

**Тема:**

**«Положительные и отрицательные факторы, влияющие на здоровье школьников.»**

***«Единственная  
красота, которую я  
знаю,- это здоровье.»***

***Генрих Гейне.***

*«Пища, питьё, сон,  
любовь- пусть будет всё  
умеренным.»*

*Гиппократ.*

**«Здоровье человека-  
объективное состояние и  
субъективное чувство полного  
физического, психического и  
социального комфорта.»**

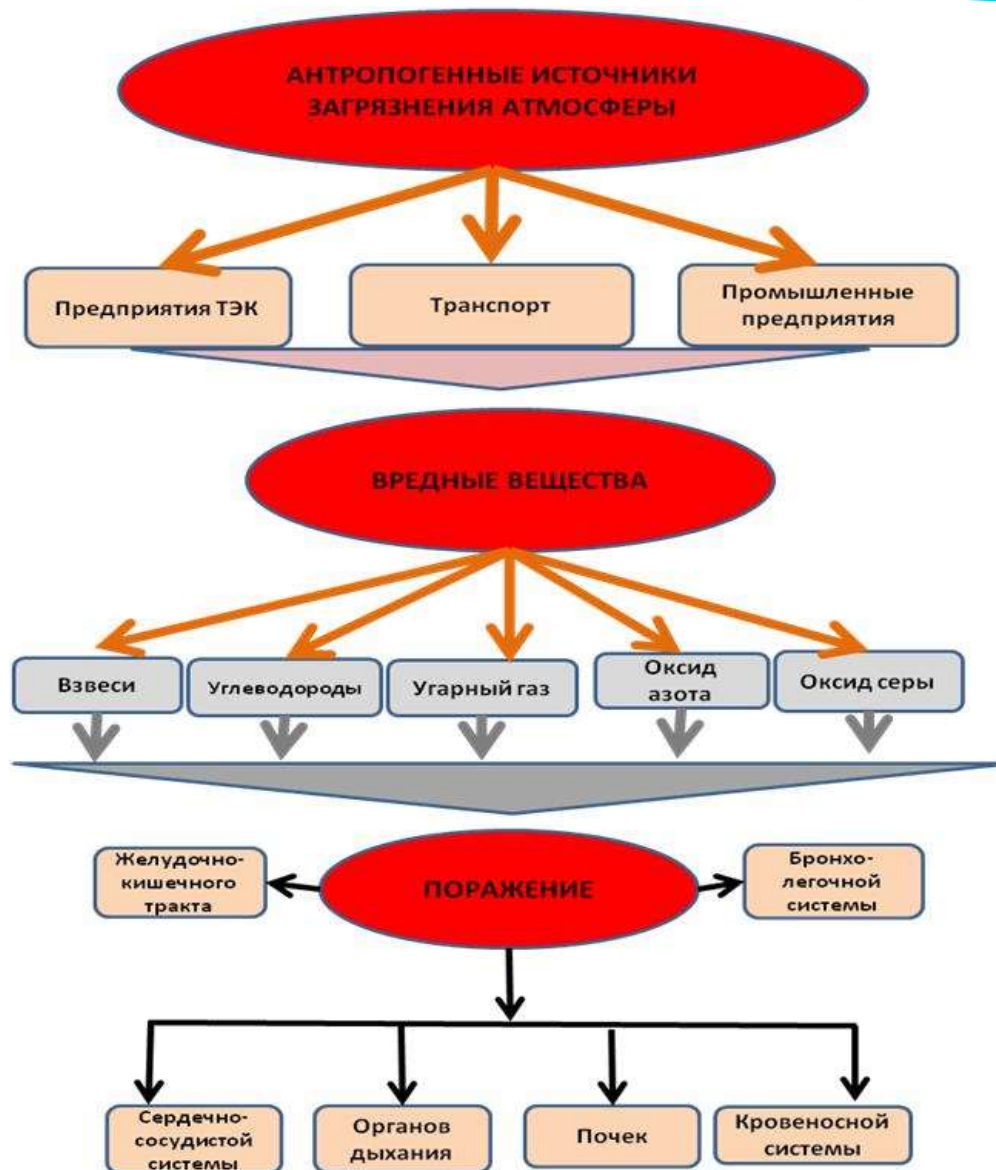
**Всемирная организация  
здравоохранения.**

## Слово статистики.

- Не меньше одной трети заболеваний обусловлено неблагоприятными условиями воздействиями окружающей среды.
- В Хабаровском крае рост психических расстройств у детей составляет 14,9%, а у подростков 21,6%. Неврозы и невропатические состояния занимают в структуре психических заболеваний детей в крае I место - 53,4%.

