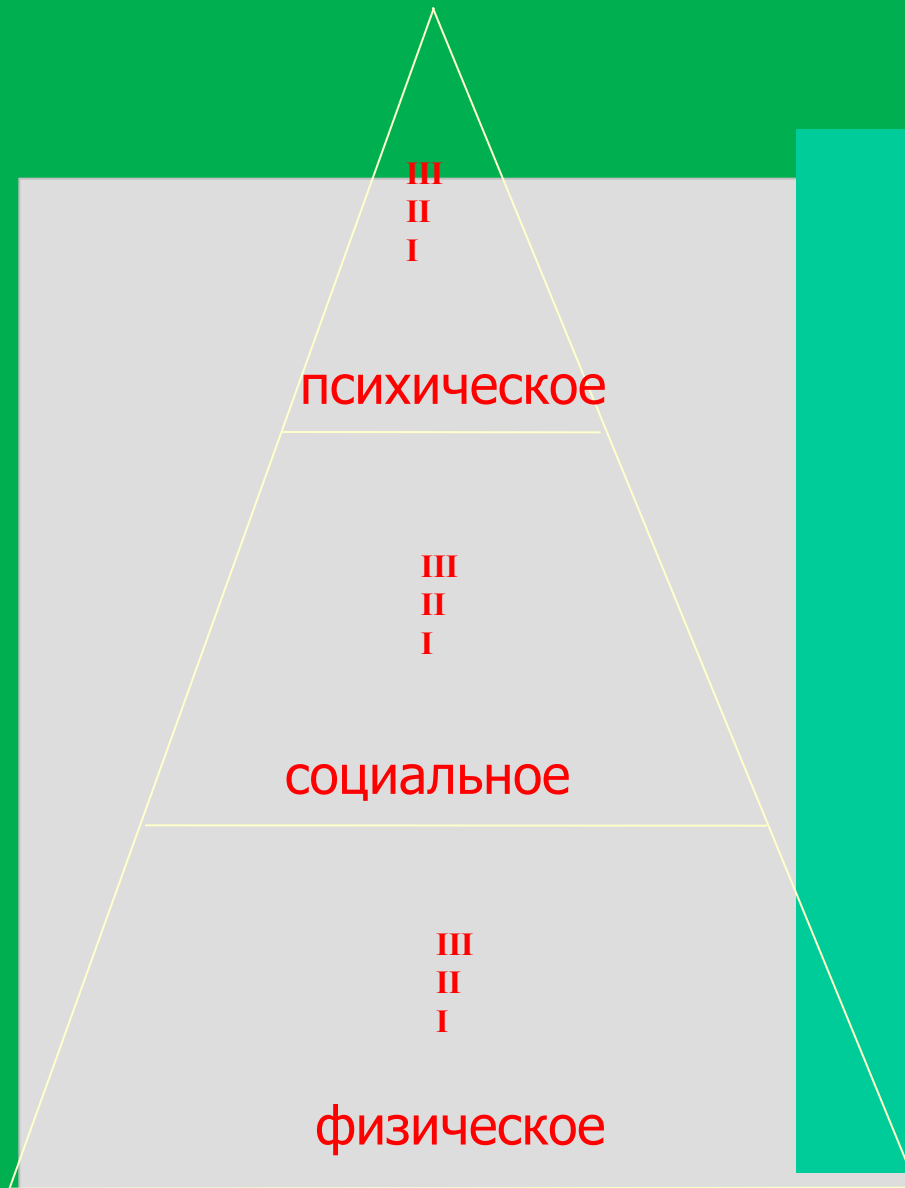
**Здоровье - главное условие
человеческого счастья!**

Общие задачи маршрута:

- 1 уровень - **знаю**
- 2 уровень - **умею**
- Высший уровень - **способен помочь близким**

здоровье

Практическая работа:



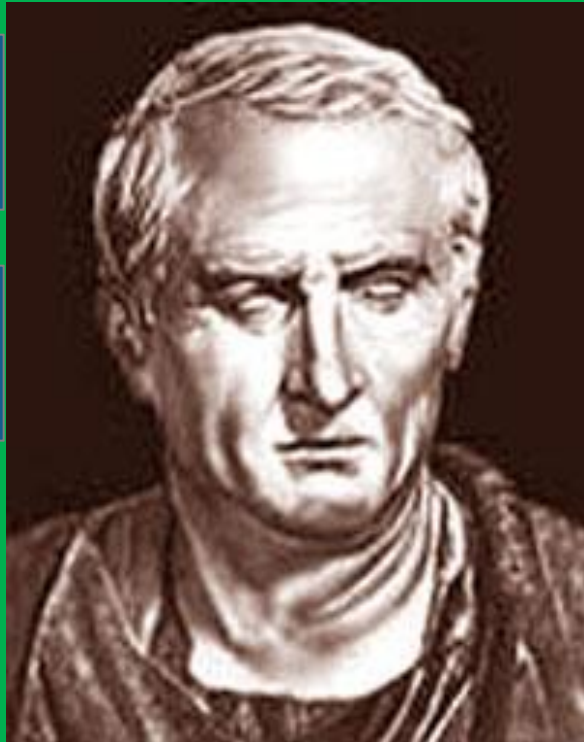
III. Могу помочь:

II. Умею:

I. Знаю:

ФИЗКУЛЬТМИНУТКА





**«Обязанности мудрого – заботиться
о своем имуществе, здоровье, не
совершая ничего противного
обычаям, законам и
установлениям ... не только ради
себя, но и ради детей, родных,
друзей, а особенно ради
государства; ведь достояние
отдельных лиц составляют
богатство гражданской общины».**

**Из трактата древнеримского политика Марка Туллия Цицерона
«Об обязанностях»**

**Главное богатство любого
государства – это люди.
Без человеческого потенциала
рухнет любая экономическая
система и бессильна самая
передовая и прогрессивная
«национальная идея».**

ЗДОРОВЬЕ

```
graph TD; A[ЗДОРОВЬЕ] --> B[ИНДИВИДУАЛЬНОЕ]; A --> C[ОБЩЕСТВЕННОЕ]; B --> D[Это здоровье каждого человека в отдельности]; C --> E[Совокупное здоровье людей или здоровье всего населения страны];
```

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ

**Это здоровье
каждого человека
в отдельности**

ОБЩЕСТВЕННОЕ

**Совокупное здоровье людей
или здоровье всего
населения
страны**

«...прежде всего мы должны сохранить хорошее здоровье. Средства к этому несложные: избегать излишних бурных и неприятных волнений, а также чересчур напряженного и продолжительного умственного труда, далее усиленное движение на свежем воздухе в течение по крайней мере двух часов, частое купание в холодной воде и тому подобные гигиенические меры».



Артур Шопенгауэр

**«Афоризмы житейский
мудрости»**

Всем доброго здоровья!