# Хронические заболевания у школьников Хабаровского края.

- **Первое место-** заболевания желудочно-кишечного тракта. Хронические гастриты, язвенная болезнь.
- **Второе место-** болезни нервной системы.
- **Третье место-** болезни сердечно сосудистой системы.
- **Четвёртое место-** болезни эндокринной системы. Нарушение работы щитовидной железы, надпочечников.
- **Пятое место-** заболевание органов дыхания. Бронхит, пневмония, туберкулёз.

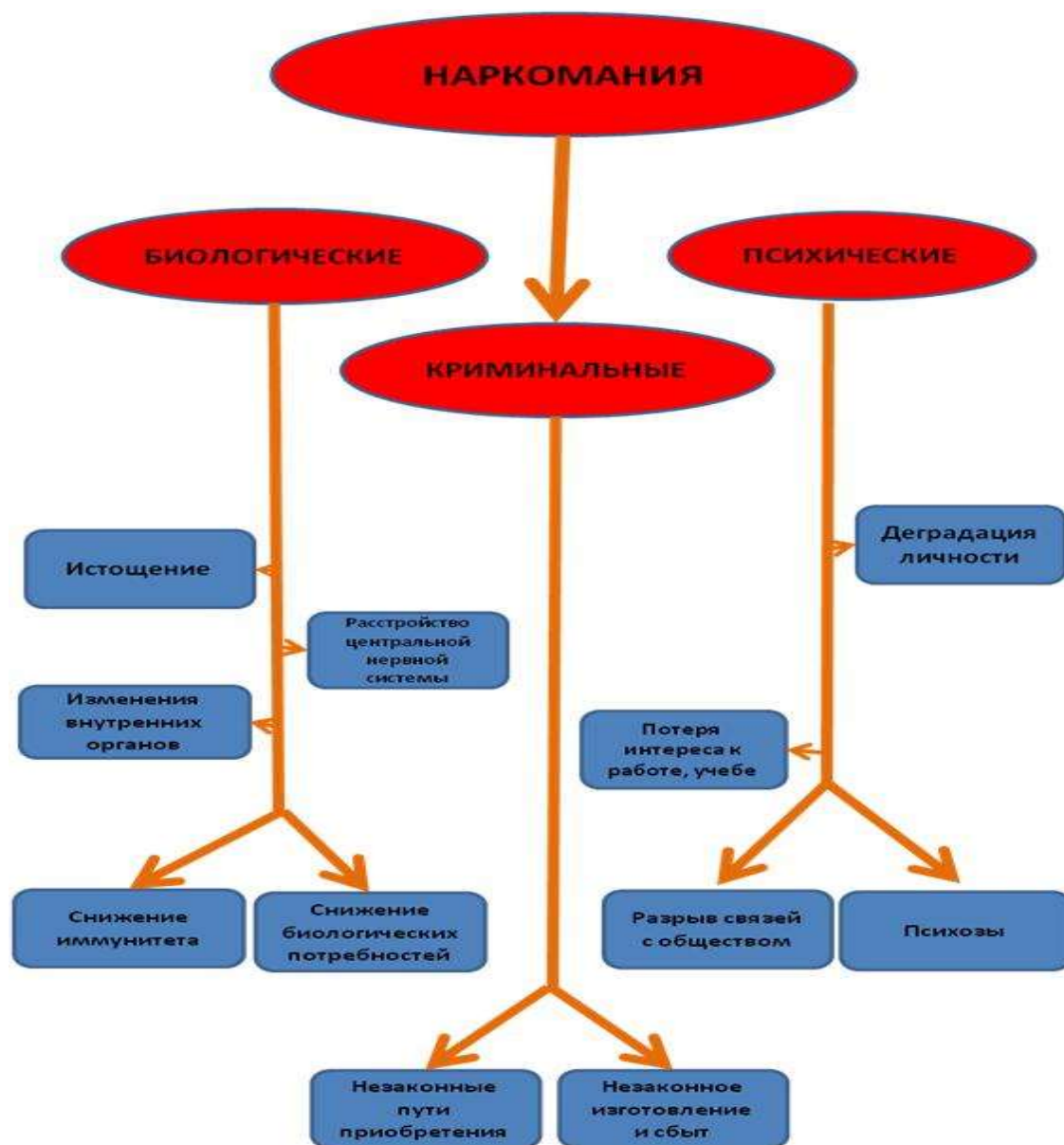


**Загрязнение воздуха и его влияние на организм человека.**

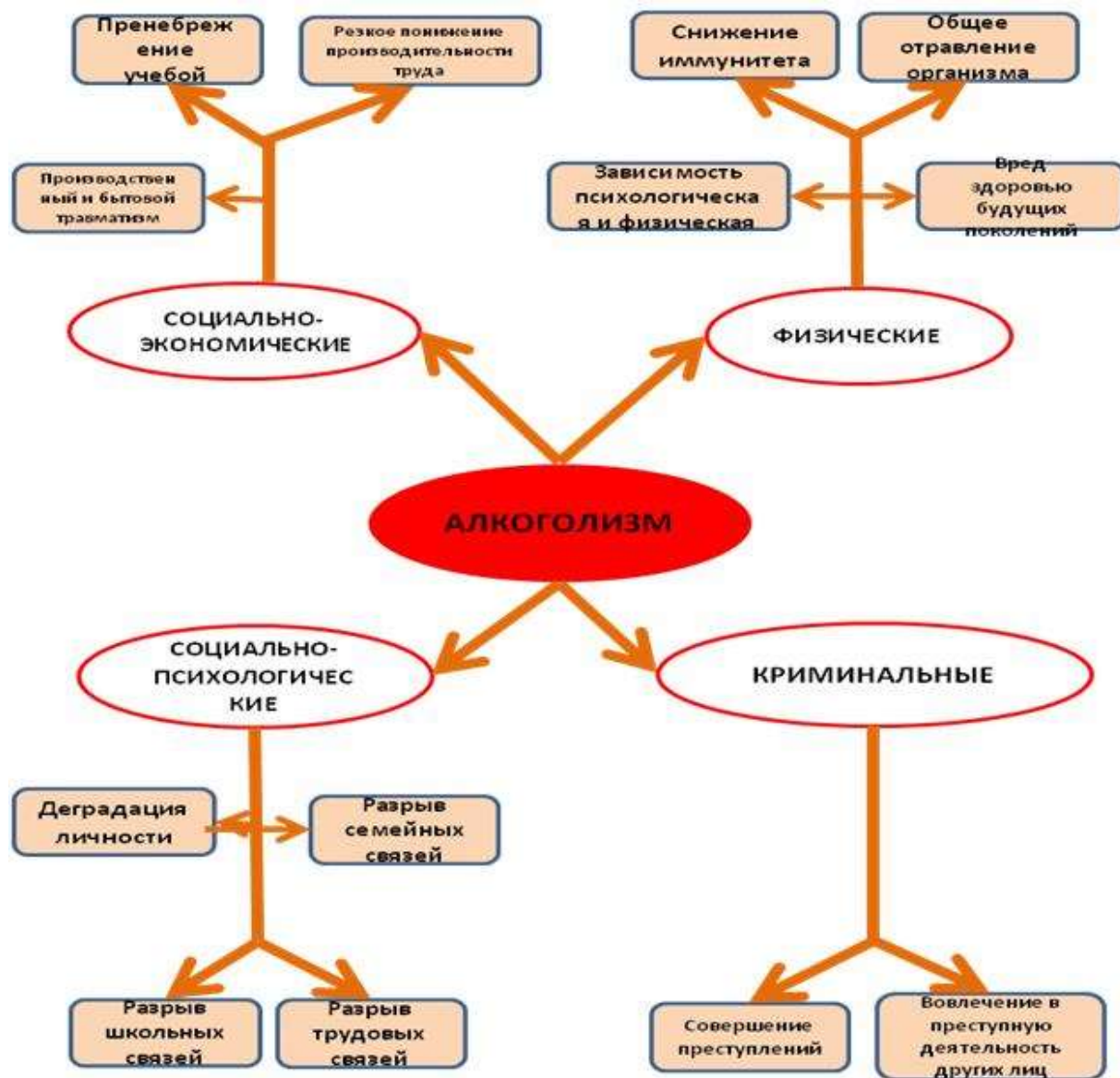


**Факторы, влияющие на акклиматизацию.**

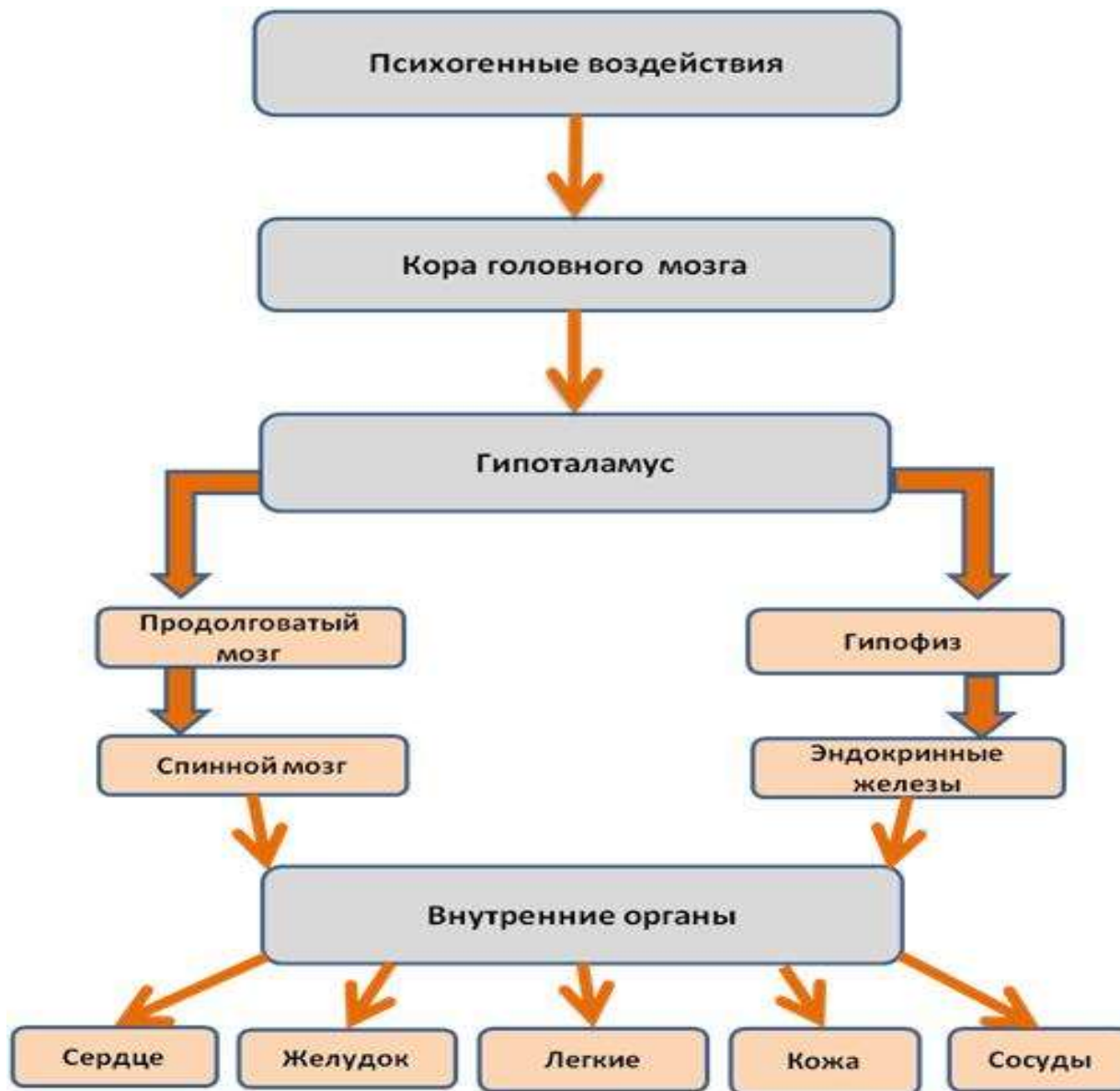




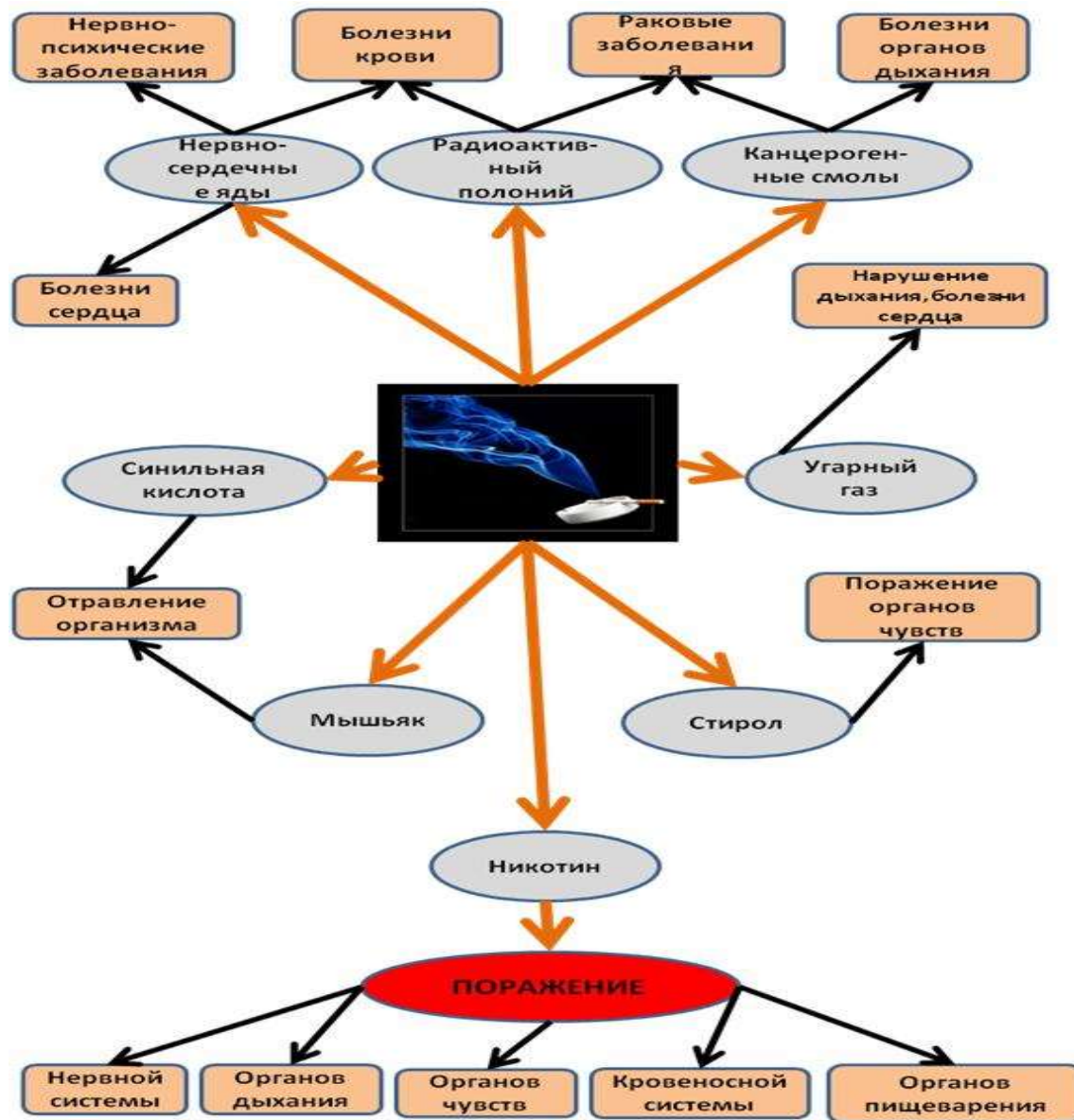
Последствия употребления наркотиков.



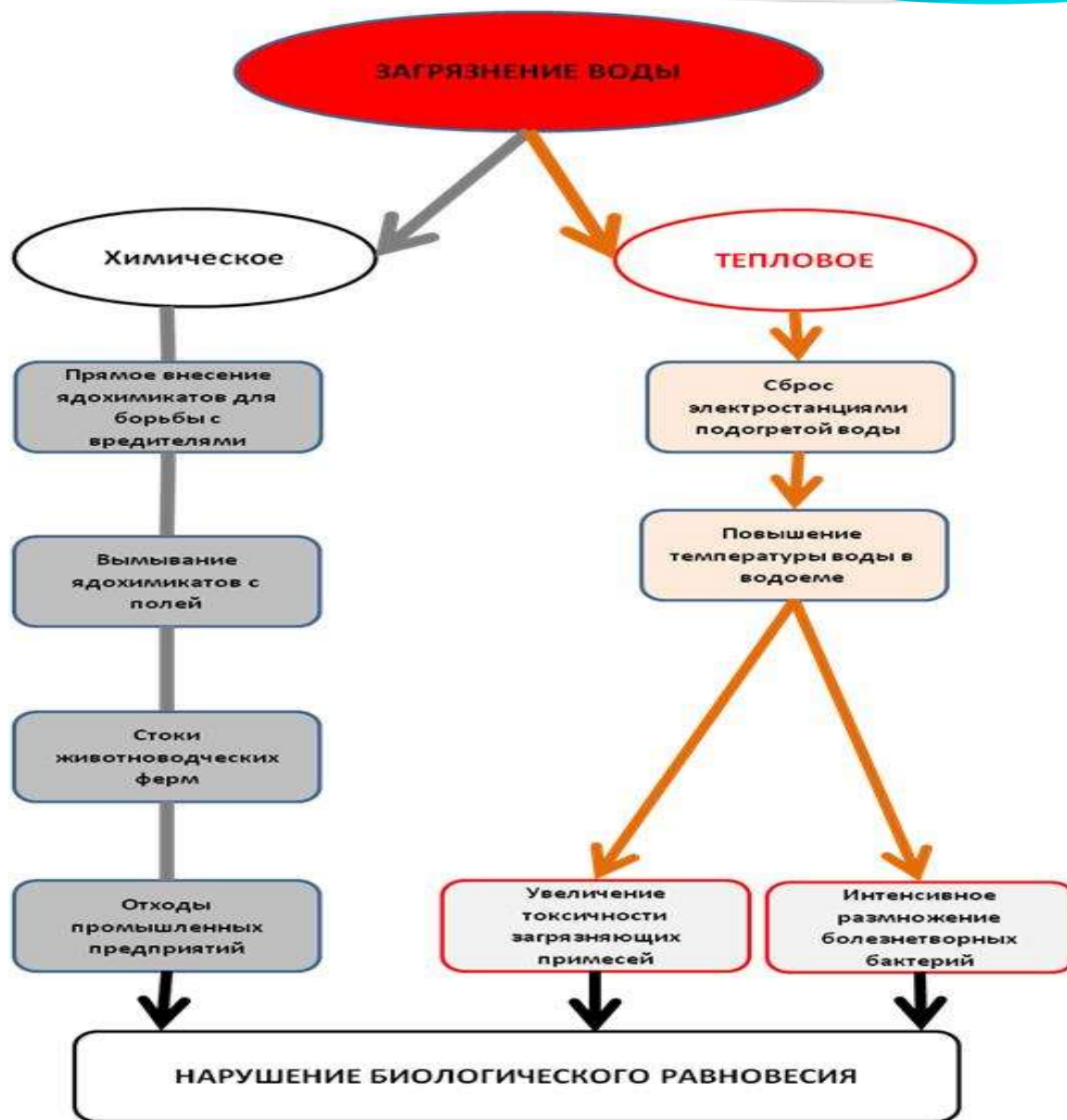
Последствия употребления алкоголя.



Действие стресса на организм человека.

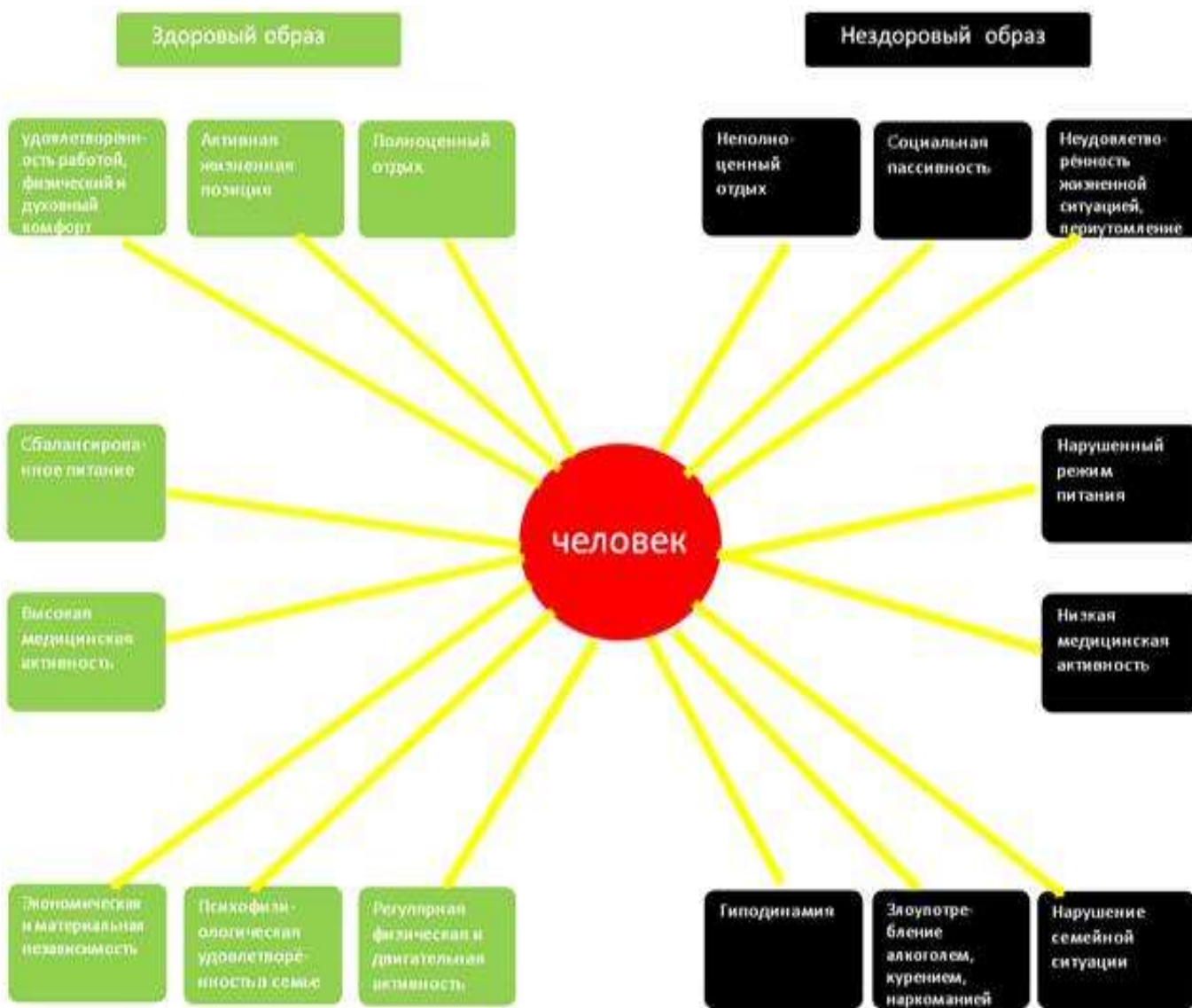


Последствия табакокурения.



**Загрязнение природных вод.**





**Характеристика образа жизни.**

# Здоровый образ жизни.



Здоровый образ жизни основан на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье.

**Здоровье - высшее благо человека.**



**здоровый образ  
жизни**

```
graph TD; A[здоровый образ жизни] --> B[плодотворный труд]; A --> C[рациональный режим труда и отдыха]; A --> D[оптимальный двигательный режим]; A --> E[рациональное питание];
```

**плодотворный  
труд**

**рациональный  
режим труда  
и  
отдыха**

**оптимальный  
двигательный  
режим**

**рациональное  
питание**

# ВЫВОД

Здоровье человека- это главная ценность, которая у него есть. Действительно, в детские и юношеские годы мы мало задумываемся о здоровом образе жизни, и только входя во взрослую жизнь, начинаем уделять особое внимание вопросам здоровья. Все знают, что гораздо легче предупредить болезнь, чем её лечить. Поэтому очень важно вести здоровый образ жизни, правильно питаться, заниматься физической культурой.